Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 1

Наименование изделия: **Жаркое по-домашнему**

Номер рецептуры: 259

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо (говядина) | 100 | 73 |
| Картофель | 200 | 167 |
| Морковь | 12 | 10 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **14,08** | **9,74** | **17,76** | **211,32** | **25,82** |

**Технология приготовления**: Мясо помыть, очистить от пленок и жира, нарезать небольшими кусочками, притушить до полуготовности, добавить мелко нашинкованные лук, морковь, лечо, масло сливочное. Картофель почисть, тщательно промыть, нарезать кубиками, поместить в духовой шкаф на 20-25 минут. Картофель соединить с мясом, и притушить на горячей плите в течение 15 – 20 минут.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 2

Наименование изделия: **Котлета мясная в соусе**

Номер рецептуры: 268

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо (говядина) | 50 | 37 |
| Мясо (свинина) | 43 | 37 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 10 |
| Морковь | 20 | 16 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Мука пшеничная | 5 | 5 |
| Томат-паста | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Выход: |  | 80 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **13,87** | **16,69** | **17,3** | **272,08** | **78,41** |

**Технология приготовления**: Мясо очистить от пленок и жира, провернуть через мясорубку, добавить размоченный в холодной воде хлеб, пассированный лук, тщательно перемешать, сформовать котлеты, обвалять их в сухарях, поместить в духовой шкаф тушить до готовности. Овощи очистить, вымыть, нарубить, соединить и притушить на горячей плите в течение 40 – 45 мину.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 3

Наименование изделия: **Рагу овощное**

Номер рецептуры: 143

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Морковь | 20 | 11 |
| Лук репчатый | 15 | 11 |
| Томат-паста | 3 | 3 |
| Капуста белокочанная | 30 | 25 |
| Мука пшеничная | 4 | 4 |
| Картофель | 170 | 150 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Масло растительное | 4 | 4 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **14,69** | **10,62** | **20,39** | **231,82** | **28,58** |

**Технология приготовления**: картофель вымыть, почистить, нарезать на мелкие кусочки, притушить, залить горячим бульоном до покрытия, добавить мелко нарезанный пассированный лук, пассированную морковь, томат-пасту и тушить на медленном огне до готовности. Капусту очистить , мелко нарезать, залить горячим бульоном, соединить все овощи , и тушить 10-15 минут.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 4

Наименование изделия: **Голубцы ленивые в сметанном соусе**

Номер рецептуры: 287

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо (говядина) | 65 | 60 |
| Рис | 5 | 15 |
| Морковь | 20 | 16 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Капуста белокочанная свежая | 81 | 60 |
| Яйцо 1/4 | 12 | 10 |
| Сметана | 10 | 10 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Выход: |  | 108/50 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **16,31** | **13,26** | **12,77** | **229,25** | **78,246** |

**Технология приготовления**: Капусту очистить, вымыть, нарубить. Мясо помыть, очистить от пленок и жира, лук, морковь пропустить через мясорубку, соединить с капустой, отваренным предварительно рисом, яйцом, тщательно перемешать, сформовать в виде котлет, добавить бульон и тушить в духовом шкафу до готовности. Подавать, полив сметанным соусом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 5

Наименование изделия: **Печень говяжья в сметане (по Строгановские)**

Номер рецептуры: 255

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Печень (говяжья) | 89 | 74 |
| Морковь | 20 | 18 |
| Лук репчатый | 10 | 7 |
| Сметана | 10 | 10 |
| Мука пшеничная | 3 | 3 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 50/50 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **12,54** | **14,35** | **21,18** | **259,92** | **25,716** |

**Технология приготовления** Печень нарезать ломтиками, слегка обжарить и тушить с небольшим количеством воды или бульона почти до готовности. Бульон слить, приготовить на нем соус с мукой, поджаренной до светло-коричневого цвета. В соус добавить пассированный лук, перемешать, залить печень и тушить до готовности.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 6

Наименование изделия: **Плов мясной**

Номер рецептуры: № 265

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо (говядина) (свинина ) | 100 (87) | 79 (74) |
| Рис | 40 | 40 |
| Лук репчатый | 15 | 13 |
| Морковь | 30 | 24 |
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **13,83** | **11,44** | **17,07** | **222,54** | **1,03** |

**Технология приготовления**: Мясо помыть, очистить от пленок и жира, нарезать небольшими кусочками, притушить до полуготовности, добавить мелко нашинкованные лук, морковь, лечо, масло сливочное. Рис тщательно промыть, соединить с мясом, добавить воды, тушить до готовности в течение 50- 45 минут.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 7

Наименование изделия: **Тефтеля мясные в соусе**

Номер рецептуры: 279

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо (говядина) свинина | 52(45) | 38 (38) |
| Рис | 10 | 30 |
| Лук репчатый | 21 | 18 |
| Томат-паста | 5 | 5 |
| Мука пшеничная | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Выход: |  | 60/50 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **14,37** | **14,2** | **8,83** | **218,11** | **1,556** |

**Технология приготовления:** Мясо пропустить через мясорубку дважды, добавить соль и мелко нарезанный припущенный лук, отварной рассыпчатый рис, перемешать и разделить в виде шариков. Шарики панируют в муке, запекают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом и тушить 8-10 минут до готовности. Соус: пассируют лук, морковь, добавить томат-пасту и сметану, притушить. Раздают с соусом, в котором тушились тефтели.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 8

Наименование изделия: **Гречка отварная**

Номер рецептуры: 302

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Крупа гречневая | 40 | 135 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 140 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **16,34** | **12,3** | **23,24** | **263,62** | **1,246** |

**Технология приготовления:**

Гречку перебирают, моют, отваривают в подсоленной воде, томят до готовности. При подаче добавить сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 9

Наименование изделия: **Колбасные изделия порционные**

Номер рецептуры: № 243

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Колбаса (сосиска, сарделька) | 70 | 70 |
| Выход: |  | **70** |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **9,57** | **19,02** | **15,73** | **272,26** | **24,81** |

**Технология приготовления**: Колбасное изделие для питания детей дошкольного возраста отварить 5 минут. Опустить в прокипяченное сливочное масло. Картофель помыть, почистить, отварить на пару, протереть горячим через сито, добавить горячее молоко, кипятить 1-2 мин., перед снятием с огня добавить сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 10

Наименование изделия: **Картофельное пюре**

Номер рецептуры: 312

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель | 228 | 170 |
| Молоко | 30 | 25 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **13,48** | **17,15** | **26,32** | **307,79** | **28,41** |

**Технология приготовления**: Картофель помыть, почистить, отварить до готовности, протереть горячим через сито, добавить горячее молоко, кипятить 1-2 мин., перед снятием с огня добавить сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 11

Наименование изделия: **Шницель мясной**

Номер рецептуры: 267

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо (говядина) | 95 | 81 |
| Мясо (свинина) | 95 | 70 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 15 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Яйцо 1/8 | 5 | 5 |
| Сухари пшеничные | 7 | 7 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Масло растительное | 6 | 6 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **13,91** | **17,1** | **26,54** | **326,71** | **87,32** |

**Технология приготовления**: Мясо провернуть через мясорубку, добавить размягченный в молоке хлеб, тщательно перемешать, сформовать шницель, обвалять в сухарях, запекать в духовом шкафу до готовности.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 12

Наименование изделия: **Гуляш мясной**

Номер рецептуры: 260

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо (говядина) (свинина ) | 107 (87) | 79 (74) |
| Лук репчатый | 20 | 16 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Мука пшеничная | 3 | 3 |
| Томат-паста | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Выход: |  | 50/50 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **15,34** | **13,25** | **20,8** | **259,69** | **2,546** |

**Технология приготовления:** Мясо нарезать кубиками, соединить с припущенной морковью, залить водой, добавить соль и тушить до готовности. Добавить мелко нарезанный бланшированный лук с томатным пюре. Еще потушить.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 13

Наименование изделия: **Какао на молоке**

Номер рецептуры: 382

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Молоко | 100 | 100 |
| Сахар | 12 | 12 |
| Какао-порошок | 2 | 2 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **3,16** | **3,46** | **14,73** | **100,99** | **0,84** |

**Технология приготовления**: Порошок какао залить кипятком, перемешать, затем добавить в кипящее молоко, довести до кипения, добавить сахар.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 14

Наименование изделия: **Кофейный напиток с молоком**

Номер рецептуры: 379

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Молоко | 100 | 100 |
| Сахар | 12 | 12 |
| Кофейный напиток | 2,2 | 2,2 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **3,13** | **3,27** | **16,82** | **105,04** | **0,42** |

**Технология приготовления**: Кофейный напиток сварить в небольшом количестве воды, процедить, добавить сахар, горячее молоко и довести до кипения.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 15

Наименование изделия: **Кофейный напиток**

Номер рецептуры: 379

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Сахар | 12 | 12 |
| Кофейный напиток | 2,2 | 2,2 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,33** | **0,07** | **12,12** | **47,04** | **--** |

**Технология приготовления**: Кофейный напиток сварить в небольшом количестве воды, процедить, добавить сахар и довести до кипения.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 16

Наименование изделия: **Чай с молоком**

Номер рецептуры: 378

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Молоко | 50 | 50 |
| Сахар | 12 | 12 |
| Заварка | 1 | 1 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **1,7** | **1,6** | **14,42** | **75,51** | **0,42** |

**Технология приготовления**: Чай заварить в небольшом количестве крутого кипятка, дать настояться в течение 5-6 минут, процедить, затем добавить в кипящее молоко, добавить сахар, довести до кипения.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 17

Наименование изделия: **Чай с сахаром**

Номер рецептуры: 376

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Сахар | 12 | 12 |
| Заварка | 1 | 1 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,30** | **--** | **12,07** | **46,51** | **--** |

**Технология приготовления**: Чай заварить в небольшом количестве крутого кипятка, дать настояться в течение 5-6 минут, процедить, добавить сахар, довести до кипения.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 18

Наименование изделия: **Чай с лимоном**

Номер рецептуры: 377

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Лимон | 20 | 15 |
| Сахар | 15 | 15 |
| Заварка | 1 | 1 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,47** | **--** | **15,75** | **63,62** | **2,4** |

**Технология приготовления**: Чай заварить в небольшом количестве крутого кипятка, дать настояться в течении 5-6 минут, процедить, добавить сахар, довести до кипения. Лимон вымыть, обдать кипятком, нарезать тонкими кружочками, посыпать сахаром, добавить к чаю

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 19

Наименование изделия: **Компот из свежих фруктов**

Номер рецептуры: 342

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Фрукты (ягоды) | 45 | 40 |
| Сахар | 13 | 13 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| -- | -- | 17,96 | 67,32 | 5,59 |
| -- | -- | 5,94 | 24,15 | -- |
| **--** | **--** | **23,20** | **91,47** | **5,59** |

**Технология приготовления**: Свежие фрукты вымыть, очистить от кожуры, удалить сердцевину, косточки, мелко нарезать, сварить каждый сорт в отдельной кастрюле, затем соединить, добавить сахар, довести до кипения. В охлажденный компот добавить витамин «С», в возрастной дозировке с отметкой в журнале.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 20

Наименование изделия: **Кисель**

Номер рецептуры: 350

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Фрукты (ягоды) | 71 | 66 |
| Кисель (крахмал картофельный) | 25(8) | 25(8) |
| Сахар | 10(13) | 10(13) |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,22** | **--** | **13,08** | **83,03** | **5,59** |

**Технология приготовления**: Кисель в брикетах размять, залить кипяченой водой, довести до кипения. В охлажденный кисель добавить витамин «С».

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 21

Наименование изделия: **Компот из сухофруктов, чернослива, кураги**

Номер рецептуры: 349

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Сухофрукты | 20 | 50 |
| Сахар | 15 | 15 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,20** | **--** | **13,52** | **57,98** | **0,403** |

**Технология приготовления**: Сухофрукты перебрать, вымыть, разделить по сорту и последовательно варить с учетом длительности варки (груши – 2 часа, яблоки – 20-30 минут, чернослив, курага - 10 минут, изюм – 5 минут), в конце варки добавить сахар. В охлажденный компот добавить витамин «С».

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 22

Наименование изделия: **Напиток из шиповника**

Номер рецептуры: 388

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Шиповник | 20 | 20 |
| Сахар | 20 | 20 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,20** | **--** | **13,52** | **57,98** | **0,403** |

**Технология приготовления**: Шиповник перебрать, вымыть, варить с учетом длительности варки (10 мин ), в конце варки добавить сахар, и дать настояться в теплом месте 40-60мин. В охлажденный компот добавить витамин «С».

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 23

Наименование изделия: **Суп картофельный с вермишелью**

Номер рецептуры: 103

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо говядина (курица) | 25 | 20 |
| Вермишель | 9 | 15 |
| Картофель | 60 | 50 |
| Морковь | 12 | 10 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **2,99** | **5,58** | **22,78** | **168,71** | **6,02** |

**Технология приготовления**: Очищенный и нарезанный кубиками картофель опустить в кипящий бульон, добавить спасированный репчатый лук, морковь, варить до готовности. Вермишель отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг и промыть горячей водой, добавить в суп и довести до кипения. Добавить сухую зелень.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 24

Наименование изделия: **Суп гречневый (с крупой)**

Номер рецептуры: 101

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо говядина (курица) | 25 | 20 |
| Крупа гречневая (пшено) | 10 | 20 |
| Картофель | 90 | 70 |
| Морковь | 20 | 16 |
| Лук репчатый | 15 | 11 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **7,34** | **5,65** | **15,69** | **110,99** | **10,92** |

**Технология приготовления**: Картофель вымыть, нарезать кубиками, крупу гречневую перебрать, промыть опустить в кипящий бульон, добавить пассированный лук, морковь и варить до готовности.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 25

Наименование изделия: **Суп рыбный (сайра, кета, минтай )**

Номер рецептуры: 106

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Рыба кета (филе) сайра | 90 | 75 |
| Картофель | 80 | 60 |
| Морковь | 20 | 16 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **12,18** | **6,66** | **11,46** | **150,18** | **6,02** |

**Технология приготовления**: в кипящую воду закладывают подготовленные картофель, пассированные овощи, варят. Затем добавляют нарезанную кусочками рыбу, соль и сухую зелень, варят до готовности.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 26

Наименование изделия: **Рассольник со сметаной**

Номер рецептуры: 94

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо говядина (курица) | 25 | 20 |
| Крупа перловая | 10 | 10 |
| Картофель | 70 | 60 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Огурец консервированный | 30 | 30 |
| Томат-паста | 5 | 5 |
| Сметана | 10 | 10 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250/10 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **8,04** | **7,50** | **21,62** | **182,62** | **8,992** |

**Технология приготовления**: Очищенный, вымытый картофель нарезать кубиками. Очищенные и вымытые морковь и репчатый лук нашинковать и пассировать. Соленый огурец очистить от кожицы и припустить. Подготовленные овощи соединить с предварительно сваренной и промытой в горячей воде перловой крупой, залить горячим бульоном и варить до готовности. Перед снятием с огня добавить сметану и прокипятить.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 27

Наименование изделия: **Суп с клецками**

Номер рецептуры: стр. 108

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо говядина | 45 | 39 |
| Мука | 30 | 30 |
| Картофель | 70 | 60 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Яйцо | 20 | 20 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **7,33** | **7,84** | **15,46** | **174,65** | **7,28** |

**Технология приготовления**: Очищенный, вымытый картофель нарезать кубиками, варить до готовности. Очищенные и вымытые морковь и репчатый лук нашинковать и пассировать. Из муки и яиц завести тесто, как на оладьи. Ложкой отмеряем небольшие кусочки теста и опускаем в кипящую воду, варим пока не всплывут. Спасированный лук репчатый, морковь добавить в бульон. Перед концом варки в суп добавить сухую зелень, довести до кипения.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 28

Наименование изделия: **Суп гороховый (с бобовыми) с гренками**

Номер рецептуры: 102

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо говядина (куры) | 25 | 20 |
| Горох сухой (фасоль) | 25 | 30 |
| Картофель | 80 | 60 |
| Морковь | 20 | 16 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Хлеб пшеничный для гренок | 35 | 20 |
| Выход: |  | 250/20 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **10,82** | **5,86** | **27,87** | **201,67** | **6,02** |

**Технология приготовления**: Горох перебрать, вымыть, замочить в холодной воде на 5-6 часов, сварить в той же воде (под крышкой) до размягчения, воду слить, добавить мясной бульон и довести до кипения. В кипящий суп опустить нарезанный мелкими кубиками картофель, нашинкованные и пассированные морковь, лук и варить до готовности. Хлеб, для гренок нарезать мелкими кубиками, подсушить в духовке, подавать отдельно.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 29

Наименование изделия: **Борщ летний** (**свекольник со сметаной и яйцом)**

Номер рецептуры: № 86(1)

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо говядина (куры) | 25 | 20 |
| Картофель | 80 | 60 |
| Свекла | 100 | 90 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Томат-паста | 5 | 5 |
| Яйцо 1/2 | 25 | 20 |
| Сметана | 10 | 10 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250/10 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **10,32** | **9,69** | **10,39** | **194,95** | **13,816** |

**Технология приготовления:** Очищенный, вымытый картофель нарезать кубиками, опустить в кипящий бульон, добавить пассированный репчатый лук, морковь, свеклу (отварную), томат-пасту и варить до готовности. Затем добавить отварное нарубленное яйцо. Перед снятием с огня добавить сметану.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 30

Наименование изделия: **Борщ со сметаной**

Номер рецептуры: № 81

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо говядина (куры) | 25 | 20 |
| Картофель | 60 | 50 |
| Свекла | 80 | 60 |
| Капуста белокочанная свежая | 90 | 70 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Томат-паста | 5 | 5 |
| Сметана | 10 | 10 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250/10 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **8,55** | **7,39** | **15,59** | **183,90** | **75,016** |

**Технология приготовления**: Свеклу, капусту, лук нарезать соломкой, картофель брусочками. Свеклу, морковь и лук припускают с томат-пастой. В кипящий бульон последовательно вкладывают картофель, капусту, варят до полуготовности, затем добавляют припущенные овощи, соль и варят 10 минут. Сметану добавляют в готовый борщ и доводят до кипения

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 31

Наименование изделия: **Суп овощной со сметаной**

Номер рецептуры: № 99

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо говядина (куры) | 25 | 20 |
| Картофель | 70 | 50 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Горошек зеленый консервированный | 25 | 25 |
| Помидор консервированный | 25 | 25 |
| Сметана | 10 | 10 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250/10 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **7,11** | **7,39** | **13,47** | **147,58** | **8,666** |

**Технология приготовления**: Вымытую очищенную морковь нарезать соломкой, тушить в кастрюле с небольшим количеством бульона, под крышкой в течение 10 минут, добавить нашинкованную белокочанную капусту, нарезанный мелкими кубиками картофель, зеленый консервированный горошек, пассированный лук, залить горячим бульоном и варить до готовности. Перед снятием с огня добавить сметану и натертые на терке отварные яйца.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 32

Наименование изделия: **Суп картофельный с мясными фрикадельками**

Номер рецептуры: №104

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо говядина (куры) | 45 | 35 |
| Картофель | 90 | 70 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 20 | 16 |
| Яйцо 1/8 | 6 | 5 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **7,6** | **5,96** | **16,73** | **148,18** | **10,92** |

**Технология приготовления**: Очищенный, вымытый картофель нарезать кубиками, опустить в кипящий бульон, добавить пассированный репчатый лук и варить 20-25 минут. Мясо пропустить через мясорубку, смешать с мелко нарубленным луком, яйцом, хорошо перемешать, оформить шарики. Отварить в отдельной кастрюле, перед подачей раскладывать по порциям в тарелку.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 33

Наименование изделия: **Щи из свежей капусты**

Номер рецептуры: № 87

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна, 2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо говядина (куры) | 25 | 20 |
| Картофель | 40 | 30 |
| Капуста белокочанная свежая | 120 | 100 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Помидор консервированный | 25 | 25 |
| Сметана | 10 | 10 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250/10 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **2,99** | **7,39** | **13,54** | **152,61** | **70,766** |

**Технология приготовления**: В кипящий бульон вкладывают нарезанный брусочками картофель, подготовленную свежую капусту, порезанную соломкой, доводят до кипения, добавляют припущенную морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 минут до конца варки добавляют в щи припущенные помидоры, прогретую муку, разведенную бульоном. Довести до кипения.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 34

Наименование изделия: **Суп картофельный с рыбными фрикадельками**

Номер рецептуры: 106

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Рыба кета (филе) | 90 | 80 |
| Картофель | 90 | 70 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Яйцо 1/5 | 10 | 8 |
| Хлеб пшеничный | 12 | 12 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **19,24** | **9,24** | **16,96** | **229,60** | **10,92** |

**Технология приготовления**: в кипящую воду закладывают подготовленный картофель, пассированные овощи, варят. Затем добавляют рыбные фрикадельки, соль и сухую зелень, варят до готовности.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 35

Наименование изделия: **Суп картофельный с сайрой**

Номер рецептуры: 106

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Сайра консервированная | 50 | 50 |
| Картофель | 90 | 70 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 250 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **8,51** | **11,96** | **8,92** | **177,32** | **10,92** |

**Технология приготовления**: Очищенный, вымытый картофель нарезать кубиками, опустить в кипящую воду, добавить пассированный репчатый лук, морковь, затем добавить нарезанную кусочками рыбу и варить до готовности. Перед снятием с огня добавить сухую зелень.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 36

Наименование изделия: **Борщ зеленый со сметаной (морская капуста)**

Номер рецептуры: 86

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мясо говядина (курица) | 25 | 20 |
| Картофель | 60 | 50 |
| Капуста морская (ботва свекольная) | 120 | 100 |
| Свекла | 50 | 40 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Томат-паста | 3 | 3 |
| Масло сливочное | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Сметана | 10 | 10 |
| Яйцо | 20 | 20 |
| Выход: |  | 250/10 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **9,16** | **8,39** | **13,8** | **169,29** | **78,516** |

**Технология приготовления**: Очищенный, вымытый картофель нарезать соломкой, опустить в кипящий бульон. Затем добавить мелко нашинкованную капусту, фасоль довести до кипения. Добавить мелко нашинкованные пассированные свеклу, морковь, репчатый лук с томат-пастой и варить до готовности. Перед снятием с огня добавить сметану.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 37

Наименование изделия: **Омлет**

Номер рецептуры: 210

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Яйцо 2 шт. | 90 | 80 |
| Молоко | 100 | 100 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **9,34** | **10,39** | **19,31** | **204,64** | **6,87** |

**Технология приготовления:** К обработанным яйцам добавляют молоко и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный противень и запекают в жарочном шкафу, высотой 2,5-3 см, полностью прожаривают при т-ре 180-2000.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 38

Наименование изделия: **Салат из сельди с зеленым горошком**

Номер рецептуры: 76

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Сельдь соленая | 80 | 60 |
| Горошек зеленый консервированный | 30 | 25 |
| Лук репчатый | 10 | 7 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 90 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **11,96** | **16,31** | **20,14** | **271,01** | **28,22** |

**Технология приготовления**: Сельдь соленую тщательно очисть от шкуры и костей, порезать на мелкие кусочки, добавить нарезанный репчатый лук, горошек консервированный. Заправить растительным маслом перед раздачей и тщательно перемешать.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 39

Наименование изделия: **Вермишель (макароны) отварная**

Номер рецептуры: 203

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Вермишель, макароны | 45 | 45 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 140 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **5,59** | **9,95** | **38,68** | **260,0** | **0,17** |

**Технология приготовления:** макаронные изделия варят в большом количестве воды (на 1 кг изделия берут 6 литров воды). Макароны варят 20-30 минут, вермишель 10-15 минут. Отваренные макароны откидывают без промывания и перемешивают с растопленным сливочным маслом. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 40

Наименование изделия: **Рагу овощное**

Номер рецептуры: 143

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель | 80 | 60 |
| Капуста белокочанная свежая | 110 | 90 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Лечо консервированное | 30 | 25 |
| Томат-паста | 5 | 5 |
| Фасоль консервированная | 30 | 25 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **6,23** | **7,45** | **27,25** | **177,45** | **87,87** |

**Технология приготовления:** Картофель вымыть, очистить, нарезать ломтиками, сварить на пару. Морковь и лук спассеровать и тушить с картофелем в небольшом количестве воды под крышкой 10-15 минут, затем добавить консервированные овощи, нарезанную и припущенную белокочанную капусту и баклажаны, тушить еще 10-15 минут.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 41

Наименование изделия: **Запеканка творожная**

Номер рецептуры: 223

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна 2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Творог | 120 | 120 |
| Яблоки | 70 | 60 |
| Яйцо 1/4 | 12 | 10 |
| Сахар | 13 | 13 |
| Манка | 10 | 10 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Масло растительное | 1 | 1 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **17,13** | **14,61** | **28,04** | **314,74** | **5,76** |

**Технология приготовления:** Творог протереть, манку запарить, добавить сахар, яйцо, нарезанные яблоки, тщательно перемешать. Творожную массу выложить на противень, поместить в разогретый духовой шкаф на 30 – 40 минут. Подавать со сладкой подливой.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 42

Наименование изделия: **Вареники ленивые с маслом сливочным**

Номер рецептуры: 218

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Творог | 110 | 110 |
| Яйцо 1/4 | 12 | 10 |
| Мука пшеничная | 30 | 30 |
| Сахар | 13 | 13 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 180/5 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **20,84** | **17,1** | **25,91** | **355,57** | **0,17** |

**Технология приготовления**: Творог растереть, добавить яйцо, сахар и муку. Готовое тесто раскатать, нарезать кружочками. Варить в слегка подсоленной воде до готовности. Перед выдачей полить растопленным сливочным маслом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 43

Наименование изделия: **Пудинг творожно-рисовый**

Номер рецептуры: 222

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Творог | 100 | 100 |
| Рис | 10 | 10 |
| Молоко | 25 | 25 |
| Яйцо 1/4 | 12 | 10 |
| Сахар | 15 | 15 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 190 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **15,76** | **18,00** | **19,72** | **303,87** | **0,356** |

**Технология приготовления**: творог протереть, добавить взбитые с сахаром яйца, масло, перемешать, соединить с готовой рассыпчатой рисовой кашей, выложить на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, поверхность смазать яйцом, запечь в духовке. Подавать как отдельное блюдо или со сладким соусом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 44

Наименование изделия: **Сырок творожный сладкий**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Сырок ванильный (ГМЗ) | 100 | 100 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **11,14** | **7,85** | **11,15** | **159,4** | **0,046** |

Технология приготовления: ГМЗ Сырок ванильный.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 45

Наименование изделия: **пудинг из творога**

Номер рецептуры: 222

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Творог | 110 | 110 |
| Яйцо 1/4 | 12 | 10 |
| Сахар | 13 | 13 |
| Сухофрукты (курага, изюм, чернослив) | 18 | 18 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Манка | 5 | 5 |
| Выход: |  | 150 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **15,4** | **17,23** | **21,8** | **305,81** | **0,466** |

**Технология приготовления**: В протертый творог добавить манку сваренную, сахар, яйца, соль, хорошо перемешать. На мокром полотенце формируют творог лепешкой. На середину кладут фарш из подготовленных сухофруктов. Соединить творог, чтобы сухофрукты остались внутри изделия. Выложить на смазанный масло, посыпанный мукой противень швом вниз. Смазать яйцом и запечь в духовке при температуре 220-250 0 С в течении 20-25 минут. Нарезать кусочками и подавать как отдельное блюдо или со сладким соусом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 46

Наименование изделия: **Сырники творожные**

Номер рецептуры: 219

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Творог | 100 | 100 |
| Сахар | 13 | 13 |
| Мука | 25 | 25 |
| Яйцо 1/4 | 12 | 10 |
| Масло растительное | 4 | 4 |
| Мед | 30 | 30 |
| Выход: |  | 160 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **21,57** | **5,92** | **49,23** | **334,86** | **0,48** |

**Технология приготовления**: Творог протереть, добавить сахар, яйцо и муку, тщательно перемешать. Готовое творожное тесто разделить на кружки, сформовать сырники, поместить в разогретый духовой шкаф на 25 - 30 минут, перед подачей полить маслом или соусом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 47

Наименование изделия: **Плов фруктовый**

Номер рецептуры: 196

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Рис | 45 | 45 |
| Морковь | 30 | 23 |
| Курага | 10 | 10 |
| Чернослив | 10 | 10 |
| Изюм | 10 | 10 |
| Сахар | 15 | 15 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **3,02** | **9,91** | **53,92** | **288,91** | **1,729** |

**Технология приготовления**: Рис перебрать, промыть, всыпать в подсоленную воду и варить на слабом огне до мягкости, затем откинуть на сито, промыть горячей кипяченой водой. Готовый рис переложить на электросковороду, смазанную маслом, добавить хорошо вымытые и набухшие в теплой кипяченой воде сухофрукты, пассированную морковь, сахар, сливочное масло и готовить до полной готовности 20-30 минут.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 48

Наименование изделия: **Винегрет овощной**

Номер рецептуры: 76

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель | 50 | 40 |
| Морковь | 30 | 25 |
| Свекла | 35 | 30 |
| Огурец консервированный | 30 | 20 |
| Лук репчатый | 15 | 9 |
| Фасоль консервированная (зеленый горошек) | 25 | 20 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 150 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **8,37** | **10,42** | **27,34** | **247,02** | **19,23** |

**Технология приготовления**: Отварные овощи: картофель, свекла и морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Лук мелко шинкуют, бланшируют кипятком, откидывают на дуршлаг. Овощи смешать и приправить растительным маслом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 49

Наименование изделия: **Макароны, запеченные с сыром**

Номер рецептуры: 204

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Макароны | 45 | 45 |
| Сыр | 42 | 40 |
| Масло сливочное | 6 | 6 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| 2,34 | 0,20 | 16,92 | 74,7 | -- |
| 7,48 | 8,19 | -- | 108,3 | -- |
| 0,03 | 4,95 | 0,05 | 44,88 | 0,17 |
| **9,85** | **13,34** | **16,97** | **227,88** | **0,17** |

**Технология приготовления:** Макароны отварить в подсоленной воде в течении 10 – 15 минут, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде, добавить растопленное сливочное масло, тертый сыр и перемешать и запечь в духовом шкафу.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 50

Наименование изделия: **Котлета рыбная**

Номер рецептуры: 234

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Рыба (филе) кета | 110 | 90 |
| Лук репчатый | 10 | 7 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 15 |
| Яйцо 1/6 | 8 | 7 |
| Молоко | 20 | 20 |
| Мука пшеничная | 5 | 5 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 110 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **23,3** | **15,05** | **21,21** | **315,34** | **79,02** |

**Технология приготовления:** Филе рыбы пропустить через мясорубку, добавить лук, морковь, яйцо, немного посолить. Сформовать рыбные котлеты, обвалять в муке и запечь их в духовке.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 51

Наименование изделия: **Рыба тушеная в соусе**

Номер рецептуры: 229

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Рыба (филе) | 110 | 90 |
| Лук | 12 | 10 |
| Морковь | 15 | 11 |
| Мука пшеничная | 5 | 5 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Выход: |  | 90/35 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **22,63** | **9,3** | **5,89** | **228,79** | **0,52** |

**Технология приготовления**: Филе рыбы нарезать на порционные куски, укладывают в посуду, чередуя со слоем нашинкованных овощей, заливают бульоном, добавляют растительное масло, томатное пюре, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60) минут; за 5-7 минут до окончания тушения добавляют специи. Подают с гарниром.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 52

Наименование изделия: **Зразы рыбные с яйцо (с рисом №237)**

Номер рецептуры: 236

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна 2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Кальмар (филе) | 80 | 70 |
| Рыба минтай (филе) | 60 | 50 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 15 |
| Яйцо 1/2 | 20 | 20 |
| Молоко | 15 | 15 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Морковь | 25 | 21 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 160 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **20,2** | **11,71** | **9,92** | **241,32** | **77,07** |

**Технология приготовления**: Филе рыбы пропустить через мясорубку, добавить лук, морковь, яйцо, немного посолить. формируют биточки и запекают в духовке (можно варить на пару).

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 53

Наименование изделия: **Яйцо отварное**

Номер рецептуры: 209

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Яйцо 1 шт. | 45 | 410 |
| Выход: |  | 40 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **5,08** | **4,60** | **0,28** | **62,80** | **--** |

**Технология приготовления**: Яйцо отварить в подсоленной воде вкрутую 8-10 минут с момента закипания . Для облегчения очистки от скорлупы яйца погрузить в холодную воду. Яйцо давать очищенное от скорлупы.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 54

Наименование изделия: **Ватрушка с повидлом**

Номер рецептуры: 410

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мука пшеничная | 50 | 50 |
| Молоко | 15 | 15 |
| Яйцо 1/7 | 7 | 6 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Сахар | 5 | 5 |
| дрожжи | 1 | 1 |
| Джем | 25 | 20 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **3,75** | **5,93** | **22,67** | **153,76** | **0,52** |

**Технология приготовления**: Дрожжи развести в теплой воде 30-35 0 С, добавить половину муки, размешать, поставить в теплое место на 2-3 часа, затем добавить оставшуюся муку, сахар, соль, масло, яйца, тщательно замесить тесто и выдержать в тепле 1,5-2 часа, в процессе брожения 2-3 раза обмять. Из приготовленного теста сформировать шарики массой 30 г, уложить на смазанный маслом противень, на середину положить повидло(джем) посыпать сахарным песком и выпекать в духовке в течение 20-25 минут.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 55

Наименование изделия: **Пирожок печеный с повидлом**

Номер рецептуры: 406

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Т Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мука пшеничная | 50 | 50 |
| Молоко | 15 | 15 |
| Яйцо 1/7 | 7 | 6 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Сахар | 3 | 3 |
| дрожжи | 2 | 2 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Повидло | 30 | 30 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **3,87** | **5,92** | **33,44** | **195,49** | **0,52** |

**Технология приготовления:** Дрожжи растопить в теплом молоке, добавить растительное масло, муку тщательно вымешать, поставить в теплое место на 2-3 часа. В процессе брожения 2-3 раза обмять. Сформировать из теста ватрушки, поместить повидло, выпекать до готовности

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 56

Наименование изделия: **Пирожок с капустой**

Номер рецептуры: 406

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мука пшеничная | 45 | 45 |
| Молоко | 15 | 15 |
| Яйцо 1/7 | 7 | 6 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Сахар | 3 | 3 |
| дрожжи | 1 | 1 |
| Капуста белокочанная свежая | 90 | 80 |
| Морковь | 10 | 7 |
| Лук репчатый | 10 | 7 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Выход: |  | 150 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **7,73** | **7,21** | **42,49** | **256,56** | **81,38** |

**Технология приготовления**: Дрожжи развести в теплой воде 30-35 0 С, добавить половину муки, размешать, поставить в теплое место на 2-3 часа, затем добавить оставшуюся муку, сахар, соль, масло, яйца, тщательно замесить тесто и выдержать в тепле 1,5-2 часа, в процессе брожения 2-3 раза обмять. Из приготовленного теста сформировать шарики. Белокочанную капусту вымыть, очистить, нарубить, протушить с морковью и луком до испарения влаги. Шарики раскатать в лепешки, положить на них фарш, края соединить, уложить на смазанный маслом противень, выпекать в духовке

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 57

Наименование изделия: **Пирожок с рисом и яйцом**

Номер рецептуры: 406

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мука пшеничная | 50 | 50 |
| Молоко | 15 | 15 |
| Яйцо 1/6 | 8 | 7 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Сахар | 3 | 3 |
| дрожжи | 1 | 1 |
| Рис | 8 | 8 |
| Яйцо 1/2 | 25 | 20 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 120 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **6,65** | **8,35** | **23,53** | **190,53** | **0,52** |

**Технология приготовления**: Дрожжи развести в теплой воде 30-35 0 С, добавить половину муки, размешать, поставить в теплое место на 2-3 часа, затем добавить оставшуюся муку, сахар, соль, масло, яйца, тщательно замесить тесто и выдержать в тепле 1,5-2 часа, в процессе брожения 2-3 раза обмять. Из приготовленного теста сформировать шарики. Рис отварить, добавить порубленные яйца. Шарики раскатать в лепешки, положить на них фарш, края соединить, уложить на смазанный маслом противень, выпекать в духовке.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 58

Наименование изделия: **Ватрушка с творогом**

Номер рецептуры: 410

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Мука пшеничная | 50 | 50 |
| Молоко | 15 | 15 |
| Яйцо 1/10 | 5 | 4 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Сахар | 8 | 8 |
| дрожжи | 1 | 1 |
| Масло растительное | 1 | 1 |
| Творог | 60 | 60 |
| Выход: |  | 120 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **7,31** | **9,98** | **19,03** | **191,68** | **0,41** |

**Технология приготовления:** Дрожжи растопить в теплом молоке, добавить растительное масло, муку тщательно вымешать, поставить в теплое место на 2-3 часа. В процессе брожения 2-3 раза обмять. Сформировать из теста ватрушки, поместить творог, выпекать до готовности

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 59

Наименование изделия: **Икра свекольная**

Номер рецептуры: 52

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Свекла | 95 | 75 |
| Лук | 20 | 18 |
| Морковь | 20 | 15 |
| Томат паста | 3 | 3 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,98** | **1,99** | **1,26** | **44,86** | **7,0** |

**Технология приготовления**: Свеклу сварить, почистить, натереть на терке, пассированный лук с морковью, посолить, притушить несколько минут, добавить мелко нарубленный чеснок.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 60

Наименование изделия: **Салат из сладкого перца (любые свежие овощи).**

Номер рецептуры: 29

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Перец сладкий | 75 | 60 |
| Лук репчатый | 10 | 5 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 60 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,78** | **1,99** | **3,18** | **16,20** | **0,6** |

**Технология приготовления**: Сладкий перец вымыть, очистить от семян, обдать кипятком. Лук очистить, промыть, нашинковать и обдать кипятком. Перец и лук смешать, посолить и заправить растительным маслом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 61

Наименование изделия: **Салат картофеля с конс огурцом из зеленым горошком**

Номер рецептуры: 10

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Горошек зеленый консервированный | 26 | 17 |
| Лук репчатый | 10 | 5 |
| Картофель | 68 | 49 |
| Консервир огурец | 30 | 24 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **1,48** | **1,99** | **3,65** | **38,54** | **6,32** |

**Технология приготовления**: картофель вымыть, отварить, порезать кубиками. Огурец порезать соломкой. Зеленый горошек прокипятить, все смешать с мелко нарубленным репчатым луком. Перед подачей заправить растительным маслом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 62

Наименование изделия: **Салат «Зимний» (из консервированных овощей)**

Номер рецептуры: 70

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Томат в с/с | 50 | 45 |
| Огурец консервированный | 45 | 40 |
| Зеленый горошек консервированный | 15 | 10 |
| Лук репчатый | 5 | 3 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,76** | **4,99** | **8,89** | **83,99** | **9,95** |

**Технология приготовления**: Консервированные огурцы, томаты и лук нашинковать, смешать, добавить консервированный зеленый горошек (предварительно прошедший термическую обработку) заправить растительным маслом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 63

Наименование изделия: **Салат витаминный (из свежей моркови)**

Номер рецептуры: 66

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Сахар | 5 | 5 |
| Морковь | 66 | 55 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 60 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,7** | **4,99** | **5,06** | **67,65** | **9,6** |

**Технология приготовления**: Морковь тщательно вымыть, очистить, обдать кипятком. Морковь нашинковать на крупной терке. Добавить сахар, заправить растительным маслом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 64

Наименование изделия: **Салат из свеклы**

Номер рецептуры: 52

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Свекла | 55 | 50 |
| Масло растительное | 2 | 2 |
| Выход: |  | 60 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **1,08** | **1,99** | **10,75** | **82,06** | **6,803** |

**Технология приготовления**: Отваренную очищенную свеклу натереть соломкой.

Свеклу обжарить на растительном масле . прогревают 3 минуты при температуре 85 0 С.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 65

Наименование изделия: **Салат из свежей капусты**

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Капуста белокочанная свежая | 98 | 78 |
| Морковь | 15 | 10 |
| Лук | 12 | 10 |
| Масло растительное | 5 | 2 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **1,6** | **11,03** | **4,18** | **106,38** | **7,9** |

**Технология приготовления**: Морковь и лук вымыть, мелко нашинковать или нарезать на крупной терке. Капусту очистить, помыть, обдать кипятком, мелко нашинковать, смешать с подготовленной морковью и луком, перемешать, заправить растительным маслом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 66

Наименование изделия: **Салат овощной с морской капустой**

Номер рецептуры: 41

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Огурец консервированный | 35 | 30 |
| Кукуруза консервированная | 25 | 20 |
| Морская капуста консервированная | 50 | 35 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,56** | **4,26** | **2,38** | **42,13** | **3,8** |

**Технология приготовления**: Консервированные огурцы ,кукурузу, морскую капусту, нарезанные овощи перед отпуском перемешивают, заправить растительным маслом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 67

Наименование изделия: **Огурец консервированный порционный**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна 2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Огурец консервированный порционный | 65 | 60 |
| Выход: |  | 60 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,42** | **--** | **0,77** | **4,90** | **1,7** |

**Технология приготовления:**

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 68

Наименование изделия: **помидор консервированный порционный**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Помидор консервированный порционный | 65 | 60 |
| Выход: |  | 60 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **--** | **--** | **0,78** | **3,60** | **--** |

**Технология приготовления:**

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 69

Наименование изделия: **Салат из свеклы с конс огурцом**

Номер рецептуры: 36

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Огурец консервированный | 25 | 20 |
| Свекла | 76 | 60 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 85 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **1,5** | **4,1** | **0,78** | **3,60** | **2,5** |

**Технология приготовления:** Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и нарезают мелкой соломкой. Огурцы нарезают тонкой соломкой, добавляют припущенный репчатый лук. При отпуске салат перемешивают и заправляют растительным маслом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 70

Наименование изделия: **Каша пшенная молочная**

Номер рецептуры: 181

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Пшено | 25 | 25 |
| Молоко | 150 | 150 |
| Сахар | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 4 | 4 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **5,72** | **8,46** | **19,98** | **177,37** | **1,41** |

**Технология приготовления:** Пшено переработать, тщательно промыть, засыпать в кипящую подсоленную воду, взятую в большом количестве (в соотношении 5:1), варить 5-8 минут, слить лишнюю воду и довести до готовности, добавив молоко. В готовую кашу добавить сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 71

Наименование изделия: **Каша рисовая молочная**

Номер рецептуры: 181

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Рис | 25 | 25 |
| Молоко | 150 | 150 |
| Сахар | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 4 | 4 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **5,10** | **8,17** | **21,73** | **175,99** | **1,41** |

**Технология приготовления**: Рис переработать, промыть, всыпать в кипящую воду, варить до полуготовности, добавить подогретое молоко, соль, сахар и варить на слабом огне до готовности, снять с огня, добавить масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 72

Наименование изделия: **Каша манная молочная**

Номер рецептуры: 181

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна а,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Крупа манная | 25 | 25 |
| Молоко | 150 | 150 |
| Сахар | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 4 | 4 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **5,63** | **8,19** | **21,23** | **176,37** | **1,41** |

**Технология приготовления**: Взять ¼ части молока, соединить с таким же количеством воды, довести до кипения, всыпать просеянную манную крупу и варить при помешивании до загустения, затем добавить остальное подогретое молоки, немного соли, сахар и варить до готовности. В готовую кашу добавить сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 73

Наименование изделия: **Каша геркулесовая молочная**

Номер рецептуры: 173

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Хлопья Геркулес | 25 | 25 |
| Молоко | 150 | 150 |
| Сахар | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 4 | 4 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **5,83** | **8,18** | **22,35** | **181,65** | **1,76** |

**Технология приготовления:** Взять ¼ части молока, соединить с таким же количеством воды, довести до кипения, всыпать просеянную манную крупу и варить при помешивании до загустения, затем добавить остальное подогретое молоки, немного соли, сахар и варить до готовности. В готовую кашу добавить сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 74

Наименование изделия: **Каша молочная «Дружба»**

Номер рецептуры: 181

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Рис | 20 | 10 |
| Пшено | 15 | 15 |
| Молоко | 150 | 150 |
| Сахар | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 4 | 4 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **5,52** | **8,32** | **21,10** | **176,44** | **1,41** |

**Технология приготовления:** Гречку и рис переработать, промыть, всыпать в кипящую воду, варить до полуготовности, добавить подогретое молоко, соль, сахар, добавить растопленное сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 75

Наименование изделия: **Каша гречневая молочная**

Номер рецептуры: 183

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Крупа гречневая | 25 | 25 |
| Молоко | 150 | 150 |
| Сахар | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 4 | 4 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **7,37** | **8,75** | **29,07** | **217,87** | **1,41** |

**Технология приготовления**: Гречневую крупу перебрать, промыть, засыпать в кипящую воду, варить до полуготовности, добавить горячее молоко, соль, сахар и варить до готовности. После снять с огня и добавить сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 76

Наименование изделия: **Каша пшеничная молочная**

Номер рецептуры: 181

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Крупа пшеничная | 25 | 25 |
| Молоко | 150 | 150 |
| Сахар | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 4 | 4 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **7,34** | **8,27** | **30,02** | **217,12** | **1,41** |

**Технология приготовления**: Пшеничную крупу промыть, засыпать в кипящую воду, варить до полуготовности, добавить горячее молоко, соль, сахар и варить до готовности. После снять с огня и добавить сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 77

Наименование изделия: **Каша ячневая молочная**

Номер рецептуры: 181

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Крупа ячневая | 25 | 25 |
| Молоко | 150 | 150 |
| Сахар | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 4 | 4 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **6,82** | **8,42** | **29,99** | **216,12** | **1,41** |

**Технология приготовления**: Ячневую крупу промыть, засыпать в кипящую воду, варить до полуготовности, добавить горячее молоко, соль, сахар и варить до готовности. После снять с огня и добавить сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 78

Наименование изделия: **Вермишель молочная**

Номер рецептуры: 120

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Вермишель | 25 | 25 |
| Молоко | 150 | 150 |
| Сахар | 5 | 5 |
| Масло сливочное | 4 | 4 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **5,78** | **8,24** | **23,35** | **185,42** | **1,41** |

**Технология приготовления**: Вермишель опустить в кипящую подсоленную воду, варить до полуготовности, воду слить, добавить горячее молоко, сахар и варить до готовности. Перед снятием с огня добавить сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 79

Наименование изделия: **Батон с маслом сливочным**

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Батон | 40 | 40 |
| Масло сливочное | 10 | 10 |
| Выход: |  | 50 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **2,69** | **4,44** | **17,44** | **116,5** | **0,17** |

**Технология приготовления**: На кусочек пшеничного хлеба намазать масло сливочное.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 80

Наименование изделия: **Батон с маслом сливочным и сыр**

Номер рецептуры: 1/7

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Батон | 35 | 35 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Сыр | 15 | 15 |
| Выход: |  | 35/5/15 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **6,71** | **8,53** | **17,43** | **170,65** | **0,17** |

**Технология приготовления**: На кусочек хлеба пшеничного намазать масло сливочное и сверху положить кусочек сыра.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 81

Наименование изделия: **колбаса отварная порционная**

Номер рецептуры: 9

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Колбаса отварная | 41 | 40 |
| Выход: |  | 40 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **6,71** | **8,53** | **17,43** | **170,65** | **0,17** |

**Технология приготовления**: с колбасы удаляют шпагат, очищают, нарезают поперек батона по 2-3 кусочка на порцию. Подготовленную колбасу кладут в подсоленную кипящую воду, и варят при слабом кипении 5-7 минут. Отпускается как самостоятельное блюдо без гарнира.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 81

Наименование изделия: **Сок фруктовый**

Номер рецептуры: 389

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Сок фруктовый ( овощной ) | 200 | 200 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **6,71** | **8,53** | **17,43** | **170,65** | **0,17** |

**Технология приготовления**: с колбасы удаляют шпагат, очищают, нарезают поперек батона по 2-3 кусочка на порцию. Подготовленную колбасу кладут в подсоленную кипящую воду, и варят при слабом кипении 5-7 минут. Отпускается как самостоятельное блюдо без гарнира.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта №82

Наименование изделия: **Картофель отварной с овощами**

Номер рецептуры: 310

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель | 170 | 140 |
| Морковь | 15 | 12 |
| Лук репчатый | 15 | 12 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Выход: |  | 140 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **14,08** | **9,74** | **17,76** | **211,32** | **25,82** |

**Технология приготовления**: Картофель почисть, тщательно промыть, нарезать кубиками, поместить в духовой шкаф на 20-25 минут. Картофель соединить с придушенными овощами, и притушить на горячей плите в течение 15 – 20 минут.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_г

Технологическая карта № 83

Наименование изделия: **Капуста тушенная**

Номер рецептуры: 321

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Капуста белокочанная | 264 | 208 |
| Морковь | 15 | 12 |
| Лук репчатый | 15 | 12 |
| Томат-паста | 2 | 2 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Масло растительное | 4 | 4 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **5,0** | **8,3** | **23,0** | **188** | **42,6** |

**Технология приготовления**: нарезанную капусту кладут в емкость слоем до 30 см, доливают воду, масло сл., томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук и тушат до готовности.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 84

Наименование изделия: **оладьи из печени**

Номер рецептуры: 282

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Печень говяжья | 120 | 100 |
| Манка | 10 | 30 |
| Морковь | 15 | 12 |
| Масло растительное | 8 | 8 |
| Выход: |  | 150 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **26,26** | **14,61** | **17,55** | **345** | **12,15** |

**Технология приготовления**: приготовленную печень пропустить через мясорубку, соединить с манной крупой, добавить жир, соль и разделывают в виде лепешек по 1-2 шт на порцию. Жарят на сковородке маслом, до образования корочки с обеих сторон. Складывают в сотейник, заливают бульоном и тушат 15-20 мин. Подают с гарниром или салатом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 85

Наименование изделия: **Кальмар в молочном соусе**

Номер рецептуры: 229

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна 2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Кальмар | 120 | 61 |
| Морковь | 15 | 12 |
| Молоко | 25 | 20 |
| Лук репчатый | 15 | 12 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **18,0** | **2,2** | **5,2** | **100** | **1,5** |

**Технология приготовления**: кальмар помыть, очистить от пленок и жира, нарезать небольшими кусочками, притушить до полуготовности, добавить мелко нашинкованные лук, морковь, лечо, масло сливочное.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 86

Наименование изделия: **Икра кабачковая**

Номер рецептуры: 73

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна 2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Кабачки | 134 | 107 |
| Томат паста | 3 | 3 |
| Морковь | 15 | 12 |
| Лук репчатый | 15 | 12 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **1,2** | **4,7** | **7,7** | **78,0** | **9,6** |

**Технология приготовления**: очищенные от кожуры кабачки нарезают соломкой, запекают в жарочном шкафу и измельчают. Добавляют пассерованные с томатной пастой лук и морковь и тушат до готовности. Отпускают по 50-100 гр на порцию.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта **№ 87**

**Наименование изделия: салат из рубленной сайры с яйцом**

Номер рецептуры: 79

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Сайра | 60 | 55 |
| Яйцо | 1/8 | 5 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Огурец свежий | 13 | 10 |
| Выход: |  | 80 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **4,7** | **15,7** | **5,5** | **182** | **8,9** |

**Технология приготовления**: Рыбу разминают вилкой, репчатый лук нарезают, добавляют предварительно отваренное, мелко порубленное яйцо, (по сезону мелко нарезанный огурец, зимой можно заменить на консервированный)солят, перед подачей заправляют растительным маслом.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 88

Наименование изделия: **Рагу из птицы**

Номер рецептуры: 289

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Птица | 106 | 72 |
| Картофель | 107 | 80 |
| Морковь | 15 | 12 |
| Лук репчатый | 15 | 12 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Масло растительное | 3 | 3 |
| Томат паста | 6 | 6 |
| Выход: |  | 180 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **10,8** | **14,4** | **15,3** | **235,8** | **8,28** |

**Технология приготовления**: подготовленные тушки курицы порубить на кусочки по 30-35 гр, обжаривают до образования золотистой корочки , заливают горячей водой в количестве 20-30% от массы продуктов, добавляют пассерованные томатное пюре, лук, морковь и тушат 30-40 мин. Добавляют отварной картофель и тушат еще 15-20 минут.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 89

Наименование изделия: **Оладьи из морепродуктов**

Номер рецептуры: 234

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Кальмар | 70 | 60 |
| Манка | 10 | 30 |
| Морковь | 10 | 7 |
| Лук репчатый | 10 | 8 |
| Яйцо | 1/8 | 5 |
| Масло растительное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 110 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **25,2** | **2,5** | **2,1** | **198,0** | **1,6** |

**Технология приготовления**: кальмар пропустить через мясорубку, добавить манной крупы, лук, морковь, яйцо, немного посолить. формируют биточки и запекают в духовке (можно варить на пару).

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

**Технологическая карта № 90**

**Наименование изделия: гороховое пюре**

**Номер рецептуры: 199**

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна 2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Горох | 51 | 100 |
| Молоко | 25 | 20 |
| Масло сливочное | 5 | 5 |
| Выход: |  | 125 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **10,5** | **0,8** | **20,4** | **297** | **0** |

**Технология приготовления**: бобовые варят, сливают отвар и протирают через сито. В полученную массу добавляют соль, горячее молоко, сливочное масло.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта №91

Наименование изделия: **Йогурт**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Йогурт фруктовый «Лучик» | 150 | 150 |
| Выход: |  | 150 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **6,0** | **3,5** | **42,0** | **135,0** | **1,0** |

**Технология приготовления**: ГМЗ.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

Технологическая карта № 92

Наименование изделия: **Молоко «Умница»**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Молоко «Умница» | 200 | 200 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **5,8** | **3,5** | **9,4** | **116** | **1,2** |

**Технология приготовления**: ГМЗ.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

**Технологическая карта № 93**

**Наименование изделия: Снежок**

**Номер рецептуры:**

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Снежок | 200 | 200 |
| Выход: |  | 200 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **5,4** | **6,4** | **21,6** | **158** | **1,8** |

**Технология приготовления**: ГМЗ.

Утверждаю: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Директор ГКОУ «МОЦО№1» Симонов А.П.

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_\_

**Технологическая карта № 94**

**Наименование изделия: фрукты свежие**

**Номер рецептуры:**

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А.Казначеева и А В. Тутельяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Фрукты свежие | 100 | 100 |
| Выход: |  | 100 |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **0,4** | **0,4** | **9,8** | **47** | **10,0** |

**Технология приготовления**: Фрукты тщательно моют, удаляют цветоножку.

**Технологическая карта № 95**

Наименование изделия: **Оладьи с повидлом или сгущённым молоком**

Номер рецептуры: 259

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников (под редакцией В.А. Казначеева и А В. Тетульяна,2007 год)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|  | 1 порция | |
|  | Брутто, г | Нетто, г |
| Молоко | 37 | 37 |
| Мука | 72 | 72 |
| Сахар | 12 | 12 |
| Яйцо | 0,15 | 7 |
| Дрожжи | 0,01 | 0,01 |
| Масло сливочное | 3 | 3 |
| Молоко сгущенное или повидло | 30 | 30 |
| Масло растительное | 7 | 7 |
| Выход: |  |  |

Химический состав данного блюда:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Пищевые вещества | | | |  |
| Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
| **12,5** | **9,4** | **28,4** | **250,1** | **0,4** |

Технология приготовления: Творог протирают, разводят молоком, добавляют муку, сахар, соль (1,5 г), яйца, соду и перемешивают до образования однородной массы. Оладьи толщиной не более 5-6 мм жарят с обеих сторон на растопленном масле 8-10 мин. Отпускают по 3 шт. на порцию с повидлом или сгущенным молоком. Правила оформления, подачи блюд: Оптимальная температура подачи 65° С. Характеристика изделия по органолептическим показателям:• Внешний вид —форма оладий овальная или круглая, изделия толщиной 5-6 мм, хорошо пропечены, с повидлом или сгущенным молоком;• цвет поверхности от золотисто-желтого до светло-коричневого, в разрезе —желтый;• вкус —сладкий, слегка кисловатый;• консистенция —крупнопористая, мягкая, эластичная (при надавливании образуется углубление, которое сразу выравнивается).