

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Бефстроганов из сердца гов. отварного

Номер рецептуры: № 275

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сердце с/м говяжье	98	83	9,8	8,3
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	3,78	3,78	0,38	0,38
или морковь столовая свежая	4,78	3,78	0,48	0,38
Масло сливочное	1,56	1,56	0,16	0,16
Вода	20,00	20,00	2,00	2,00
Молоко	23,11	23,11	2,31	2,31
Мука пшеничная	3,11	3,11	0,31	0,31
Сметана	6,89	6,89	0,69	0,69
Соль	0,44	0,44	0,04	0,04
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	17,35
Жиры (г):	6,60
Углеводы (г):	5,85
Энергетическая ценность (ккал):	152,19

Ca (мг):	83,14
Mg (мг):	28,89
Fe (мг):	4,92
C (мг):	4,36
B1 (мг):	37,00
B2 (мг):	0,79

Технология приготовления:

Подготовленное сердце закладывают в горячую воду. доводят до кипения, снимают пену, добавляют соль и варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности, охлаждают, затем нарезают длинными брусочками весом по 10-15г. Овощи пассеруют. Муку пассеруют, в охлажденную муку добавляют бульон и сметану, доводят до кипения. Сердце соединяют с овощами и соусом, тушат при слабом кипении 20-25 мин до готовности, в конце добавляют соль.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Биточки рыбные

Номер рецептуры: № 256

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Тушка трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали)	120	110	12	11
Молоко	10	10	1	1
Хлеб пшеничный	20	20	2	2
Яйцо	2	2	0,2	0,2
Сухари панировочные	8	8	0,8	0,8
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	20,65
Жиры (г):	4,22
Углеводы (г):	16,56
Энергетическая ценность (ккал):	186,85

Ca (мг):	402,90
Mg (мг):	37,24
Fe (мг):	0,85
C (мг):	1,16
B1 (мг):	0,12
B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:

Рыбу отделяют от кожи и костей, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке черствым хлебом, добавляют соль, перемешивают и выбивают. Формуют биточки, панируют в сухарях, обжаривают на сковороде с обеих сторон в течение 8-10 минут и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 20-25 минут при температуре 250-280С.

Температура подачи:

не ниже 65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Борщ с капустой и картофелем, курами и сметаной**

Номер рецептуры: № 119

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	16	16	1,6	1,6
<i>или свекла столовая свежая</i>	20	16	2	1,6
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	8	8	0,8	0,8
<i>или капуста белокочанная свежая</i>	10	8	1	0,8
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	8	8	0,8	0,8
<i>или картофель свежий продовольственный</i>	10,65	8	1,065	0,8
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
<i>или морковь столовая свежая</i>	5	4	0,5	0,4
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
<i>или лук репчатый свежий</i>	4,8	4	0,48	0,4
Томатная паста	1,2	1,2	0,12	0,12
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Сахар-песок	3	3	0,3	0,3
Вода	80	80	8	8
Сметана	3	3	0,3	0,3
Куры с/м	10	3,5	1	0,35
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г)	1,58
Жиры (г)	4,16
Углеводы (г)	7,06
Энергетическая ценность (ккал)	71,96

Ca (мг):	44,87
Mg (мг):	10,22
Fe (мг):	0,50
C (мг):	6,02
B1 (мг):	0,02
B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Куротваривают и перебирают от костей и кожи, бульон процеживают. Капусту нарезают шашками. Картофель дольками. В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную капусту, доводят до кипения, потом добавляют картофель, пассированные овощи, тушеную или отварную свеклу и варят до готовности. За 5 – 10 минут до окончания варки добавляют пассированное томатное пюре, сахар, соль и отварное куриное мясо. При приготовлении борща из ранней капусты, её закладывают после картофеля.

Температура подачи:

ниже 75°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог:

Вариант 3 "Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Голубцы с соусом**

Номер рецептуры: № 297

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (мясо бескостное) замороженная	31,9	28,7	3,189	2,87
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат или капуста белокочанная свежая	50,33	50,33	5,033	5,033
Крупа рисовая	3,0	3	0,3	0,3
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или лук репчатый свежий	7,17	7,17	0,717	0,717
Масло сливочное	2,2	2,2	0,22	0,22
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Мука пшеничная	7	7	0,7	0,7
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Сметана	8	8	0,8	0,8
Масло растительное	2,5	2,5	0,25	0,25
Бульон или вода	12	12	1,2	1,2
Томатная паста	3	3	0,3	0,3
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г)	7,67
Жиры (г)	15,28
Углеводы (г)	10,86
Энергетическая ценность (ккал)	211,63

Ca (мг):	146,00
Mg (мг):	19,44
Fe (мг):	1,32
C (мг):	15,63
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Подготовленный рис засыпают в кипящую воду (из расчета бл воды на 1 кг риса) и отваривают при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, воду сливают. Подготовленный лук репчатый нарезают кубиком, пассеруют с маслом сливочным. Подготовленный качан капусты отваривают с удаленной кочерыгой до полуготовности, охлаждают, мелко шинкуют.

Подготовленное мясо нарезают, пропускают через мясорубку, добавляют охлажденный пассерованный лук репчатый, рис отварной, соль (часть от рецептурной нормы), хорошо перемешивают и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют голубцы, панируют в муке, выкладывают в смазанную маслом растительным емкостью, запекают в жарочном шкафу с двух сторон при температуре 250-280 °С в течение 15-20 минут, за 5 - 7 минут до готовности голубцы заливают соусом. При приготовлении в пароконвектомате голубцы запекают в режиме "жар-пар" при температуре 180°С в течение 10-12 минут, за 3 - 5 минут до готовности заливают соусом.

Для приготовления соуса сметанного с томатом: Просеянную пшеничную муку пассеруют при непрерывном помешивании до светло-желтого цвета. В пассерованную охлажденную муку вливают горячий бульон или воду (часть от рецептурной нормы) и вымешивают до однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся часть бульона или воды, доводят до кипения. В приготовленный белый соус добавляют прокипяченную сметану, пассерованную томатную пасту на растительном масле, оставшуюся часть соли, варят в течении 3-5 минут.

Температура подачи: не ниже 65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Изделия макаронные отварные

Номер рецептуры: № 340

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макаронные изделия	35	35	3,5	3,5
Соль	2	2	0,2	0,2
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	3,87
Жиры (г):	2,93
Углеводы (г):	24,70
Энергетическая ценность (ккал):	140,66

Ca (мг):	14,37
Mg (мг):	6,04
Fe (мг):	0,62
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Подготовленные макаронные изделия засыпают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении в течение 15-20 мин. Сваренные макаронные изделия откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют кипяченым сливочным маслом и перемешивают.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Икра из кабачков

Номер рецептуры: № 25

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Икра кабачковая	105	100	10,5	10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	1,20
Жиры (г):	4,70
Углеводы (г):	7,70
Энергетическая ценность (ккал):	77,90

Ca (мг):	32,00
Mg (мг):	13,00
Fe (мг):	0,80
C (мг):	9,60
B1 (мг):	0,03
B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Потребительскую упаковку промывают проточной водой и обсушивают. Вскрывают чистым консервным ножом, раздают согласно выходу.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

незаправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Картофель отварной, резаный

Номер рецептуры: № 348

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	101,00	101,00	10,10	10,10
или картофель свежий продовольственный	134,67	101,00	13,47	10,10
Масло сливочное	3,33	3,33	0,33	0,33
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	2,05
Жиры (г):	3,15
Углеводы (г):	16,49
Энергетическая ценность (ккал):	102,53

Ca (мг):	15,55
Mg (мг):	23,23
Fe (мг):	0,92
C (мг):	10,10
B1 (мг):	0,12
B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Картофель предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде в течение 5 минут. Срок хранения очищенного полуфабриката в воде не более 2-3 часов при температуре воды не выше +12С. Очищенный, промытый, нарезанный на части картофель заливают горячей кипяченой водой (уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля), солят после закипания и варят до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Масло сливочное доводят до кипения

Температура подачи:

не ниже 65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Каша гречневая

Номер рецептуры: № 341

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Гречка	33,27	33,27	3,33	3,33
Вода	67,47	67,47	6,75	6,75
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	4,22
Жиры (г):	3,57
Углеводы (г):	19,02
Энергетическая ценность (ккал):	125,09

Ca (мг):	7,01
Mg (мг):	66,53
Fe (мг):	2,23
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,14
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают и промывают. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду, варят до загустения, помешивая, затем перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают упреть около 2,5 часов.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Компот из зам. ягод

Номер рецептуры: № 457

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Ягоды с/м	10	10	1	1
Сахарный песок	10	10	1	1
Вода	93	93	9,3	9,3
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,05
Жиры (г):	0,02
Углеводы (г):	10,36
Энергетическая ценность (ккал):	41,82

Ca (мг):	1,70
Mg (мг):	1,50
Fe (мг):	0,09
C (мг):	1,50
B1 (мг):	0,00
B2 (мг):	0,00

Технология приготовления:

Свежезамороженные ягоды промывают в воде, сменяя ее несколько раз, после этого заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Температура подачи:

не выше 20°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Компот из плодов свежих (лимон)

Номер рецептуры: № 450

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лимон свежий	7	7	0,7	0,7
Сахар-песок	11	11	1,1	1,1
Вода	85	85	8,5	8,5
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,06
Жиры (г):	0,01
Углеводы (г):	11,20
Энергетическая ценность (ккал):	45,11

Ca (мг):	3,13
Mg (мг):	0,84
Fe (мг):	0,08
C (мг):	2,80
B1 (мг):	0,00
B2 (мг):	0,00

Технология приготовления:

Лимоны моют, очищают от кожицы, нарезают тонкими кружочками, заливают горячим сиропом, доводят до кипения и дают настояться до полного охлаждения. Для приготовления сиропа в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают.

Температура подачи:

не выше 20°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Температура подачи: _____

Срок реализации:

Технолог _____

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Компот из плодов свежих (яблоки)

Номер рецептуры: № 451

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яблоки	16	15	1,6	1,5
Сахарный песок	10	10	1	1
Вода	90	90	9	9
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,06
Жиры (г):	0,06
Углеводы (г):	11,46
Энергетическая ценность (ккал):	46,62

Ca (мг):	2,70
Mg (мг):	1,35
Fe (мг):	0,36
C (мг):	1,50
B1 (мг):	0,00
B2 (мг):	0,00

Технология приготовления:

Яблоки промывают в воде, сменяя ее несколько раз, удаляют семенное гнездо, нарезают дольками. В горячей воде растворяют сахар-песок, варят 5-10 мин. Полученным сиропом заливают подготовленные яблоки, доводят до кипения и варят при слабом кипении не более 6-8 минут. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Температура подачи:

не выше 20°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Компот из плодов сухих

Номер рецептуры: № 455

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сухофрукты	8	8	0,8	0,8
Сахар - песок	10	10	1	1
Вода	103	103	10,3	10,3
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,32
Жиры (г):	0,02
Углеводы (г):	14,55
Энергетическая ценность (ккал):	59,70

Ca (мг):	9,50
Mg (мг):	7,36
Fe (мг):	240,03
C (мг):	0,40
B1 (мг):	0,00
B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Сушеные сухофрукты перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Температура подачи:

не выше 20°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Котлета рыбная

Номер рецептуры: № 256

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Тушка б/г трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное или Рыба б/г потрашенная	120	110	12	11
Молоко	10	10	1	1
Хлеб пшеничный	20	20	2	2
Яйцо	2	2	0,2	0,2
Сухари панировочные	8	8	0,8	0,8
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Жиры (г):	20,65
Углеводы (г)	4,22
Энергетическая ценность (ккал):	16,56
	186,85

Ca (мг):	402,90
Mg (мг):	37,24
Fe (мг):	0,85
C (мг):	1,16
B1 (мг):	0,12
B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:

Рыбу перебирают от кожи и костей, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке черствым хлебом, добавляют соль, перемешивают и выбивают. Формуют котлету, панируют в сухарях, обжаривают на сковороде с обеих сторон в течение 8-10 минут и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 20-25 минут при температуре 250-280С.

не ниже 65°С

Температура подачи:

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Макаронные изделия отварные

Номер рецептуры: № 340

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макаронные изделия	35	35	3,5	3,5
Соль	2	2	0,2	0,2
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	3,87
Жиры (г):	2,93
Углеводы (г):	24,70
Энергетическая ценность (ккал):	140,66

Ca (мг):	14,37
Mg (мг):	6,04
Fe (мг):	0,62
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Подготовленные макаронные изделия засыпают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении в течение 15-20 мин. Сваренные макаронные изделия откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют кипяченым сливочным маслом и перемешивают.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Огурцы консерв**

Номер рецептуры: № 36

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Огурцы консервированные	200	100	20	10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,80
Жиры (г):	0,10
Углеводы (г):	1,70
Энергетическая ценность (ккал):	10,90

Ca (мг):	23,00
Mg (мг):	14,00
Fe (мг):	0,60
C (мг):	5,00
B1 (мг):	0,02
B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Огурцы консервированные нарезают порционно.

Температура подачи: не выше 14°C

Срок реализации:

незаправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Огурцы свежие**

Номер рецептуры: № 37

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Огурцы свежие	102,04	100	10,204	10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,80
Жиры (г):	0,10
Углеводы (г):	1,70
Энергетическая ценность (ккал):	10,90

Ca (мг):	23,00
Mg (мг):	14,00
Fe (мг):	0,60
C (мг):	5,00
B1 (мг):	0,02
B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Огурцы нарезают порционно.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

незаправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Пельмени с маслом сливочным

Номер рецептуры: № 504

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Пельмени детские	80	80	8	8
Соль	0,2	0,2	0,02	0,02
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	9,54
Жиры (г):	15,25
Углеводы (г):	20,36
Энергетическая ценность (ккал):	256,79

Ca (мг):	14,94
Mg (мг):	10,44
Fe (мг):	0,74
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,14
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Пельмени детские опускают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг пельменей 4 л воды), доводят до кипения и продолжают варить при слабом кипении в течение 5-7 минут. Когда пельмени всплывут на поверхность, их осторожно вынимают. Готовые пельмени заправляют прокипяченным маслом сливочным.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Печень по-строгановски

Номер рецептуры: № 284

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Печень с/м	88,89	74,00	8,89	7,40
Паста томатная	2,00	2,00	0,20	0,20
Мука пшеничная	3,33	3,33	0,33	0,33
Вода	32,56	32,56	3,26	3,26
Сметана	32,22	32,22	3,22	3,22
Масло сливочное	3,22	3,22	0,32	0,32
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	14,92
Жиры (г):	10,27
Углеводы (г):	4,22
Энергетическая ценность (ккал):	169,01

Ca (мг):	358,83
Mg (мг):	17,75
Fe (мг):	5,26
C (мг):	25,45
B1 (мг):	0,24
B2 (мг):	1,66

Технология приготовления:

Печень очищают от пленок и желчных протоков, промывают, нарезают нбрусочками, заливают кипятком и припускают в небольшом количестве воды в течение 5 минут. Затем заливают соусом сметанным, приготовленным из подсушенной муки, сметаны, соли, тушить до готовности (15-20мин).

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Плов куриный**

Номер рецептуры: № 331

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Куры с/м	61,25	28,33	6,13	2,83
Или п/ф из кур (грудка, бедро)	36,0	28,33	3,6	2,83
Масло растительное	4,58	4,58	0,46	0,46
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	4,67	4,67	0,47	0,47
или лук репчатый свежий	5,58	4,67	0,56	0,47
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	5,29	5,29	0,53	0,53
или морковь столовая свежая	6,58	5,29	0,66	0,53
Томатная паста	3,00	3,00	0,30	0,30
Крупа рисовая	23,38	23,38	2,34	2,34
Вода	54,00	54,00	5,40	5,40
Соль	0,79	0,79	0,08	0,08
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	8,03
Жиры (г):	10,04
Углеводы (г):	19,55
Энергетическая ценность (ккал):	200,70

Ca (мг):	12,79
Mg (мг):	21,13
Fe (мг):	0,85
C (мг):	2,59
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,06

Технология приготовления:

Подготовленное мясо птицы нарезают кубиком весом 15-20 г, закладывают в горячую воду (2 л на 1 кг продукта), доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену и варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Бульон сливают, процеживают.

Подготовленные овощи нарезают: морковь соломкой или кубиком, лук мелко рубят. Измельченную морковь и лук репчатый припускают в течение 5-10 минут в бульоне и/или воде (часть от рецептурной нормы) с добавлением масла растительного и томатной пасты.

Подготовленные овощи припускают с добавлением томатной пасты, соединяют с птицей и тушат в закрытой посуде в течение 15-20 минут, затем закладывают подготовленную рисовую крупу и варят до полуготовности. После того, как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой и оставляют томиться на 25-40 минут.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Помидор свежий

Номер рецептуры: № 39

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры свежие	102	100	10,2	10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	1,20
Жиры (г):	4,70
Углеводы (г):	7,70
Энергетическая ценность (ккал):	77,90

Ca (мг):	32,00
Mg (мг):	13,00
Fe (мг):	0,80
C (мг):	9,60
B1 (мг):	0,03
B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Помидоры нарезают порционно.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

незаправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Пюре картофельное

Номер рецептуры: № 354

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	85,47	85,47	8,55	8,55
или картофель свежий продовольственный	110,67	85,47	11,07	8,55
Молоко	15	15	1,50	1,50
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	2,18
Жиры (г):	3,30
Углеводы (г):	14,66
Энергетическая ценность (ккал):	97,05

Ca (мг):	31,33
Mg (мг):	21,76
Fe (мг):	0,79
C (мг):	8,64
B1 (мг):	0,11
B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Картофель предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде в течение 5 минут. Срок хранения очищенного полуфабриката в воде не более 2-3 часов при температуре воды не выше +12С. Очищенный, промытый картофель заливают горячей кипяченой водой (уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля), солят после закипания и варят до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель протирают

Температура подачи:

не ниже 65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рагу из мяса птицы (курица)**

Номер рецептуры: № 334

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Куры с/м	47,83	43,46	4,78	4,35
Или п/ф из кур (грудка, бедро)	29,0	28,0	2,9	2,8
Соль	1,00	1,00	0,10	0,10
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	46,71	46,71	4,67	4,67
или картофель свежий продовольственный	62,17	46,71	6,22	4,67
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	10,00	10,00	1,00	1,00
или морковь столовая свежая	12,50	10,00	1,25	1,00
Томатная паста	1,21	1,21	0,12	0,12
Лук репчатый очищенный	6,00	6,00	0,60	0,60
или лук репчатый свежий	7,08	6,00	0,71	0,60
Мука пшеничная	5,00	5,00	0,50	0,50
Масло растительное	2,00	2,00	0,20	0,20
Вода	30,83	30,83	3,08	3,08
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г)	11,13
Жиры (г)	10,27
Углеводы (г)	12,52
Энергетическая ценность (ккал)	187,03

Ca (мг):	23,34
Mg (мг):	24,83
Fe (мг):	1,35
C (мг):	7,10
B1 (мг):	0,11
B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Подготовленное мясо птицы нарезают кубиком весом 15-20 г, закладывают в горячую воду (2 л на 1 кг продукта), доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену и варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Бульон сливают, процеживают.

Подготовленные овощи нарезают: картофель кубиком, морковь соломкой или кубиком, лук мелко рубят. Измельченную морковь и лук репчатый припускают в течение 5-10 минут в бульоне и/или воде (часть от рецептурной нормы) с добавлением масла растительного и томатной пасты.

Пшеничную муку пассеруют при непрерывном помешивании до светло-желтого цвета. В охлажденную муку вливают оставшуюся часть бульона и/или воды, добавляют припущенные овощи и тушат в течение 5 минут. Подготовленные овощи с соусом соединяют с птицей и тушат в закрытой посуде в течение 15-20 минут.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рассольник ленинградский со сметаной на кур./б.**

Номер рецептуры: № 122

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	30	30	3	3
<i>или</i> картофель свежий продовольственный	40	30	4	3
Крупа перловая	2	2	0,2	0,2
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
<i>или</i> морковь столовая свежая	5	4	0,5	0,4
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	2	2	0,2	0,2
<i>или</i> лук репчатый свежий	2,35	2	0,235	0,2
Огурец консервированный	12	6	1,2	0,6
Масло растительное	1	1	0,1	0,1
Сметана	1,5	1,5	0,15	0,15
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,97
Жиры (г):	1,38
Углеводы (г):	6,84
Энергетическая ценность (ккал):	43,65

Ca (мг):	18,09
Mg (мг):	10,48
Fe (мг):	0,39
C (мг):	3,71
B1 (мг):	0,04
B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Морковь, лук мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного в течение 10-15 мин. Крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду, варят до полуготовности, отвар сливают, а крупу промывают. Картофель очищенный нарезают брусочками или дольками, огурцы соленые очищают от кожицы, нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды в течение 15 мин. В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, добавляют припущенные картофель, лук, морковь и огурцы соленые. За 5-7 мин до окончания варки добавляют соль, перемешивают. Отпускают с прокипяченной сметаной.

Температура подачи:

не ниже 75°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог:

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Рис с овощами

Номер рецептуры: № 360

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа рисовая	29,00	29,00	2,90	2,90
Вода	60,00	60,00	6,00	6,00
Масло сливочное	3,00	3,00	0,30	0,30
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	10,00	10,00	1,00	1,00
<i>или</i> морковь столовая свежая	12,47	10,00	1,25	1,00
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	5,00	5,00	0,50	0,50
<i>или</i> лук репчатый свежий	6,00	5,00	0,60	0,50
Соль	0,27	0,27	0,03	0,03
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	2,25
Жиры (г):	2,79
Углеводы (г):	23,74
Энергетическая ценность (ккал):	129,06

Ca (мг):	7,67
Mg (мг):	19,04
Fe (мг):	0,41
C (мг):	1,00
B1 (мг):	0,03
B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Подготовленный рис засыпают в кипящую подсоленную воду и припускают при слабом кипении. Подготовленные овощи нарезают, морковь соломкой, лук мелкими кубиками, припускают с добавлением сливочного масла в течение 5-8 минут. Припущенные овощи соединяют с припущенным рисом и прогревают в течение 10-15 минут.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат из квашеной капусты**

Номер рецептуры: № 57

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста квашеная	112	100	11,17	10,00
Масло растительное	3	3	0,33	0,33
Сахар - песок	2	2	0,17	0,17
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,00
Жиры (г):	3,33
Углеводы (г):	1,67
Энергетическая ценность (ккал):	36,63

Ca (мг):	0,05
Mg (мг):	0,00
Fe (мг):	0,01
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,00
B2 (мг):	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную капусту соединяют с сахаром и маслом растительным, перемешивают.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

незаправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Салат из свежей капусты

Номер рецептуры: № 57

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	100	100	11,17	10,00
<i>или</i> капуста белокочанная свежая	112	100	11,17	10,00
Масло растительное	3	3	11,17	10,00
Сахар - песок	2	2	0,17	0,17
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,00
Жиры (г):	3,33
Углеводы (г):	1,67
Энергетическая ценность (ккал):	36,63

Ca (мг):	0,05
Mg (мг):	0,00
Fe (мг):	0,01
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,00
B2 (мг):	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную капусту соединяют с сахаром и маслом растительным, перемешивают.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

незаправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Салат из свеклы с маслом раст.

Номер рецептуры: № 82

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	95,7	95,7	9,57	9,57
<i>или</i> свекла столовая свежая	119,7	95,7	11,97	9,57
Масло растительное	10,0	10,0	1	1
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,52
Жиры (г):	3,63
Углеводы (г):	3,03
Энергетическая ценность (ккал):	46,87

Ca (мг):	12,74
Mg (мг):	7,58
Fe (мг):	0,48
C (мг):	3,44
B1 (мг):	0,01
B2 (мг):	0,01

Технология приготовления:

Подготовленную свеклу отваривают в кожуре до готовности, затем очищают от кожуры, нарезают тонкой соломкой или натирают на крупной терке, заправляют маслом растительным и солью, перемешивают и укладывают горкой.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

незаправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат Мозайка**

Номер рецептуры: № 94

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	45	45	4,53	4,53
<i>или</i> картофель свежий продовольственный	61	45	6,05	4,53
Горошек консервированный	20	10	2,00	1,00
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	30	30	3,00	3,00
<i>или</i> морковь столовая свежая	38	30	3,78	3,00
Яйцо	10	10	1,00	1,00
Соль	0	0	0,03	0,03
Масло растительное	6	6	0,60	0,60
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	2,88
Жиры (г):	7,38
Углеводы (г):	10,18
Энергетическая ценность (ккал):	118,60

Ca (мг):	37,23
Mg (мг):	25,20
Fe (мг):	0,95
C (мг):	7,03
B1 (мг):	0,09
B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Картофель и морковь закладывают в кипящую воду, варят до готовности, охлаждают, нарезают кубиками, подготовленные яйца мелко рубят. Консервированный горошек зеленый отваривают течение 5 минут после закипания и охлаждают. Овощи соединяют, добавляют соль, заправляют растительным маслом и перемешивают.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

незавяленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), завяленного - не более 30 минут с момента приготовления

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суп вермишелевый на кур /б**

Номер рецептуры: № 156

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Вермишель	8	8	0,8	0,8
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
<i>или</i> морковь столовая свежая	5	4	0,5	0,4
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
<i>или</i> лук репчатый свежий	4,8	4	0,48	0,4
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Вода	95	95	9,5	9,5
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	1,00
Жиры (г):	1,77
Углеводы (г):	6,26
Энергетическая ценность (ккал):	44,95

Ca (мг):	4,08
Mg (мг):	3,36
Fe (мг):	0,19
C (мг):	0,60
B1 (мг):	0,02
B2 (мг):	0,01

Технология приготовления:

В кипящий куриный бульон закладывают подготовленные макаронные изделия, доводят до кипения, затем добавляют пассированные овощи и варят до готовности. За 5 – 10 минут до окончания варки добавляют соль. При приготовлении супа с вермишелью в кипящий бульон или воду кладут пассированные овощи и варят 5-8 минут, затем добавляют вермишель и варят суп до готовности.

Температура подачи:

не ниже 75°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог:

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суп картофельный с мясными фрикадельками**

Номер рецептуры: № 256/308

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	40,00	40,00	4,00	4,00
<i>или</i> картофель свежий продовольственный	53,20	40,00	5,32	4,00
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4,00	4,00	0,40	0,40
<i>или</i> морковь столовая свежая	5,00	4,00	0,50	0,40
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	4,00	4,00	0,40	0,40
<i>или</i> лук репчатый свежий	4,80	4,00	0,48	0,40
Томатная паста	1,00	1,00	0,10	0,10
Масло растительное	1,00	1,00	0,10	0,10
Вода	70	70	7,00	7,00
Выход		100		10
Масса супа и фрикаделек готовых в г на порцию супа с фрикадельками: массой 200 г. массой 250 г.		170/30 220/30		

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,83
Жиры (г):	1,02
Углеводы (г):	6,36
Энергетическая ценность (ккал)	37,93

Ca (мг):	7,41
Mg (мг):	10,24
Fe (мг):	0,39
C (мг):	4,39
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный кубиками. Добавляют пассированные овощи и варят до полуготовности. За 5-10 минут добавляют пассированное томатное пюре и соль. Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно варить без томата.

Температура подачи:

не ниже 75°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог:

Вариант 3 Собственное производство " Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суп картофельный с бобовыми (горохом) на кур/б**

Номер рецептуры: № 132

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
<i>или</i> лук репчатый свежий	4,8	4	0,48	0,4
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	20	20	2	2
<i>или</i> картофель свежий продовольственный	26,6	20	2,66	2
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
<i>или</i> морковь столовая свежая	5	4	0,5	0,4
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Горох колотый	8	8	0,8	0,8
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	2,15
Жиры (г):	2,25
Углеводы (г):	7,82
Энергетическая ценность (ккал):	60,14

Ca (мг):	14,52
Mg (мг):	15,24
Fe (мг):	0,78
C (мг):	2,60
B1 (мг):	0,09
B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Горох перебирают, моют, замачивают в холодной воде на 5–8 часов. Картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку мелкими, лук мелко рубят. В кипящую воду или бульон кладут подготовленный горох, доводят до кипения, добавляют картофель, нарезанный кубиками, варят до полуготовности, затем добавляют пассированные овощи, варят до готовности, в конце варки добавляют соль.

4. Требования к оформлению, реализации и хранению

Температура подачи:

не ниже 75°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог:

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суп картофельный с консервами рыбными**

Номер рецептуры: № 134

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Консервы рыбные	16	16	1,6	1,6
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	30	30	3	3
<i>или</i> картофель свежий продовольственный	40	30	4	3
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	6	6	0,64	0,64
<i>или</i> морковь столовая свежая	8	6	0,8	0,64
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	4	4	0,42	0,42
<i>или</i> лук репчатый свежий	5	4	0,5	0,42
Масло растительное	1	1	0,1	0,1
Вода	65	65	6,5	6,5
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

	4,09
Белки (г):	2,06
Жиры (г):	5,68
Углеводы (г):	57,60
Энергетическая ценность (ккал)	

Ca (мг):	47,53
Mg (мг):	18,88
Fe (мг):	0,49
C (мг):	3,74
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку мелкими, лук мелко рубят. Крупу перебирают и промывают. В кипящую воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, добавляют картофель, нарезанный кубиками, варят до полуготовности, затем добавляют пассированные овощи, рыбу консервированную, варят до готовности, в конце варки добавляют соль.

Температура подачи:

не ниже 75°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время

доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог:

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Тефтели мясные**

Номер рецептуры: № 306

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (мясо бескостное) замороженная	49,6	44,6	4,96	4,46
или Свинина (мясо бескостное) замороженная	49,6	44,6	4,96	4,46
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	10	10	1	1
или лук репчатый свежий	12	10	1,2	1
Морковь свежая	1,3	1	1,3	1
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Хлеб пшеничный	20	20	2	2
Вода	40	40	4	4
Мука пшеничная	7,3	7,3	0,73	0,73
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	15,22
Жиры (г):	18,51
Углеводы (г):	14,61
Энергетическая ценность (ккал):	285,90

Ca (мг):	15,24
Mg (мг):	20,20
Fe (мг):	2,27
C (мг):	1,00
B1 (мг):	0,08
B2 (мг):	0,12

Технология приготовления:

Мясо промывают, зачищают от сухожилий, пропускают 2-3 раза через мясорубку, смешивают с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, рисом и солью и хорошо вымешивают.

Котлетную массу разделяют в виде шариков (по 2-3 штуки на порцию) и запекают в духовом шкафу 20-25 минут при температуре 250-280 С.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Фрикадельки мясные

Номер рецептуры: № 308

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (мясо бескостное) замороженная	83,00	99,67	8,30	9,97
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	10,00	10,00	1,00	1,00
или лук репчатый свежий	11,67	10,00	1,17	1,00
Хлеб пшеничный	19,00	19,00	1,90	1,90
Вода	15,00	15,00	1,50	1,50
Яйцо	9,33	9,33	0,93	0,93
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	21,29
Жиры (г):	17,59
Углеводы (г):	10,65
Энергетическая ценность (ккал):	286,08

Ca (мг):	21,67
Mg (мг):	26,92
Fe (мг):	3,23
C (мг):	1,00
B1 (мг):	0,09
B2 (мг):	0,20

Технология приготовления:

Мясо промывают, зачищают от сухожилий, пропускают 2-3 раза через мясорубку, смешивают с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо вымешивают. Котлетную массу разделяют в виде шариков (по 8-10 гр.) и припускают в бульоне или воде до готовности.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Хлеб из муки пшеничной

Номер рецептуры: № 18

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Хлеб из муки пшеничной	100	100	10	10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	7,50
Жиры (г):	2,90
Углеводы (г):	51,40
Энергетическая ценность (ккал):	261,70

Ca (мг):	23,50
Mg (мг):	13,00
Fe (мг):	1,20
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,11
B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Хлеб, нарезают на порционные куски.

Температура подачи: 20±5° С.

Срок реализации: В соответствии с маркировкой производителя

Технолог

Вариант 3 Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Хлеб ржано-пшеничный

Номер рецептуры: № 19

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Хлеб ржано-пшеничный	100	100	10	10
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	5,60
Жиры (г):	1,10
Углеводы (г):	49,40
Энергетическая ценность (ккал):	229,90

Ca (мг):	250,00
Mg (мг):	25,00
Fe (мг):	3,10
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,11
B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Хлеб, нарезают на порционные куски.

Температура подачи: 20±5° С.

Срок реализации: В соответствии с маркировкой производителя

Технолог

Вариант 3 "Собственное производство" Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Щи из свежей капусты со сметаной и курами**

Номер рецептуры: № 157

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений под редакцией В.Р. Кучмы, 2016

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Куры с/м	10	3,5	1	0,35
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	20	20	2	2
<i>или</i> капуста белокочанная свежая	25	20	2,5	2
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	10	10	1	1
<i>или</i> картофель свежий продовольственный	13,3	10	1,33	1
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	5	5	0,5	0,5
<i>или</i> морковь столовая свежая	6,25	5	0,625	0,5
Томат-паста	0,8	0,8	0,08	0,08
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	2	2	0,2	0,2
<i>или</i> лук репчатый свежий	2,35	2	0,235	0,2
Вода	90	90	9	9
Масло растительное	1	1	0,1	0,1
Сметана	3	3	0,3	0,3
Выход		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	1,56
Жиры (г):	2,16
Углеводы (г):	3,37
Энергетическая ценность (ккал):	39,17

Ca (мг):	61,29
Mg (мг):	8,98
Fe (мг):	0,34
C (мг):	7,89
B1 (мг):	0,03
B2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками. Картофель дольками. Кур отваривают и перебирают от костей. В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную капусту, доводят до кипения, потом добавляют картофель, пассированные овощи и варят до готовности. За 5–10 минут до окончания варки добавляют пассированное томатное пюре, соль и отварное мясо кур.

При приготовлении щей из ранней капусты, её закладывают после картофеля.

Температура подачи:

не ниже 75°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог: