

Утверждаю
Технолог



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 215

Наименование кулинарного изделия (блюда): **омлет натуральный 200**

Номер рецептуры: № 215

Наименование сборника рецептур: **Рецептура создана на основании сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна**

Наименование сырья	Расход сырья и п/ф на 200 гр.			
	1 порц.		10 порц.	
	брутто, г.	нетто, г.	брутто, г.	нетто, г.
яйцо	3	120	30	1 200
молоко 2,5%	82	82	820	820
соль йодированная	3	2,88	30	28,8
масло сливочное	5,1	5,1	51	51
Выход:		200		2 000
Химический состав на 1 порцию				

Белки, г.	9,2
Жиры, г.	7,1
Углеводы, г.	4,89
Эн. Ценность Ккал.	171,2
B1	5,67
C	0,98
A	37,10
E	5,11
Ca	16,14
P	36,91
Mg	6,20
B2	
Zn	
L	
Fe	17,73

К обработанным яйцам добавляют молоко и соль. Омлетную смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный противень и запекают в жарочном шкафу, высотой 2,5-3 см, полностью прожаривая.

Утверждает
Технолог



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 372

Наименование кулинарного изделия (блюда): компот из свежих плодов 200

Номер рецептуры: № 372

Наименование сборника рецептур: Рецептура создана на основании сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна

Наименование сырья	Расход сырья и п/ф на 200 гр.			
	1 порц.		10 порц.	
	брутто, г.	нетто, г.	брутто, г.	нетто, г.
яблоки св	45,4	40,002	454	400,02
сахар	15	15	150	150
вода кипяченая	182	182	1 820	1 820
Выход:		200		2 000
Химический состав на 1 порцию				
Белки, г.	1			
Жиры, г.	0			
Углеводы, г.	21,2			
Эн. Ценность Ккал.	88			
B1	0,72			
C	3,96			
A	0,22			
E	0,47			
Ca	0,62			
P	0,50			
Mg	0,83			
B2				
Zn				
L				
Fe	4,55			

Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают, до варки в холодную воду. Приготовления сиропа: в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-15 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки варят на слабом огне не более 6-8 мин.

Утверждак
Технолог



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 189

Наименование кулинарного изделия (блюда): запеканка из творога с рисом 210

Номер рецептуры: № 189

Наименование сборника рецептур: Рецептура создана на основании Картоотеки блюд лечебного и рационального питания М.А.Самсонов. I т.:Е.1995г.

Наименование сырья	Расход сырья и п/ф на 210 гр.			
	1 порц.		10 порц.	
	брутто, г.	нетто, г.	брутто, г.	нетто, г.
яйцо	0,25	10	2,5	100
творог	92,5	92,5	925	925
крупа рисовая	28,1	28,1	281	281
сахар	5	5	50	50
масло сливочное	4	4	40	40
сметана 15%	10	10	100	100
вода кипяченая	75	75	750	750
ванилин	0,01	0,01	0,1	0,1
Выход:		210		2 100
Химический состав на 1 порцию				

Белки, г.	10,56
Жиры, г.	10,23
Углеводы, г.	18,30
Эн. Ценность Ккал.	174,6
В1	10,01
С	0,56
А	16,00
Е	4,01
Са	14,76
Р	33,79
Mg	9,32
В2	
Zn	
L	
Fe	5,69

В готовую рассыпчатую кашу, приготовленную с изюмом, охлажденную до 60-70 оС, добавляют протертый творог, взбитый с сахаром яйца, ванилин, растворенный в небольшом количестве воды, масло сливочное и перемешивают. Подготовленную массу раскладывают на смазанный лист. Поверхность запеканки смазывают сметанной и запекают 10 мин.

Утверждаю
Технолог



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 185

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша манная молочная 200

Номер рецептуры: № 185

Наименование сборника рецептур: Рецептура создана на основании сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна

Наименование сырья	Расход сырья и п/ф на 200 гр.			
	1 порц.		10 порц.	
	брутто, г.	нетто, г.	брутто, г.	нетто, г.
крупа манная	44,4	44,4	444	444
молоко 2,5%	70	70	700	700
вода кипяченая	94	94	940	940
масло сливочное	4	4	40	40
сахар	5	5	50	50
Выход:		200		2 000
Химический состав на 1 порцию				

Белки, г.	10,28
Жиры, г.	9,89
Углеводы, г.	29,8
Эн. Ценность Ккал.	186,2
B1	4,16
C	0,98
A	2,00
E	4,71
Ca	9,40
P	12,74
Mg	4,45
B2	
Zn	
L	
Fe	3,04

манную крупу всыпают быстро тонкой струей в кипящую смесь воды и молока, соли и сахара при активном помешивании сверху вниз, и варят 20 минут при непрерывном помешивании. При отпуске заправляют сливочным маслом

Утверждаю
Технолог



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 97

Наименование кулинарного изделия (блюда): каша молочная рисовая 250

Номер рецептуры: № 97

Наименование сборника рецептур: Рецептура создана на основании сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна

Наименование сырья	Расход сырья и п/ф на 250 гр.			
	1 порц.		10 порц.	
	брутто, г.	нетто, г.	брутто, г.	нетто, г.
крупа рисовая	38,5	38,5	385	385
вода кипяченая	90	90	900	900
молоко 2,5%	123	123	1 230	1 230
сахар	6	6	60	60
масло сливочное	4	4	40	40
Выход:		250		2 500
Химический состав на 1 порцию				

Белки, г.	5,79
Жиры, г.	8,3
Углеводы, г.	16,3
Эн. Ценность Ккал.	178,3
B1	8,88
C	1,72
A	2,00
E	2,31
Ca	15,18
P	21,00
Mg	9,31
B2	
Zn	
L	
Fe	3,04

в кипящую воду кладут соль, сахар, всыпают перебранный и промытый рис, и варят, слегка помешивая около 20 минут при слабом кипении, до размягчения. Добавляют горячее молоко и продолжают варить кашу при слабом кипении до загустения, затем упаривают при закрытой крышке на водяной бане. Непосредственно перед отпуском заправляют растопленным сливочным маслом. Температура подачи 65 градусов С.

Утверждаю
Технолог



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____ пром

Наименование кулинарного изделия (блюда): печенье 35

Номер рецептуры: № _____ пром

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и п/ф на 35 гр.			
	1 порц.		10 порц.	
	брутто, г.	нетто, г.	брутто, г.	нетто, г.
печенье	30	30	300	300
Выход:		35		350
Химический состав на 1 порцию				

Белки, г.	3,1
Жиры, г.	0,54
Углеводы, г.	21,58
Эн. Ценность Ккал.	125,1
B1	
C	
A	
E	
Ca	0,72
P	3,60
Mg	2,49
B2	
Zn	
L	
Fe	2,82

Печенье заводского производства порционируют.

Утверждаю
Технолог



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 42

Наименование кулинарного изделия (блюда): **бутерброд с маслом сливочным и сыром 40/10/15**

Номер рецептуры: № 42

Наименование сборника рецептур: **Рецептура создана на основании сборника рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна**

Наименование сырья	Расход сырья и п/ф на 65 гр.			
	1 порц.		10 порц.	
	брутто, г.	нетто, г.	брутто, г.	нетто, г.
хлеб пшеничный	30	30	300	300
масло сливочное	10	10	100	100
сыр	15,066	15	150,66	150
Выход:		65		650
Химический состав на 1 порцию				

Белки, г.	9,3
Жиры, г.	10,25
Углеводы, г.	39,5
Эн. Ценность Ккал.	129,8
V1	8,58
C	0,18
A	9,80
E	1,56
Ca	17,34
P	14,63
Mg	4,33
B2	
Zn	
L	
Fe	6,95

Хлеб и масло и сыр порционируют, подают на общей тарелке