

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Бульон мясокостный

Выход 1000 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	Брутто	Нетто	белки	жиры	углеводы	
Кости пищевые	250	250				
Говядина	215	160/100				
Лук репчатый	10	8				
Петрушка	7	5				
Морковь	10	8				
Вода	1250	1250				
Всего			35.76	24.40	-	362.64

Технология приготовления:

Мясокостный бульон готовят, когда необходимо отварить мясо для подачи к супу или для приготовления вторых блюд из отварного мяса. Подготовленные кости заливают холодной водой. Доводят до кипения, снимают пену, жир и варят при очень слабом кипении, периодически снимая жир, до готовности- примерно 3,5 – 4 часа. При бурном кипении и если не удалять жир, бульон получается мутным, смывистым и неприятным вкусом. За 2-2,5 часа до готовности костного бульона в него кладут говядину. При этом бульон получается более прозрачным и более насыщенным. При варке мясокостного бульона также необходимо снимать выделяющийся из мяса жир. Для аромата в бульон за 40 минут до готовности кладут сырые корни петрушки, ломтики моркови и кружочки репчатого лука, подпеченные на сухой сковороде до золотистого колера. Добавляют соль. Готовый бульон процеживают. На нем готовят суп.

Готовое мясо порционируют и добавляют в суп, а также используют для приготовления вторых блюд.

Требования к качеству:

Бульон прозрачный, без наличия жира, с выраженным запахом мяса, ароматом овощей, слабосоленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Щи из свежей капусты со сметаной Выход 200г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло сл.	4	4				
Масло растит.	4	4				
Капуста	70	56				
Лук репчатый	10	8				
Морковь	10	8				
Петрушка (корень)	5	4				
Помидоры	21	28				
Мука	2	2				
Бульон	160	160				
Сметана	8	8				
Всего			2.58	7.82	9.12	114.35

Технология приготовления:

Капуста, морковь, петрушку шинкуют соломкой. Морковь пропускают с маслом и небольшим количеством отвара или бульона до полуготовности. Нашинкованный лук бланшируют и слегка пассеруют на масле. В кипящий отвар или бульон кладут капусту, доводят до кипения, добавляют припущенные корни, лук и продолжают варку 20- 30 минут. За 10-15 минут до готовности щи солят и добавляют в них помидоры без кожицы, нарезанные дольками, подсушенную муку, разведенную отваром или бульоном, и варят до готовности. В конце варки добавляют сметану, лавровый лист, доводят до кипения.

Одновременно со специями в щи можно положить чеснок (2 г нетто на 1000 г). Температура подачи 65 С.

Требования к качеству:

Вкус в меру соленый. Запах приятный, аромат кореньев. Бульон матово-бесцветный, жир- светло- желтый. Консистенция кореньев, капуста- мягкая. Нарезка овощей равномерная. На поверхности бульона блески жира, рубленая зелень.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Борщ из свежей капусты на м/к бульоне со сметаной

Выход 200г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло растит.	4	4				
Капуста свежая	30	24				
Свекла	40	32				
Лук репчатый	10	8				
Морковь	10	8				
Петрушка (корень)	2,6	2				
Сахар	2	2				
Лимонная кислота	0,2	0,2				
Бульон	160	160				
Сметана	8	8				
Всего			1,54	5,07	8, 04	83,33

Технология приготовления:

В кипящий бульон закладывают нашинкованную, свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель. Варят 10 – 15 минут. Вареную свеклу нарезают соломкой или ломтиками, пассируют, кладут в борщ одновременно с пассированными овощами и томатным пюре. Борщ заправляют пассированной мукой, разведенной бульоном. Отпускают со сметаной

Требования к качеству

На поверхности борща блестки жира и мелко нарезанная зелени. Овощи сохранили форму нарезки. Цвет жидкой части с ярко - до темно - малинового. Вкус сладковатый. Приятный запах припущенных кореньев лука. Не допускается запаха сырой свеклы и пареных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Свекольник со сметаной

Выход 200г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Картофель	46	34.5				
Свекла	64	51				
Лук репчатый	10.7	8.9				
Морковь	10	8				
Масло сл.	4	4				
Бульон или вода	160	160				
Сметана	8	8				
Лимонная	0.2	0.2				
кислота	1.3	1.3				
Сахар						
Всего			1,54	5,07	8, 04	83,33

Технология приготовления:

Свеклу отварить целиком в кожуре, охладить чистят, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый – полукольцами. Морковь и лук пассеруют при температуре 110 С, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают пассерованные морковь и лук варят 10 мин. Затем кладут свеклу, варят до готовности, за 5 минут до готовности вводят соль, сахар, лавровый лист.

В готовый свекольник добавляют сметану, мелко нарубленную зелень доводить до кипения.

Температура подачи 65С.

Требования к качеству

На поверхности свекольника блестки жира и мелко нарезанная зелень. Овощи сохранили форму нарезки. Цвет жидкой части с ярко - до темно - малинового. Вкус сладковатый. Приятный запах припущенных корнеев лука. Не допускается запаха сырой свеклы и пареных овощей. Консистенция свеклы слегка хрустящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Суп картофельный с клецками

Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Картофель	53	40				
Лук репчатый	9.6	8				
Морковь	10	8				
Масло сл.	2	2				
Бульон	150	150				
Мука	8	8				
пшеничная						
Масло сл.	1	1				
Яйцо	1/18	2.2				
Вода	12	12				
Масса теста		22.5				
Масса готовых клецек		25				
Всего			3.00	2.63	13.47	89.55

Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут нарезанный брусочками картофель и варят 5 мин., затем кладут нарезанные морковь, лук, припущенные с добавлением масла, и варят еще 10 мин. Клецки варят отдельно в подсоленной воде небольшими партиями. При отпуске их кладут в тарелку с супом.

Клецки: В воду или бульон кладут соль, масло, доводят до кипения, помешивая, высыпают просеянную муку. Проваривают тесто, продолжая помешивать, в течение 10 мин., затем охлаждают, добавляют в три приема яйца, хорошо перемешивают. Тесто закатывают в виде жгута и нарезают кружочками массой 10 г, закладывают в кипящую подсоленную воду (5л на 1 кг.), варят 7 минут, откидывают и сразу же раскладывают в тарелки, не хранят.

Температура подачи 65С

Требования к качеству

Бульон должен быть прозрачным. Овощи сохранять форму нарезки, мягкие клецки проваренные. Вкус и аромат, свойственные продуктам рецептуры.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Суп картофельный с бобами Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Картофель	54	40				
Лук репчатый	10	8				
Морковь	10	8				
Масло сл.	4	4				
Бульон или вода	140	140				
Горох	17	16				
Петрушка	2.5	2				
Всего			1.87	3.11	10.87	79.03

Технология приготовления:

Горох перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа. Подготовленный горох кладут в бульон или воду, доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кусками, припущенные со сливочным маслом морковь и петрушку, бланшированный пассерованный лук. Варят до готовности. Зеленый горошек закладывают в суп вместе с припущенными овощами.

Температура подачи 65С.

Требования к качеству:

Коренья и картофель нарезаны кубиками. Картофель частично может быть разварен. Часть гороха разварена. Бульон желтоватый, немного мутный. Блестки жира желтого цвета. Вкус и запах вареного гороха и пассерованных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Суп молочный вермишелевый Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко	140	140				
Масло сл.	2	2				
Сахар	2	2				
Вермишель	16	16				
Вода	44	44				
Всего			5.58	6.12	19.73	156.08

Технология приготовления:

Макаронные изделия отдельно варят в кипящей соленой воде до полуготовности в течение 5 минут. Воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды, варят, помешивая, до готовности с добавлением соли, сахара, в конце- сливочного масла.

Требования к качеству:

Консистенция макаронных изделий мягкая, форма должна быть сохранена. Цвет белый. Вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса подгорелого масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Котлеты из говядины

Выход 70 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Сухари	7.5	7.5				
Масло сл.	5	5				
Мясо	81	60				
Хлеб	13	13				
Молоко	16	16				
Масса полу- фабриката		87				
Всего			10.68	11.72	5.74	176.75

Технология приготовления:

Мясо промыть, отделить от костей, зачистить от сухожилий, пропустить через мясорубку. Смешать с размоченным в молоке и хорошо отжатым хлебом и вновь пропустить через мясорубку. Добавить яйца, посолить и хорошо взбить. Из приготовленной котлетной массы формуют изделия овально-приплюснутые, с заостренным концом. Укладывают на противень с маслом, разогретым до 150-160 С, готовят в жарочном шкафу.

Требования к качеству:

Цвет корочки - от светло- коричневого до коричневого. Форма овальная с заостренным концом, приплюснутая.

Консистенция однородная, сочная, пышная. Запах жареного мяса, панированного в сухарях.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Бефстроганов из отварной говядины с соусом

Выход 70/50 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Говядина отварная	153	113.5				
Лук репчатый	3.5	2.3				
Масло сл.	3.5	3.5				
Соус сметанный	50					
Петрушка	2.8	2.3				
Морковь	9.4	7				
Всего			21.72	25.11	3.85	325.69

Технология приготовления:

Отварное мясо зачищают от пленок и соединяют с отварной протертой вареной морковью, сметанным соусом и тушат 5-10 минут в посуде с закрытой крышкой. Отпускают с соусом и гарниром.

Температура подачи 65 С.

Гарниры: отварные макаронные изделия, картофель отварной, овощи отварные и тушеные, овощные пюре.

Соусы: сметанный, молочный.

Требования к качеству:

Мясо сохранило форму нарезки, серого цвета. Консистенция: мясо мягкое, сочное. Соус однородный, с ароматом сметаны.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Гуляш из говядины

Выход 60\40 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло растит	5.6	5.6				
Томатное пюре	9.5	9.5				
Лук репчатый	14	12				
Мясо- говядина	130	95				
Соль	0.5	0.5				
Масса соуса		40				
Всего			18.56	20.72	5.77	283.79

Технология приготовления:

Нарезанные кубиками кусочки мяса весом 20-30 г обжаривают, заливают водой или бульоном и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, в котором тушилось мясо, готовят соус, добавляют в него пассерованный лук, соль. Заливают соусом мясо и продолжают тушить еще 25-30 минут. За 5-10 минут до готовности кладут лавровый лист.

Требования к качеству:

Цвет мяса светло-коричневый. Консистенция однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Голубцы с мясом и рисом, с соусом Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Капуста	117	93				
Рис	8	8				
Масса полуфабр		143				
Масло сл.	6	6				
Мясо	85.5	62.8				
Масса отвар. рис		21.5				
Соус сметан.		77				
Масса отвар. мяса		39				
Всего			14.13	38.13	12.66	450.63

Технология приготовления:

Кочан капусты (с удаленной кочерыжкой) отваривают в подсоленной воде до полуготовности, разбирают на отдельные листья, утолщенные части отбивают. На подготовленные листья кладут приготовленный фарш и заворачивают в виде цилиндра или рулетика. Голубцы укладывают в смазанную маслом емкость, заливают сметанным соусом и запекают 20-25 минут при температуре 250-280 °С. Для фарша: отварную говядину измельчают на мясорубке и смешивают с рассыпчатым рисом, заправляют растопленным маслом (1/2 от нормы).

Отпускают вместе с соусом по 1 голубцу.

Температура подачи 65°С.

Требования к качеству:

Голубцы политы соусом. Вкус в меру соленый. С ароматом использованных продуктов. Не допускается запах пареной капусты. Цвет поверхности слегка румяный, при разрезе фарш серо – белый. Капуста не должна хрустеть при разжевывании.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Голубцы ленивые

Выход 100 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Говядина	39	28				
Рис (отварной)	3.5	3.5(10)				
Лук репчатый	5	4				
Масло сл.	2.2	2.2				
Капуста (отварная)	52	42(39)				
Масса полуфабр.		79				
Масса готового продукта		70				
Соус	30	30				
Всего			6.56	6.69	4.93	106.21

Технология приготовления:

Рис промывают, варят рассыпчатую рисовую кашу. Бланшированный лук пассеруют в половинном количестве сливочного масла. Белокочанную капусту нарезают мелко, припускают в кипящей подсоленной воде до полуготовности, выкладывают в дуршлаг, чтобы стекла вода. Мясо пропускают через мясорубку. Подготовленный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом и капустой. Хорошо высушивают, формируют овальные колбаски(по 1 шт. на порцию), складывают в противень, добавляют воду, сливочное масло и тушат в жарочном шкафу 30 минут при температуре 250 С. Отпускают со сливочным маслом или соусом. Температура подачи 65 С.

Гарниры: картофельное пюре, картофель отварной.

Соус: сметанный, белый, молочный, сметанный с томатом.

Требования к качеству:

Изделия должны сохранять форму, быть сочными, в меру солеными. Цвет на разрезе светло-серый. Запах мяса и капусты.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Куры отварные Выход 65 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Курица 1 категории потрошенная	112	100				
Морковь	3	2				
Петрушка	3	3				
Масса отварной птицы		70				
Масло сл. или соус.	5	5				
	50	50				
Всего			18.22	18.22	0.97	242.68

Технология приготовления:

Подготовленные тушки кур или цыплят закладывают в кипящую воду (2,5 л на 1 кг продукта) и быстро нагревают до кипения. С закипевшего бульона снимают пену и жир, добавляют нарезанную морковь, соль, и варят птицу при слабом кипении до готовности (проверка готовности: поварская игла должна свободно проходить в толстую часть ножки, на изломе ножки – мякоть серого цвета).

Сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порции (2 кусочка по 35 гр). Нарубленные порции заливают горячим бульоном, доводят до кипения.

Отпускают курицу с гарниром.

Температура подачи 65С.

Требования к качеству:

Внешний вид: два кусочка на порцию (от филейной части и от ножки) уложены на тарелку, политы соусом, сбоку рассыпчатый рис (или другой гарнир) горкой. Цвет мяса серовато – белый. Вкус и запах, свойственные вареной курице.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Куры отварные Выход 65 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Курица 1 категории потрошенная	112	100				
Морковь	3	2				
Петрушка	3	3				
Масса отварной птицы		70				
Масло сл. или соус.	5	5				
	50	50				
Всего			18.22	18.22	0.97	242.68

Технология приготовления:

Подготовленные тушки кур или цыплят закладывают в кипящую воду (2,5 л на 1 кг продукта) и быстро нагревают до кипения. С закипевшего бульона снимают пену и жир, добавляют нарезанную морковь, соль, и варят птицу при слабом кипении до готовности (проверка готовности: поварская игла должна свободно проходить в толстую часть ножки, на изломе ножки – мякоть серого цвета).

Сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порции (2 кусочка по 35 гр). Нарубленные порции заливают горячим бульоном, доводят до кипения.

Отпускают курицу с гарниром.

Температура подачи 65С.

Требования к качеству:

Внешний вид: два кусочка на порцию (от филейной части и от ножки) уложены на тарелку, политы соусом, сбоку рассыпчатый рис (или другой гарнир) горкой. Цвет мяса серовато – белый. Вкус и запах, свойственные вареной курице.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Тефтели рыбные Выход 70/30 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Лук репчатый	11	9.3				
Рыба	63	45				
Мука пшеничная	5.6	5.6				
Вода	14	14				
Хлеб	9.3	9.3				
Соус белый	30	5				
Масло раст.	5	5				
Яйцо	1/10	4				
Всего			8.95	5.48	9.16	121.07

Технология приготовления:

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке первый раз без хлеба, второй раз вместе с бланшированным репчатым луком и замоченным в воде или молоке пшеничным хлебом, добавляют яйца. Массу хорошо вымешивают, отбивают и формуют шарики (по 3-4 штуки на порцию), панируют в муке, слегка обжаривают на масле, заливают соусом, добавляют воду (10% от массы соуса) и тушат 10-15 минут.

Для приготовления «ежиков» вместо хлеба в массу можно добавить рис, припущенный охлажденный (3г на 60г выхода).

При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились.

Температура подачи 65С

Гарниры: овощные пюре, овощи отварные или припущенные, отварные макароны.

Требования к качеству

Изделия хорошо сохранили форму, без трещин. Цвет на разрезе белый, с сероватым оттенком. Не допускается излишнее количество муки, посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Картофельное пюре

Выход 130 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Картофель	147	109				
Молоко	21	19				
Масло сл.	6	6				
Всего			2.77	5.25	20.19	139.06

Технология приготовления:

Очищенный картофель укладывают в посуду, солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, пропускают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80С.

В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, сливочное масло. Смесь прогревают, взбивая, на водяной бане при температуре 100С в течение 5-7 минут.

Температура подачи 65С

Требования к качеству:

Консистенция: густая, пышная, однородная масса, без комочков непотертого картофеля. Цвет от кремового до белого, без темных включений.

Вкус слегка соленый, нежный. С ароматом молока и масла. Не допускается запах подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Морковное пюре Выход 200г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Морковь(протертая)	240	192/166				
Сахар	2	2				
Молоко	35	34				
Масло сл.	10	10				
Всего			3.70	8.96	17.14	164.00

Технология приготовления:

Морковь нарезают дольками, заливают небольшим количеством кипящей воды, припускают до готовности при закрытой крышке, без соли. Протирают. Добавляют растопленное сливочное масло, сахар, соль, горячее молоко и доводят до кипения. Проваривают 5 минут.

Температура подачи 65С

Требования к качеству:

Пюре уложено на тарелку горкой. На поверхность можно нанести рисунок. Вкус в меру соленый, нежный. С ароматом молока и масла. Не допускается запах подгорелого молока. Цвет оранжевый. Консистенция средней густоты, пышная, однородная, без кусков непотертой моркови.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Капуста тушеная

Выход 150г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Капуста свежая	250	200				
Морковь	12	10				
Лук репчатый	12	10				
Масло сл.	10	10				
Томат	5	5				
Масло раст.	5	5				
Всего			3.93	4.84	18.17	110.74

Технология приготовления:

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду, растительное масло. Тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь и лук, а также лавровый лист. Тушат до готовности. За 5 минут до конца тушения заправляют сливочным маслом, солью и вновь доводят до кипения. При отпуске блюдо можно посыпать нарезанной зеленью.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый. Вкус кисло-сладкий. Запах тушеной капусты, овощей, пряностей. Консистенция сочная, слабохрустящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Вермишель отварная

Выход 130г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Вермишель	44	44				
Масло сл.	6	6				
Масса отварных макаронных изделий		125				
Всего			4.79	4.59	30.62	182.95

Технология приготовления:

Макаронные изделия(макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 литров воды, 50 гр соли). Макароны варят 20 – 30 минут, лапшу – 20 – 25 минут, вермишель – 10 – 12 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза в зависимости от сорта.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным маслом, чтобы они не склеивались и не образовывали комков.

Требования к качеству:

Вкус и запах макаронных изделий и масла. Блюдо в меру соленое. Консистенция: рассыпчатая масса без комочков, макаронные изделия, сохранившие форму.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Салат из белокочанной капусты с морковью Выход 50г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Капуста белокочанная	53	42				
Морковь	6.5	5				
Сахар	2.5	2.5				
Масло растит.	5	5				
Вода	2.5	2.5				
Лимонная кислота	0.04	0.04				
Всего			0.66	4.03	4.25	53.9

Технология приготовления:

Капусту шинкуют тонкой соломкой, морковь натирают или тоже шинкуют, кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока. Затем заправляют сахаром, лимонной кислотой, растительным маслом, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

Требования к качеству:

Нарезка овощей аккуратная, сохранившая форму. Окраска овощей не изменилась. Вкус кисло – сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Салат из квашеной капусты с луком

Выход 50г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Лук репчатый	6	5				
Масло растит.	5	5				
Капуста квашенная	58	40.5				
Всего			0.80	5.00	1.79	55.30

Технология приготовления:

Квашеную капусту отжимают, перебирают, измельчают, добавляют нашинкованный (рубленный) бланшированный репчатый лук и заправляют маслом.

Очень кислую капусту промывают охлажденной кипяченой водой, откидывают на сито, отжимают.

Температура подачи 14С.

Требования к качеству:

Салат уложен горкой, нарезка капусты мелкая, произвольная. Консистенция капусты хрустящая, лука – слегка хрустящая. Вкус кисловатый, в меру соленый. С ароматом капусты.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Салат из квашеной капусты с яблоками

Выход 50г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Капуста квашенная	35.5	25				
Яблоки	29.5	20.5				
Масло растит.	5	5				
Всего			0.53	5.08	2.56	58.04

Технология приготовления:

Квашеную капусту перебирают, отжимают, измельчают. Очень кислую капусту промывают охлажденной кипяченой водой, откидывают на сито. Яблоки моют, ошпаривают, очищают. Удаляют семенное гнездо, нарезают тонкими мелкими ломтиками и сразу же соединяют с капустой. Заправляют растительным маслом.

Требования к качеству:

Салат уложен горкой, нарезка капусты мелкая, произвольная, яблок – тонкими мелкими ломтиками. Капуста хрустящая. Вкус кисловатый, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Салат из тертой моркови с сахаром

Выход 50г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Морковь	55	44				
Сахар	1.5	1.5				
Масло растит.	5	5				
Всего			0.57	5.04	5.19	68.4

Технология приготовления:

Сырую очищенную морковь нарезают соломкой или протирают через протирающую машину, заправляют сахаром и выкладывают горкой.

Требования к качеству:

Цвет оранжевый. Запах и вкус моркови. Консистенция сочная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Салат из свеклы с изюмом.

Выход 50г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Свекла варен.	52	41.5\39.5				
Масло растит.	3	3				
Изюм	6.3.	6				
Всего			0.71	5.03	8.14	80.73

Технология приготовления:

Отварную свеклу нарезают тонкой мелкой соломкой. Перебирают изюм, промывают в теплой воде, заливают небольшим количеством кипящей воды, доводят до кипения, затем воду сливают. Все смешивают с нарезанной свеклой, заправляют растительным маслом.

Температура подачи 14С

Требования к качеству:

Салат уложен в тарелку горкой, продукты сохранили форму нарезки и естественную окраску. Консистенция мягкая.

Салат имеет аромат, свойственный вареной свекле, изюму.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Салат из свежих помидоров Выход 50г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Свекла варен.	52	41.5\39.5				
Масло растит.	3	3				
Изюм	6.3.	6				
Всего			0.71	5.03	8.14	80.73

Технология приготовления:

Помидоры промывают, ошпаривают, вырезают плодоножку, нарезают тонкими ломтиками, заправляют солью и растительным маслом.
Температура подачи 14С.

Требования к качеству:

Помидоры нарезаны дольками, сохранили сочность и форму, в меру соленые.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Салат из редиса

Выход 50г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Редис обрезной	49	45.5				
Масло растит.	5	5				
Всего			0.54	5.04	1.73	54.56

Технология приготовления:

Красный редис очищают от остатков ботвы и корней, белый – от кожицы, промывают, ошпаривают, нарезают тонкими кружочками или, нарезав тонкими кружками, шинкуют их в тонкую соломку, добавляют соль, заправляют растительным маслом.

Температура подачи 14 С.

Требования к качеству:

Редис уложен кружочками или горкой, имеет свойственный данному овощу вид и аромат. Вкус свежий, слегка острый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Салат из свежих огурцов Выход 50г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Огурцы свежие	57	45.5				
Масло растит.	5	5				
Всего			0.36	5.04	1.05	51.08

Технология приготовления:

Огурцы моют, ошпаривают, при наличии грубой кожицы – очищают, нарезают тонкими кружочками или мелкими кубиками, заправляют солью и растительным маслом.

Температура подачи 14С.

Требования к качеству:

Огурцы уложены горкой, сохраняют форму нарезки. Вкус и аромат, свойственные свежим огурцам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Плов фруктовый

Выход 200г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Рис вареный	66	140				
Сухофрукты	33.5	32/54				
Масло сл.	5	5				
Сахар	6.5	6.5				
Всего			5.78	12.26	81.65	460.14

Технология приготовления:

Рис перебрать, промыть, всыпать в подсоленную воду и варить на слабом огне до мягкости, затем откинуть на сито и промыть горячей кипяченой водой. Готовый рис переложить в кастрюлю, смазанную маслом, добавить тщательно вымытые и набухшие в теплой кипяченой воде сухофрукты, сахар, сливочное масло и варить на водяной бане в течение 20-30 минут до полной готовности.

Требования к качеству:

Внешний вид: сухофрукты распределены равномерно вместе с рисом.
Вкус умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Омлет с зеленым горошком

Выход 150г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Яйцо	1.5шт	60				
Молоко	60	60				
Масло растит.	5	5				
Зелен. горошек	45	29				
Всего			10.24	12.50	5.00	173.46

Технология приготовления:

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко, соль, размешивают и слегка взбивают до образования пены. Зеленый горошек консервированный доводят до кипения в отваре при открытой крышке, отвар сливают, горошек охлаждают и вводят в омлетную смесь. Ее выливают в смазанную маслом разогретую посуду слоем 25 – 3,0 см и запекают в течение 8- 10 минут в жарочном шкафу при температуре 180-200 С до образования легкой корочки.

Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2- 3 шт. и соединять с общей массой. Перед подачей омлет нарезают на порции, засыпают зеленью.

Требования к качеству:

Консистенция омлета нежная, пористая, зеленый горошек распределен равномерно, цвет его сохранился.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Плов бухарский

Выход 200г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Крупа рисовая	52	52				
Морковь	53	44				
Лук репчатый	27	23				
Масло растит	19	19				
Изюм	20	19				
Зелень	6	4				
Всего			5.24	19.18	56.93	421.3

Технология приготовления:

Рис перебрать, вымыть, замочить на 1.5- 2 часа в подсоленной воде комнатной температуры. Лук репчатый нарезать соломкой, ошпарить и слегка пассерировать с морковью на растительном масле. Залить овощи горячей водой, равной по весу замоченному рису, довести до кипения, добавить рис. Варить при слабом кипении до загустения. В конце варки ввести подготовленный изюм.

Плов упаривают на водяной бане под крышкой или в пароварочном шкафу.

При отпуске плов взрыхляют, кладут горкой на тарелку, посыпают зеленью

Температура подачи 65 С.

Требования к качеству:

Консистенция рассыпчатая, овощи и изюм равномерно распределены. Крупа и овощи мягкие. Цвет белый со слабым оранжевым оттенком. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Пудинг творожный запеченный

Выход 150/ 50 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Творог	114	112.5				
Манка	11	11				
Яйцо	1\4 шт	8				
Сахар	11	11				
Изюм	15.4	15				
Сухари	3.7	3.7				
Масло сл	4.5	4.5				
Сметана	3.7	3.7				
Ванилин	0.02	0.02				
Соус	50	50				
Всего			24.26	8.31	39.75	330.81

Технология приготовления:

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, манную крупу, растворенный в горячей воде ванилин (1:20), вымытый пропаренный и обсушенный изюм. Все перемешивают. Белки взбивают и, осторожно помешивая, сверху вниз вводят массу, выкладывают ее слоем 3 см в противни или формы, смазанные маслом и посыпанные сухарями. Поверхность смазывают сметаной с сахаром. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250 С в течение 15 минут, затем 15- 20 минут в камере при температуре 200 С. Готовность определяют по изменению плотности. Если масса отделилась от стенок, значит, температура внутри изделия больше 80 С.

Если творог сухой, в массу добавляют молоко (20 г на выход), соответственно увеличивая выход или уменьшая закладку творога.

Отпускают блюдо поливая молочным сладким соусом.

Требования к качеству:

Порции имеют правильную недеформированную форму. Консистенция пышная, нежная. Вкус входящих в рецептуру продуктов. С ароматом ванилина. Соус соответствует рецептуре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Каша « Дружба»

Выход 200/5 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Крупа рисовая	15	15				
Крупа пшенная	11	11				
Молоко	102	102				
Вода	70	70				
Сахар	5	5				
Масса каши		200				
Масло сл.	5	5				
Всего			6.55	8.33	35.09	241.11

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают водой несколько раз, пшено ошпаривают. Крупы сначала варят отдельно, закладывая в кипящую воду. Пшено отваривают 15 минут, воду сливают. Рис отваривают до полуготовности. Крупу соединяют, заливают теплым молоком, добавляют сахар, соль, доводят до кипения. Варят при слабом кипении до поглощения жидкости крупой. Затем емкость ставят на водяную баню или в пароварочный шкаф, и доводят кашу до готовности.

Температура подачи 65 С.

При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом

Требования к качеству:

Консистенция растекающаяся, однородная, зерна полностью набухшие, мягкие. Не допускаются посторонние запахи, привкусы, в том числе и пригорелой каши. Цвет белый с кремовым оттенком.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Соус сметанный

Выход 100 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Мука	5	5				
Масло	5	5				
Сметана	100	100				
Всего			3.36	23.69	6.72	253.53

Технология приготовления:

Подсушенную без изменения цвета муку смешивают с маслом и небольшим количеством холодной сметаны. Смесь разводят кипящей сметаной, добавляют соль, варят 3 минуты, процеживают, доводят до кипения еще раз.

Рекомендуют к блюдам из овощей, рыбы, мяса.

Температура подачи 65 С

Требования к качеству:

Консистенция густой сметаны, цвет белый, вкус кисловатый, запах приятный, кисловатый. Не допускается использование сметаны повышенной кислотности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Каша гречневая вязкая на молоке

Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко	133	133				
Сахар	5	5				
Масло сл.	5	5				
Крупа гречневая	40	40				
Вода	27	27				
Масса каши		200				
Всего			7.94	8.21	35.13	246.17

Технология приготовления:

В кипящую смесь воды и молока добавляют соль, сахар, всыпают гречневую крупу, варят до тех пор, пока каша не загустеет. Доводят до готовности на водяной бане, плотно закрыв посуду крышкой.

Перед отпуском добавляют растопленное сливочное масло.

Температура подачи 65 С.

Требования к качеству:

Консистенция текучая, однородная, крупа мягкая. Цвет белый с серо-кремовым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Каша манная молочная, жидкая

Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко	106	106				
Сахар	5	5				
Масло сл.	5	5				
Манная крупа	31	31				
Вода	70	70				
Всего			6.20	8.05	31.09	222.02

Технология приготовления:

Манную крупу просеивают, прокаливают на медленном огне. Засыпают в кипящее молоко и при непрерывном перемешивании варят до готовности. За 2-3 минут до готовности добавляют сахар, соль, масло.

Требования к качеству:

Консистенция жидкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Каша молочная из «Геркулеса», жидкая

Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Крупа «Геркулес»	30	30				
Молоко	106.7	196.7				
Вода	69.3	69.3				
Сахар	5	5				
Масса каши		200				
Масло сл	5	5				
Всего			6.33	8.90	25.49	207.38

Технология приготовления:

В кипящую смесь воды и молока кладут сахар, соль, всыпают овсяные хлопья при активном помешивании сверху вниз и варят непрерывно помешивая 20 минут. При отпуске кашу заправляют растопленным маслом. Температура подачи 65 С.

Требования к качеству:

Каша растекается по тарелке, цвет белый с сероватым оттенком, консистенция однородная, хлопья мелкие. Не допускается посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Каша пшеничная молочная, жидкая

Выход 200/5 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко	106	100				
Сахар	5	5				
Масло сл.	5	5				
Крупа пшеничн	40	40				
Вода	68	68				
Всего			7.44	8.07	35.28	243.92

Технология приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20-30 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, соль, сахар, и варят кашу до загустения. Затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Температура 65 С.

Требования к качеству:

Консистенция текучая, однородная, зерна мелкие. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Булочка домашняя

Выход 60 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Сахар	7	7				
Вода	17	17				
Яйцо (смазка)	1 /3	1.2				
Дрожжи	1	1				
Масло	9	9				
Мука	39	39				
Соль	0.4	0.4				
Мука на подпыл	2	2				
Сахар для отделки	2	2				
Всего			4.37	7.07	36.80	228.02

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое для пирожков, приготовленное безопасным способом, слабой консистенции раскатывают на смазанном растительным маслом столе в жгут и порционируют на куски. Кусочки теста формируют в шарики, раскладывают на смазанные растительным маслом столы на расстоянии 4-5 см один от другого. После 20-30- минут расстойки укладывают на смазанный маслом противень на расстоянии 2-3 см один от другого и выпекают при температуре 240-250 С в течение 20-25 минут.

Требования к качеству:

Внешний вид: булочка овальной или округлой формы. Цвет корочки золотисто-румяный. Вкус, свойственный данному виду начинки и теста. Консистенция пышная, пропеченная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Ватрушка с творожным фаршем

Выход 60 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Тесто		46.4				
дрожжевое						
Мука	29.8	29.8				
пшеничная						
Сахар	16	16				
Масло сл.	1.3	1.3				
Яйцо	1\26шт	1.5				
Соль	0.5	0.5				
Дрожжи прессов	0.9	0.9				
Вода	12	12				
Мука подпыл	1.4	1.4				
Фарш	30.3	30				
Яйцо	1\30шт	1.30				
Масло раст. для смазки листов	0.2	0.2				
Всего			7.08	2.63	41.81	219.07

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол. Отрезают кусок массой 1-1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на кусочки массой 46 г. Укладывают их швом вниз на лист, смазанный жиром, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубления, которые заполняют начинкой по 30 г. После полной расстойки ватрушки смазывают меланжем и выпекают при температуре 230-240 С в течение 6-8 минут.

Требования к качеству:

Форма ватрушки круглая, хорошо сохранена. Поверхность глянцевая. Цвет корочки золотистый, светло-коричневого. Вкус сладковатый, в меру соленый. С ароматом, свойственным виду фарша.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Оладьи с маслом, джемом, сахаром

Выход 160 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Тесто для оладьи		176				
Мука пшенич	85	85				
Яйцо	1\10шт	4				
Молоко или	85	85				
вода	85	85				
Дрожжи пресс.	2.5	2.5				
Сахар	3	3				
Соль	1.5	1.5				
Масло раст	9	9				
Масса готовых оладий		150				
Масло сл. или	10	10				
джем	15.2	15				
сахар	15	15				
Всего			9.35	8.63	81.39	440.63

Технология приготовления:

В небольшом количестве воды растворит соль и сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи. Смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до 35 С, добавляют просеянную муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы.

Тесто оставляют в теплом месте на 3-4 часа. Во время брожения тесто 1-2 раза обминают. Выпекают на хорошо разогретых сковородах. Оладьи с маслом, сахаром или джемом по 3 штуки на порцию.

Температура 65 С.

Требования к качеству:

Изделия имеют пышную структуру, толщенной не более 6 мм, золотистого цвет, приятный вкус без излишней кислоты. Мякиш пористый, пропеченный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Гренки с сыром

Выход 100 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Хлеб пшеничный	148.8	125				
Сыр	28.8	26				
Масло сл.	10	10				
Всего			15.60	15.90	58.80	440.80

Технология приготовления:

Батоны пшеничного хлеба очищают от корок, нарезают тонкими (3 – 5 мм) ломтиками по 3 – 4 на порцию, кладут на кондитерский лист, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным сливочным маслом и поджаривают в жаровочном шкафу.

Температура подачи 65С.

Требования к качеству:

Гренки аккуратно нарезаны, равномерно посыпаны сыром – сыр расплавлен. Консистенция хрустящая, цвет белый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Кофейный напиток

Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Кофейный напиток	2	2				
Сахар	15	15				
Молоко	100	100				
Вода	120	120				
Всего			2.79	3.19	19.71	118.69

Технология приготовления:

Порошок кофейного напитка заливают и доводят до кипения. После отстаивания (3 – 5 минут) напиток процеживают, сливают в другую посуду. Кладут сахар, добавляют молоко и вновь доводят до кипения.

Требования к качеству:

Внешний вид: непрозрачная жидкость без осадка. Вкус сладкий с привкусом кофе. Цвет светло – коричневый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Какао с молоком

Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Какао порошок	3	3				
Сахар	20	20				
Молоко	100	100				
Вода	110	110				
Всего			3.77	3.93	25.95	153.92

Технология приготовления:

Порошок какао смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипяток и доводят до кипения.

Требования к качеству:

Внешний вид: непрозрачная жидкость без пленки на поверхности. Вкус умеренно сладкий, с привкусом молока и какао. Цвет светло – шоколадный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Компот из смеси сухофруктов

Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Смесь сухофруктов	25	30.5				
Сахар	15	(отвар) 15				
Вода	190	190				
Всего			0.56	-	27.89.	113.79.

Технология приготовления:

Сушеные плоды перебрать, промыть, залить горячей водой, довести до кипения, добавить сахар. Время варки сухофруктов: груш – 1 – 2 часа; яблок – 20 – 30 минут; чернослива, кураги, изюма – 10 – 20 минут

Требования к качеству:

Плоды и ягоды целые и сварены до готовности. Цвет от светло – до темно – коричневого. Вкус приятно – сладкий или кисло – сладкий. Фрукты мягкие, пропитанные отваром.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Кисель

Выход 200 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Концентрат киселя	24	24				
Сахар	10	10				
Вода	190	190				
Всего			1.36	-	29.02	116.19

Технология приготовления:

Концентрат разминают, разводят равным количеством холодной воды.

Полученную смесь вливают в кипяток, добавляют сахар и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают.

Температура подачи 14С

Требования к качеству:

Кисель имеет цвет ягод или плодов, из которых изготовлен концентрат. Вкус кисло – средний. С ароматом вида концентрата. Консистенция средней густоты, без комков заварившегося крахмала.