

Утверждаю

Директор МАОУ СШ № 8

А.В.Шушеначев



Технологическая карта № 3

Наименования: Горячий бутерброд с сыром, с маслом (батон "Молочный" йодовый)

Номер рецептуры: 7

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛиПринт, 2005г.– 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сыр голландский, или российский, или швейцарский, или чеддер, или костромской	20,4	20	2,04	2,0
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
Батон "Молочный" йодовый	40	40	4,0	4,0
Выход:	-	40/20/10	-	4,0/2,0/1,0

Наименования: Горячий бутерброд с сыром, с маслом (батон "Молочный")
Пищевая ценность, готового блюда (изделия):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
40/20/10	7,46	14,0	20,9	239,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,073	0,092	0,322	97,0	0,14	187,2	137,0	20,2	73,0	1,02	15,44

Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают маслом сливочным, а сверху кладут 1 кусочек сыра. Сыр режут на большие куски прямоугольной или треугольной формы, очищают от покрытия и нарезают на порционные кусочки толщиной не более 1,5-2 мм. Помещают в жарочный шкаф на 3-5 минут до образования румяной корочки.

Отпускают при температуре 65 °С.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом, сверху – слегка расплавленный сыр с румяной корочкой

Консистенция: хрустящая

Цвет: золотистый

Вкус: сыра и хлеба

Запах: запеченного сыра в сочетании с хлебом

Технология приготовления:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: от светло- до темно-желтого.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока, тыквы и привкусом сливочного масла.

Запах: тыквы с молоком и маслом.



Утверждаю
Директор MAOU CШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта блюда № 33

Наименование блюда: Каша вязкая (из пшенной крупы) с тыквой, с маслом

Номер рецептуры: 176

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛиПринт, 2005 г. - 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшено, или пшеничная,	44	44	55	55
или рисовая	42	42	52,5	52,5
Тыква	100	70	125	87,5
Молоко	100	100	125	125
Сахар	3	3	3,75	3,75
Масса каши	-	200	-	250
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход с маслом	-	200/5	-	250/5

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200/5	8,55	7,5	42,32	271,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,18	0,169	0,07	97,1	1,43	139,9	184,12	52,09	302,31	1,36	11,95

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
250/5	10,67	8,47	52,9	330,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,22	0,21	0,07	116	1,78	174,6	229,9	65,11	377,76	1,7	14,93

Технология приготовления:

Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена и семенную мякоть, нарезают мелкими кубиками, закладывают в кипящее молоко. Добавляют соль, сахар и нагревают до кипения. Затем засыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.

Отпускают предварительно растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:



Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта № 73

Наименование: Чай с лимоном, с сахаром

Номер рецептуры: 377

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Чай высшего и первого сорта	1,5	1,5	0,15	0,15
Вода	54	54	5,4	5,4
Выход: чай-заварка	-	50	-	5,0
Сахар	5	5	0,5	0,5
Лимон свежий	8	7	0,8	0,7
Вода	150	150	15,0	15,0
Выход:	-	200/7/5	-	20,0/0,7/0,5

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200/7/5	0,2	0,01	9,9	41,0

Расход сырья и полуфабрикатов										
B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,001	0,0009	-	0,05	2,2	15,8	8,0	6,0	33,7	0,78	0,005

Технология приготовления:

Предварительно промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течение 1-2 минут. Затем лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром, непосредственно перед отпуском.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость – золотисто-коричневого цвета, налита в стакан или чашку, где плавает кружок лимона

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, с привкусом лимона

Запах: свойственный чаю и лимону



Утверждаю
Директор MAOU CШ № 8
А.В.Шушеначев

Технологическая карта блюда № 5

Наименование блюда: Салат из свежих помидоров со сладким перцем

Номер рецептуры: 27

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/ Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры свежие	70,6	60	7,06	6,0
Лук зеленый	15	12	1,5	1,2
Перец сладкий	32	24	3,2	2,4
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход:	-	100	-	10,0

Пищевая ценность, готового блюда (изделия):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	1,1	6,0	5,6	80,0

Мо	B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
	0,04	0,05	-	133,0	40,3	20,0	19,0	25,0	205,0	0,7	1,63

Технология приготовления:

Подготовленные свежие помидоры режут тонкими ломтиками, подготовленный перец сладкий – соломкой. Зеленый лук тщательно промывают проточной водой и выдерживают в 3% растворе уксусной кислоты в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием. Лук зеленый шинкуют. Овощи смешивают, заправляют растительным маслом.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: помидоры нарезаны тонкими ломтиками, сохраняют форму нарезки, лук зеленый нашинкован, перец сладкий - соломкой. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: овощей - упругая, сочная

Цвет: овощей – натуральный

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый

Запах: свойственный входящим в состав овощам в сочетании с растительным маслом

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 28

Наименование блюда: Суп-лапша домашняя, с курицей (цыпленок бройлер)

Номер рецептуры: 86/118

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. - 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Лапша домашняя ТК № 28 ¹	-	16	-	20
или лапша (макаронные изделия)	16	16	20	20
<i>Масса вареной лапши</i>	-	40	-	50
Лук репчатый	9,6	8	12	10
или лук репчатый очищенный в/у	8,08	8	10,1	10
Масло растительное	4	4	5	5
Бульон или вода	190	190	237,5	237,5
Выход:	-	200	-	250
Курица	104	72	104	72
или бойлер-цыпленок	63,7	44,8	63,7	44,8
<i>Масса вареной птицы на порцию</i>	-	35	-	35
Выход с птицей		200/35	-	250/35

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200/35	7,5	8,9	9,5	148,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,037	0,06	0,088	20,2	0,81	18,02	75,52	10,27	87,96	0,85	2,04

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
250/35	7,7	9,9	11,9	167,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,042	0,062	0,1	21,7	0,89	19,63	80,75	11,17	95,68	0,92	2,28

Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут пассерованный лук и варят с момента закипания 5-8 минут, после чего добавляют подготовленную домашнюю лапшу и варят до готовности. При отпуске в суп кладут отварную курицу, предварительно подвергнутую вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа лук и лапша сохранили форму; кусочки птицы равномерные, не разваренные

Консистенция: лука — мягкая; лапша хорошо набухшая, мягкая; курица — мягкая, сочная, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: супа — золотистый, жира на поверхности — светло-оранжевый; курицы сероватый — ножки, белый — филе

Вкус: умеренно соленый, пассерованных овощей, лапши, курицы

Запах: пассерованных овощей, лапши, отварной птицы.

При отпуске в суп кладут отварную курицу, предварительно подвергнутую вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут.

Консистенция: лука — мягкая; лапша хорошо набухшая, мягкая; курица — мягкая, сочная, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Уровень жирности — 10%

Вид курицы

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 28

Наименование блюда: Лапша домашняя (подсушенная)

Номер рецептуры: 114

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. - 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 кг		10 кг	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука пшеничная	875	875	8,75	8,75
Мука пшеничная на подпыл	60	60	0,6	0,6
Яйца	6 ¼ шт.	250	62,5 шт.	2,5
Вода	175	175	1,75	1,75
Соль	25	25	0,25	0,25
Выход подсушенной лапши	-	1000	-	10,0

Пищевая ценность, готового блюда (изделия):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1000	120,0	37,0	601,0	3220,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
1,7	1,4	5,5	645,0	-	380,0	1210,0	180,0	1400,0	17,0	56,34

Технология приготовления:

В холодную воду вводят сырые обработанные яйца, соль, перемешивают, добавляют муку и замешивают крутое тесто, которое выдерживают 20-30 минут для того, чтобы оно лучше раскатывалось. Куски готового теста кладут на стол, посыпанный мукой, и раскатывают в пласт толщиной 1-1,5 мм и подсушивают. Пересыпанные мукой пласти складывают один на другой, нарезают их на полоски шириной 35-45 мм, которые, в свою очередь, режут поперек полосками шириной 3-4 см или соломкой.

Лапшу раскладывают на посыпанные мукой столы слоем не более 10 мм и подсушивают 2-3 ч при температуре 40-45°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: полоски шириной 3-4 см или соломка

Консистенция: упругая, подсушенная

Цвет: кремовый

Вкус: сырого теста, умеренно соленый

Запах: муки

Лапшу раскладывают на посыпанные мукой столы слоем не более 10 мм и

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 41

Наименование блюда: Рыба, запеченная с картофелем

Номер рецептуры: 250

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2012. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Минтай (потрошенный обезглавленный)	137,1	100	164,5	120
или филе минтая с кожей без костей	117,7	100	141,2	120
или филе трески с кожей без костей	120,5	100	144,6	120
или терпуг неразделанный	217,5	100	261	120
или горбуша (потрошенная с головой)	142,9	100	171,5	120
или горбуша неразделанная	172,6	100	207,1	120
или филе горбуши с кожей без костей	117,7	100	141,2	120
Картофель с 1 сентября по 31 октября	115,6	86,7/82,1*	138,7	104/98,5*
с 1 ноября по 31 декабря	123,8	86,7/82,1*	148,6	104/98,5*
с 1 января по 28-29 февраля	133,3	86,7/82,1*	160	104/98,5*
с 1 марта	144,5	86,7/82,1*	173,4	104/98,5*
или картофель свежий очищенный в/у	96,3	86,7/82,1*	115,6	104/98,5*
Соус молочный (для запекания) ТК 41 ¹	-	83,3	-	100
Сухари	5	5	6	6
Масло сливочное	10	10	12	12
Масса полуфабриката	-	279,1667	-	335
Выход:	-	250	-	300

* - масса отварного очищенного картофеля

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):				
Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
250	19,75	18,0	28,5	355,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,127	0,163	0,45	38,6	83,4	82,1	260,37	60,24	668,88	1,35	44,42

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):				
Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
300	23,7	21,6	34,3	426,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,15	0,19	0,54	46,3	3,33	100,1	312,44	72,28	802,65	1,62	53,3

Технология приготовления:

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):				
Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал

Филе рыбы с кожей без костей нарезают на порционные куски, выкладывают на смазанный сливочным маслом противень, посыпают солью сверху кладут ломтики вареного картофеля, заливают молочным соусом, посыпают сухарями, сбрызгивают растопленным сливочным маслом. Запекают в жарочном шкафу.

Отпускают вместе с картофелем.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: на порционных кусках рыбы – ломтики картофеля, залиты соусом, на поверхности – поджаренная корочка, картофель сохранил форму

Консистенция: мягкая, сочная; рыбы, картофеля - мягкая

Цвет: корочки – золотистый, рыбы на разрезе – белый или светло-серый (из горбуши – розовый)

Вкус: свойственный рыбе и картофелю, умеренно соленый

Запах: продуктов, входящих в блюдо

Требования к качеству:

Внешний вид: на порционных кусках рыбы – ломтики картофеля, залиты соусом на

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8

А. В. Шушеначев



Технологическая карта № 66

Наименование: Компот из яблок и вишни

Номер рецептуры: 372

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2012. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Вишня	20	18	2,0	1,8
Яблоко	25	23	2,5	2,3
Сахар-песок	7	7	0,7	0,7
Вода	180	180	18,0	18,0
Выход:	-	200	-	20,0

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	0,2	0,1	10,2	42,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
-	-	-	2,53	2,0	9,0	7,0	6,0	91,0	0,5	0,8

Технология приготовления:

Вишню (свежую или свежемороженую) перебирают удаляют плодоножки, косточки, промывают.

Яблоки моют проточной водой, режут на дольки удаляют семена, измельчают.

Варят яблоки при слабом кипении 5-6 минут, добавляют сахар, лимонную кислоту и вишню, доводят до кипения и варят 10-12 минут. Готовый компот охлаждают, процеживают и разливают в стаканы, предварительно разложив туда ягоды и яблоки.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки без сердцевины нарезаны дольками, вишня без плодоножки и косточки. Плоды и ягоды не разваренные, сохранившие форму

Консистенция: сироп жидкий, плоды и ягоды мягкие

Цвет: сироп вишневого цвета

Вкус: кисло-сладкий фруктовый

Запах: приятный, соответствует входящим компонентам

вишню, доводят до кипения и варят 10-12 минут. Готовый компот охлаждают, процеживают и разливают в стаканы, предварительно разложив туда ягоды и яблоки.



Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта блюда № 15

Наименование блюда: Овощи натуральные свежие (огурец)

Номер рецептуры: 71

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/ Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, г
Огурцы свежие	63,2	60	105,3	100
Выход:	-	60	-	100

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
60	0,5	0,1	1,5	8,0

В1	В2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,018	0,024	-	6,0	6,	13,8	25,2	8,4	84,6	0,36	1,8

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	0,8	0,1	2,5	14,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,03	0,04	-	10,0	10,0	23,0	42,	14,	141,	0,6	3,0

Технология приготовления:

Огурцы перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной или подкисленной воде. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: огурцы нарезаны кружочками или дольками

Консистенция: огурцов – упругая, хрустящая

Цвет: огурцов – зеленый

Вкус: соответствует входящему сырию

Запах: соответствует входящему сырию

0,03	0,04	-	10,0	10,0	23,0	42,	14,	141,	0,6	3,0
------	------	---	------	------	------	-----	-----	------	-----	-----

Утверждаю

Директор МАОУ СШ № 8

А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 35

Наименование блюда: Омлет натуральный, с маслом

Номер рецептуры: 210

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. - 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яйца	3 шт.	120	300 шт.	12,0
Молоко	45	45	4,5	4,5
<i>Масса омлетной смеси</i>	-	165	-	16,5
Масса готового омлета	-	150	-	15,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход:	-	150/5	-	15,0/0,5

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
150/5	13,8	18,4	2,8	232,0

рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного.

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,438	0,357	2,71	127,0	0,24	105,2	211,6	16,65	173,0	2,27	22,59

Технология приготовления:

Яйца обрабатывают: полное погружение в раствор в следующем порядке: I – обработка в 1-2% теплом растворе кальцинированной соды; II – обработка в 0,5 % растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств; III – ополаскивание проточной водой в течение 5 минут с последующим выкладыванием в нистую промаркированную посуду.

Подготовленные яйца разбивают, в яичную смесь добавляют молоко, соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный противень и запекают в жарочном шкафу в течение 8-10 минут при температуре 180-200°C, слоем 2,5-3 см, полностью прожаривая.

Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 шт. и соединять с общей массой.

При отпуске поливают растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи 65°C.

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,438	0,357	2,71	127,0	0,24	105,2	211,6	16,65	173,0	2,27	22,59

Требования к качеству:

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест

Консистенция: однородная, сочная

Цвет: золотисто-желтоватый

Вкус: свежих запеченных яиц, молока, сливочного масла

Запах: свежих запеченных яиц, сливочного масла

проточной водой в течение 5 минут с последующим выкладыванием в нистую промаркированную посуду.

Подготовленные яйца разбивают, в яичную смесь добавляют молоко, соль. Смесь



Утверждаю
Директор MAOU CШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта № 76

Наименование: Какао с молоком

Номер рецептуры: 382

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Какао-порошок	2	2	0,2	0,2
Молоко	102	100	10,2	10,0
Вода	110	100	11,0	10,0
Сахар	5	5	0,5	0,5
Выход с молоком, с сахаром:	-	200	-	20,0

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	3,28	3,08	9,19	77,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
-	0,2	-	17,3	0,7	143,0	130,0	34,3	220,0	1,1	11,7

Технология приготовления:

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, и доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

Выход с молоком, с сахаром:

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость – светло-шоколадного цвета, налита в стакан или чашку

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-шоколадный

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока

Запах: свойственный какао

-	0,2	-	17,3	0,7	143,0	130,0	34,3	220,0	1,1	11,7
---	-----	---	------	-----	-------	-------	------	-------	-----	------

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А.В.Шушеначев



Технологическая карта блюда № 13

Наименование блюда: Винегрет овощной

Номер рецептуры: 67

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/ Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1 сентября по 31 октября	20,6	15,5/15*	34,4	25,8/25*
с 1 ноября по 31 декабря	22,1	15,5/15*	36,9	25,8/25*
с 1 января по 28-29 февраля	23,8	15,5/15*	39,7	25,8/25*
с 1 марта	25,8	15,5/15*	43	25,8/25*
или картофель свежий очищенный в/у	17,2	15,5/15*	28,7	25,8/25*
Свекла до 1 января	11,4	9,1/9*	19	15,2/15*
с 1 января	12,2	9,1/9*	20,3	15,2/15*
или свекла очищенная в/у	9,2	9,1/9*	15,4	15,2/15*
Морковь до 1 января	7,6	6,1/6*	12,6	10,1/10*
с 1 января	8,1	6,1/6*	13,5	10,1/10*
или морковь очищенная в/у	6,1	6,1/6*	10,2	10,1/10*
Огурцы соленые**	11,3	9	18,8	15
Капуста квашеная**	12,8	9	21,4	15
Лук зеленый	11,3	9	18,8	15
или лук репчатый	10,7	9	17,9	15
или лук репчатый очищенный в/у	9,1	9	15,2	15
Масло растительное	4,2	4,2	7	7
Выход:	-	60	-	100

* - масса вареных очищенных овощей

** - огурцы соленые можно заменить капустой квашеной, капусту квашеную можно заменить огурцами солеными

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
60	0,8	4,3	5,2	63,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,018	0,012	-	72,9	2,26	12,12	21,42	9,66	127,8	0,42	7,86

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	1,4	7,1	8,6	104,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,03	0,02	-	121,5	3,76	20,2	35,7	16,1	213,0	0,7	13,1

можно заменить огурцами солеными

Технология приготовления:

Вареные очищенные картофель, морковь, свеклу, соленые огурцы нарезают ломтиками, капусту квашеную перебирают, отжимают и шинкуют. Подготовленный зеленый лук (тщательно промывают проточной водой и выдерживают в 3% растворе уксусной кислоты в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием) или репчатый лук мелко нарезают.

Нарезанную свеклу заправляют частью растительного масла, предусмотренного по рецептуре, затем все овощи соединяют, заправляют оставшейся частью растительного масла и перемешивают.

В винегрет можно добавлять от 5 до 10 г (на порцию) зеленого консервированного горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов или квашеной капусты.

Зеленый горошек перед использованием необходимо прогреть в собственном соку. Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель, свекла, морковь, огурцы нарезаны ломтиками, рубленая квашеная капуста отжата от рассола, зеленый или репчатый лук мелко нарезан. Винегрет уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: капусты, огурцов – хрустящая; картофеля, свеклы, моркови – мягкая

Цвет: натуральный, свойственный овощам, входящим в состав винегрета

Вкус: острый, соответствующих овощей, умеренно соленый

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

масла и перемешивают.

квашеная капуста отжата от рассола, зеленый или репчатый лук мелко нарезан. Винегрет



Технологическая карта блюда № 29

Наименование блюда: Суп гороховый

Номер рецептуры: 132

Наименование сборника рецептур: СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ.
ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ» — М.: Издатель
Научный центр здоровья детей, 2016. — 361 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Фасоль или горох лущенный или чечевица	16,2	16	20,3	20
Картофель с 1 сентября по 31 октября	108,8	81,8	136,0	102,3
с 1 ноября по 31 декабря	117,0	81,8	146,3	102,3
с 1 января по 28-29 февраля	125,9	81,8	157,5	102,3
с 1 марта	136,3	81,8	170,5	102,3
или картофель свежий очищенный			113,7	102,3
в/у Наименование блюда: Суп гороховый	90,9	81,8		
Морковь до 1 января	20	16	25	20
с 1 января	21,2	16	26,5	20
или морковь свежая очищенная в/у	16,2	16	20,3	20
Лук репчатый	10	8	12,5	10
или лук репчатый очищенный в/у	8,1	8	10,1	10
Масло растительное	4	4	5	5
Бульон или вода	160	160	200	200
Фасоль или горох лущенный Выход:	16,2	200	20,3	250

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	6,68	4,6	16,28	133,14

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,146	0,056	-	97,2	4,76	27,0	80,4	29,0	382,4	1,47	16,96

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
250	8,3	5,75	20,35	166,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,18	0,07	-	122,0	5,95	33,75	100,5	36,25	478,0	1,84	19,95

Выход: - 200 250

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут подготовленные бобовые. За 15-20 мин до окончания варки кладут овощи. Суп с фасолью можно готовить с томатным пюре (10-20 г на 1000 г) и заправлять чесноком (3 г нетто на 1000 г супа), растертым с солью.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа горох (кроме лущеного), или фасоль, или чечевица - в виде целых, неразваренных зерен.

Консистенция: бобовые - мягкие; горох лущеный - пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: светло-желтый (горчишный) - супа горохового; светло-коричневый - супа фасолевого, темно-оливковый - супа из чечевицы

Вкус: умеренно соленый, свойственный, гороху или фасоли, или чечевице

Запах: бобовых, пассерованных корней и лука.

Консистенция: бобовые - мягкие; горох лущеный - пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Утверждаю

Директор МАОУ СШ № 8

А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 51

Наименование блюда: Биточки (из говядины), с маслом

Номер рецептуры: 302

Наименование сборника рецептур: СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ. ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ» — М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. — 361 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина (мясо бескостное) охлажденная	76,1	70	7,61	7,0
или говядина (мясо бескостное) замороженная	81,3	70	8,13	7,0
Хлеб пшеничный	25	25	2,5	2,5
Молоко (или вода)	26	26	2,6	2,6
Масса полуфабриката:	-	120	-	12,0
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Выход:	-	100	-	10,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход с маслом:	-	100/5	-	10,0/0,5

Пищевая ценность, готового блюда (изделия):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100/5	15,1	16,7	12,4	260,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,07	0,14	0,065	30,8	0,12	38,7	182,6	26,7	293,3	2,53	8,9

Технология приготовления: Подготовленное мясо нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке или воде хлебом, добавляют соль, хорошо перемешивают и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты овальной формы, биточки кругло-приплюснутой формы, шницели овально-приплюснутой формы, выкладывают в смазанную маслом растительным маслом емкость, запекают в жарочном шкафу с двух сторон при температуре 250-280 °С в течение 15-20 минут или в пароконвектомате при температуре 180 °С в течение 10-12 минут до готовности.

При отпуске изделия поливают растопленным сливочным маслом (предварительно растопленным и доведенным до кипения).

Температура подачи 65°С.

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100/5	15,1	16,7	12,4	260,0

Требования к качеству:

Внешний вид: форма биточка - кругло-приплюснутая, сверху полит маслом сливочным, сбоку уложен гарнир

Консистенция: сочная, пышная, однородная

Цвет: корочки - коричневый, на разрезе - светло-серый

соль, хорошо перемешивают и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты овальной формы, биточки кругло-приплюснутой формы, шницели овально-приплюснутой формы, выкладывают в смазанную маслом растительным маслом емкость, запекают в жарочном шкафу с двух сторон при температуре 250-280 °С в течение 15-20 минут или в пароконвектомате при температуре 180 °С в течение 10-12 минут до готовности.

Вкус: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба

Запах: жареного мяса

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 62

Наименование блюда: Сложный гарнир (картофельное пюре, капуста тушеная)
Номер рецептуры: 553

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / под ред В.Т. Лапшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004г. – 639 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1 сентября по 31 октября	85,5	64,1	114	85,5
с 1 ноября по 31 декабря	91,6	64,1	122,2	85,5
с 1 января по 28-29 февраля	98,6	64,1	131,6	85,5
с 1 марта	106,8	64,1	142,5	85,5
или картофель свежий очищенный в/у	71,3	64,1	95	85,5
Молоко	12	11,3	16	15*
Масло сливочное	2,5	2,5	3,3	3,3
<i>Картофельное пюре</i>	-	75	-	100
Капуста белокочанная свежая	107,6	86,1	143,5	114,8
или капуста свежая зачищенная в/у	87,8	86,1	117,1	114,8
Масло растительное	2,6	2,6	3,5	3,5
Морковь до 1 января	1,9	1,5	2,5	2
с 1 января	2	1,5	2,7	2
или морковь свежая очищенная в/у	1,6	1,5	2,1	2
Лук репчатый	3,6	3	4,8	4
или лук репчатый очищенный в/у	3,1	3	4,1	4
Томатное пюре	4,5	4,5	6	6
Раствор лимонной кислоты 3%-ный	1,9	1,9	2,5	2,5
Мука пшеничная	0,75	0,75	1,1	1
Сахар	1,5	1,5	2	2
Перец черный горошком	0,015	0,015	0,02	0,02
Лавровый лист	0,007	0,007	0,01	0,01
<i>Капуста тушеная</i>	-	75	-	100
Выход:	-	75/75	-	100/100

* - масса молока кипяченого

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
75/75	3,1	5,0	16,4	122,7

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,075	0,085	0,033	82,6	21,05	60,5	73,0	30,0	564,5	1,1	7,0

Сахар	1,5	1,5	2	2
Перец черный горошком	0,015	0,015	0,02	0,02

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100/100	4,13	6,67	21,87	164,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,1	0,11	0,04	110,0	28,1	80,7	97,3	40,0	752,6	1,46	9,3

Технология приготовления:

Очищенный картофель варят в подсоленной воде до готовности. Воду сливают, добавляют в картофель кипяченое горячее молоко, растопленное и доведенное до кипения сливочное масло и протирают при помощи протирочной машины.

Свежую или квашеную капусту, нашинкованную соломкой, кладут в котел слоем не более 30 см, добавляют небольшое количество бульона или воды, жир и тушат вначале на сильном огне, а когда она прогреется и немного осядет, нагрев уменьшают. Тушат, периодически помешивая, до полуготовности, затем кладут пассерованные морковь, лук, петрушку, томатное пюре, добавляют лавровый лист, перец и продолжают тушить. В конце тушения вводят мучную пассеровку, разведенную водой или бульоном, соль, сахар и доводят до готовности.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофельного пюре - протертая картофельная масса, капусты тушеной - смесь тушеной капусты с овощами; капуста, лук и морковь в виде соломки

Консистенция: картофельного пюре - густая, пышная, однородная, капусты тушеной - сочная, слабо хрустящая

Цвет: картофельного пюре - белый с кремовым оттенком, капусты тушеной - светло-коричневый

Вкус: картофельного пюре - свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный, капусты тушеной - свойственный капусте и продуктам, входящим в состав, умеренно соленый, кисло-сладкий

Запах: картофельного пюре - свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного масла, капусты тушеной - тушеной капусты с ароматом томата, овощей

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта № 80

Наименование: Напиток брусничный

Номер рецептуры: 700

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/под ред. В.Т. Лапиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004 г. – 639 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Брусника	26	25	2,6	2,5
Вода	205	205	20,5	20,5
Сахар	10	10	1,0	1,0
Выход:	-	200	-	20,0

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	0,17	-	11,0	45,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,0018	0,004	-	1,25	1,5	5,67	3,48	1,52	18,91	0,107	-

Технология приготовления:

Подготовленные ягоды протирают и отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, варят 6-8 минут и процеживают.

В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый сок, вновь доводят до кипения и охлаждают.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: прозрачный однородный напиток ярко-красного цвета, налит в стакан

Консистенция: жидкая, однородная

Цвет: ярко-красный

Вкус: кисло-сладкий

Запах: выраженный аромат клюквы (или брусники)

В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый сок, вновь доводят до кипения и охлаждают.

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 18

Наименование блюда: Перец сладкий свежий

Номер рецептуры: 38

Наименование сборника рецептур: СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ.
ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ» — М.:
Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. — 361 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Перец сладкий свежий	79,8	60,0	133,0	100,0
Выход:	-	60	-	100

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
60	0,8	0,06	3,0	15,6

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,035	0,04	-	90,0	48,0	4,22	8,35	3,65	81,2	0,26	1,58

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	1,3	0,1	5,0	26,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,058	0,072	-	150,0	80,0	7,04	13,92	6,09	135,29	0,44	2,64

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Технология приготовления:

Подготовленный перец нарезают кружочками или дольками.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: перец сладкий – нарезан дольками

Консистенция: сочная, хрустящая

Цвет: натуральный, готового блюда (12 лет и старше):

Вкус: соответствует продукту

Запах: соответствует продукту



Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта блюда № 50

Наименование блюда: Говядина, запеченная с макаронами и сыром

Номер рецептуры: 261

Наименование сборника рецептов: СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ.
ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ» — М.:
Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. — 361 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (мясо бескостное) охлажденная	40	36,8	50	46
или говядина (мясо бескостное) замороженная	42,7	36,8	53,4	46
Масса отварной говядины	-	22,4	-	28
Макароны гр. А «фигурные»	20	20	25	25
Масса отварных макарон	-	52	-	65
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4,8	4,8	6	6
или лук репчатый свежий	5,7	4,8	7,2	6
Помидоры свежие	18,9	16	23,6	20
Масло растительное	3,2	3,2	4	4
Масса пассерованных овощей	-	12	-	15
Сыр полутвердый	18,3	17	21,6	20
Мука пшеничная	2,4	2,4	3	3
Масло сливочное	3,2	3,2	4	4
Молоко	32	32	40	40
Вода	60	60	75	75
Масса соуса	11,7	8,8	15,4	11,0
Масло растительное (для смазки)	3,2	3,2	4	4
Выход:	-	160	-	200

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
160	13,5	15,5	14,4	252,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,052	0,108	0,215	32,9	0,925	158,3	160,55	19,95	185,83	1,3	4,8

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	16,8	19,4	18,0	314,0

Масса соуса	-	8,8	-	11,0
Масло растительное (для смазки)	3,2	3,2	4	4
Выход:	-	160	-	200

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,065	0,135	0,27	41,2	1,15	197,9	200,6	24,9	232,28	1,62	6,0

Технология приготовления:

Подготовленную говядину нарезают на куски массой 1-1,5 кг, закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды), доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену, добавляют соль (часть от рецептурной нормы) и варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности, охлаждают. Готовое отварное мясо нарезают кубиком. Макароны изделия варят в кипящей воде (из расчета 6 л. воды на 1 кг макарон) в течение 10-15 минут до полуготовности, откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость. Подготовленные овощи нарезают: лук репчатый и помидоры кубиком. Измельченный лук репчатый и помидоры припускают в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла.

Приготовление соуса: Просеянную пшеничную муку пассеруют при непрерывном помешивании до светло-желтого цвета с добавлением масла сливочного. В пассерованную охлажденную муку вливают горячее молоко (часть от рецептурной нормы) и вымешивают до однородной массы, затем постепенно добавляют оставшееся молоко, доводят до кипения, затем вводят тертый сыр (часть от рецептурной нормы) и варят при слабом кипении 5-10 минут. В конце варки добавляют оставшуюся часть соли. В емкость, предварительно смазанную растительным маслом, выложить слоями подготовленные ингредиенты: макароны отварные (1/2 часть от рецептурной нормы), мясо, пассерованные овощи, оставшуюся часть макарон отварных, заливают соусом, посыпают оставшейся частью сыра тертого и запекают в жарочном шкафу при температуре 200-220 °С в течение 20-30 минут или в пароконвектомате в режиме «жар» при температуре 180 °С в течение 15-20 минут, до образования на поверхности румяной корочки. Температура подачи 65°С.

Требования к качеству:

Внешний вид: блюдо аккуратно нарезано в виде ромбов или квадратов

Консистенция: мягкая, сочная, рыхлая

Цвет: корочки - румяно-золотистый, на разрезе - от светло-коричневого до коричневого

Вкус: свойственный запеченным макаронам, мяса с сыром, умеренно соленый

Запах: запеченных макарон, мяса, сыра

Температура подачи 65°С

Запах: запеченных макарон, мяса, сыра

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта № 75

Наименование: Кофейный напиток с молоком

Номер рецептуры: 379

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛиПринт, 2005 г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кофейный напиток	4	4	0,4	0,4
Молоко	102	100	10,2	10,0
Вода	120	120	12,0	12,0
Сахар-песок	8	8	0,8	0,8
Выход:	-	200	-	20,0

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	3,1	3,0	14,3	95,0

рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,03	0,13	-	13,3	0,52	111,0	107,0	30,7	184	1,1	9,0

Технология приготовления:

Смесь воды и молока (1/2 от нормы) доводят до кипения, всыпают кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, после чего процеживают, добавляют сахар, оставшееся молоко и вновь доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

Сахар-песок	8	8	0,8	0,8
	200			20,0

Требования к качеству:

Внешний вид: напиток налит в стакан или чашку

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-коричневый

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,03	0,13	-	13,3	0,52	111,0	107,0	30,7	184	1,1	9,0

температура подачи 75 °С.

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А.В.Шушеначев

Технологическая карта блюда № 8

Наименование блюда: Салат из овощей (капуста белокочанная, помидоры свежие, огурцы свежие)

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/ Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Капуста белокочанная	51,4	40,9/37,0*	5,14	3,70*
Помидоры свежие	29,4	25,0	2,94	2,50
Огурцы свежие	25,3	24,0	2,53	2,40
Яйца	¼ шт.	10,0	25 шт.	1,00
Масло растительное	5,0	5,0	0,50	0,50
Выход:	-	100,0	-	10,00

* - масса припущенной белокочанной капусты

Пищевая ценность, готового блюда (изделия):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	2,3	6,8	4,3	88,3

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,04	0,08	-	50,8	28,8	36,0	44,0	16,0	242,0	0,8	17,3

Технология приготовления:

Белокочанную капусту шинкуют и припускают. Подготовленные свежие помидоры и огурцы (тщательно промывают проточной водой и выдерживают в 3% растворе уксусной кислоты в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием) нарезают ломтиками. Обработанные яйца (1 - обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды; 2 - обработка в 0,5 % растворе разрешенного для этих целей дезинфицирующего средства; 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду), отваривают в течение 10 мин после закипания воды. Яйца очищают, мелко рубят. Все компоненты салата перемешивают. При отпуске салат заправляют растительным маслом.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: помидоры и огурцы нарезаны ломтиками, смешаны с белокочанной капустой. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: капусты – мягкая, сырых помидоров и огурцов - упругая, сочная

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав салата

Вкус: отварной цветной капусты в сочетании с помидорами и огурцами; умеренно соленый

Запах: свойственный овощам, входящим в состав салата, с ароматом растительного масла



Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта блюда № 30

Наименование блюда: Суп с рыбными консервами

Номер рецептуры: 87

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2012. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Консервы рыбные в собственном соку	32	32	40	40
Картофель с 1 сентября по 31 октября	74,6	56	93,3	70
с 1 ноября по 31 декабря	80	56	100	70
с 1 января по 28-29 февраля	86,	56	107,7	70
с 1 марта	93,4	56	116,7	70
или картофель свежий очищенный в/у	62,2	56	77,8	70
Морковь до 1 января	16	12,8	20	16
с 1 января	17,1	12,8	21,3	16
или морковь свежая очищенная в/у	13	12,8	16,2	16
Лук репчатый	7,6	6,4	9,5	8
или лук репчатый очищенный в/у	6,5	6,4	8,1	8
Крупа рисовая	4	4	5	5
Масло сливочное	4	4	5	5
Зелень	1,8	1,4	2,3	1,7
Бульон рыбный или вода	160	160	200	200
Выход:	-	200	-	250

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Техническая документация, готового изделия (7-11 лет):										
Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Калорийность, ккал		
200		6,9		6,7		11,5		134,0		
B1		B2		D		A		C		I
0,079		0,063		3,54		124,0		2,39		15,3

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Техническая характеристика готового блюда (12 лет и старше):										
Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Калорийность, ккал		
250		8,62		8,37		14,37		167,4		
B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,098	0,078	4,4	155,0	2,98	72,26	120,56	38,63	393,87	0,52	19,1

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи. За 10-15 мин до окончания варки закладывают предварительно протертые рыбные консервы, соль, подготовленную обработанную (тщательно промывают проточной

водой и выдерживают в 3% растворе уксусной кислоты в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием) зелень. Доводят до готовности.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель нарезан брусочками или кубиками, рис сохранил форму

Консистенция: овощей – мягкая, овощи сохранили форму, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: супа – золотисто-серый, овощей – натуральный

Вкус: рыбы, овощей и риса, в меру соленый

Запах: продуктов, входящих в суп

ополаскиванием проточной водой и просушиванием) зелень. Доводят до готовности.

Температура подачи 75°C.

брусочками, рис сохранил форму

Вкус: рыбы, овощей и риса, в меру соленый

Запах: продуктов, входящих в суп



Утверждаю
Директор MAOU CШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта блюда № 52

Наименования блюда: Птица(цыпленок-бройлер), тушенная в соусе с овощами

Номер рецептуры: 292

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. - 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Курица	199,1	137	223	153,4
или цыпленок	195,4	137	218,8	153,4
или бройлер-цыпленок	181	129,8	202,7	145,4
или куриные окорочки	147,6	129,8	165,3	145,4
или филе куриное (полуфабрикат)	149,2	129,8	167,1	145,4
или филе индейки (полуфабрикат)	152,7	129,8	171	145,4
Масло растительное	10	10	11,2	11,2
Картофель с 1 сентября по 31 октября	109,3	82	122,4	91,8
с 1 ноября по 31 декабря	117,2	82	131,3	91,8
с 1 января по 28-29 февраля	126,2	82	141,3	91,8
с 1 марта	136,6	82	153	91,8
или картофель свежий очищенный в/у	91,1	82	102	91,8
Морковь до 1 января	46	36,8	51,5	41,2
с 1 января	49,1	36,8	55	41,2
или морковь свежая очищенная в/у	37,2	36,8	41,7	41,2
Петрушка (корень)	5	3,3	5,6	3,7
Лук репчатый	19,1	16	21,4	17,9
или лук репчатый очищенный в/у	16,2	16	18,1	17,9
Горошек зеленый консервированный	12,5	8	14	9
или фасоль овощная свежая	10,2	9	11,4	10,1
Соус сметанный с томатом ТК 52 ¹	-	82,5	-	92,4
Масса тушеной птицы	-	90	-	100,8
Масса гарнира и соуса	-	160	-	179,2
Выход:	-	250	-	280

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
250	15,5	19,6	25,6	341,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,17	0,13	-	325,0	14,1	40,0	241,0	117,0	923,0	2,7	13,7

или фасоль овощная свежая	10,2	9	11,4	10,1
Соус сметанный с томатом ТК 52 ¹	-	82,5	-	92,4

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
280	17,36	22,0	28,7	382,3

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,19	0,145	-	364,0	15,79	44,8	269,9	131,0	1033,8	3,02	15,34

Технология приготовления:

Обжаренную до золотистой корочки птицу рубят на порции, добавляют нарезанный дольками обжаренный картофель, пассерованные морковь, петрушку (корень), лук, заливают соусом сметанным с томатом и тушат 20-30 мин. За 5-10 мин до готовности добавляют зеленый горошек или нарезанные стручки фасоли.

Тушеную птицу отпускают с овощами и соусом, в котором они тушились.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: тушеные после обжаривания куски птицы (по одному на порцию) уложены рядом с гарниром и политы соусом, в котором они тушились

Консистенция: мягкая, сочная, соус средней густоты, эластичный

Цвет: соуса – темно-красный, филе птицы на разрезе – белый, окорочков – темно-серый

Вкус: тушеного мяса птицы с привкусом соуса и специй, умеренно соленый

Запах: тушеного мяса птицы

Технология приготовления:

Обжаренную до золотистой корочки птицу рубят на порции, добавляют нарезанный дольками обжаренный картофель, пассерованные морковь, петрушку

Требования к качеству:

Внешний вид: тушеные после обжаривания куски птицы (по одному на порцию) уложены рядом с гарниром и политы соусом, в котором они тушились.

Консистенция: мягкая, сочная, соус средней густоты, эластичный

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта № 69

Наименование: Кисель из черной смородины

Номер рецептуры: 378

Наименование сборника рецептов Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2012. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Смородина черная	17,1	16	1,71	1,6
Крахмал картофельный	6	6	0,6	0,6
Сахар	5	5	0,5	0,5
Вода	180	180	18,0	18,0
Выход:	-	200	-	20,0

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	0,96	0,06	10,0	44,0

Наименование сборника рецептов Сборник технических нормативов – Сборник рецептов										
B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,0025	0,004	-	0,98	5,12	6,248	7,49	3,75	39,314	0,16	0,123

Технология приготовления:

Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают.

Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок.

Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Готовый кисель отпускают в стаканах.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: кисель без частичек ягод, комочков и пленок, поверхность гладкая, разлит в стаканы

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная

Цвет: ягод, из которых приготовлен кисель

Вкус: кисло-сладкий

Запах: аромат соответствует ягодам, из которых приготовлен кисель

слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят

Холодные блюда и закуски

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А.В.Шушеначев



Технологическая карта № 1

Наименования: Бутерброд с маслом

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
Хлеб пшеничный	40	40	4,0	4,0
Выход:	-	40/10	-	4,0/1,0

Пищевая ценность, готового блюда (изделия):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
40/10	3,14	7,52	19,78	150,97

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,065	0,032	0,13	45,0	-	11,2	37,0	13,2	55,4	0,82	15,44

Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают маслом сливочным.

Отпускают при температуре 14 °С.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом

Консистенция: хлеба – мягкая, масла - мажущаяся

Цвет: соответствует виду масла

Вкус: соответствует виду масла

Запах: масла в сочетании со свежим хлебом

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 38

Наименование блюда: Пудинг из творога, запеченный с изюмом, с молоком сгущенным

Номер рецептуры: 222

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. - 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	106,2	104	121,7	120
Крупа манная	8,7	8,7	12	12
Яйца	1/6 шт.	6,9	1/5 шт.	8
Изюм	18,2	17,7	19,5	19
Масло сливочное	5,2	5,2	6	6
Ванилин	0,03	0,03	0,03	0,03
Сухари	4,3	4,3	6	6
Сметана	3,5	3,5	6	6
Масса готового пудинга	-	130	-	150
Молоко сгущенное	20	20	50	50
Выход с молоком сгущенным:	-	130/20	-	150/50

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Техническая ценность, готового продукта (7-11 лет):										
Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Калорийность, ккал		
130/20		18,1		14,3		26,3		306,0		
Брутто		Брутто		Брутто		Брутто		Брутто		
100,0		100,0		100,0		100,0		100,0		
B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,061	0,249	0,333	40,0	0,162	214,9	248,84	32,33	268,46	1,0	10,03

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):										
Выход, г		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Калорийность, ккал		
150/50		22,8		17,85		45,15		432,5		
Состав:				3,5		3,5		6		6
B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,081	0,33	0,38	50,6	0,295	323,1	341,93	45,25	394,67	1,19	13,22

Технология приготовления:

В горячей воде растворяют ванилин, затем всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают.

Яйца обрабатывают (полное погружение в раствор в следующем порядке: I – обработка в 1-2% теплом растворе кальцинированной соды; II – обработка в 0,5 % растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке

дезинфицирующих средств; III – ополаскивание проточной водой в течение 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду).

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную крупу, размягченное сливочное масло, соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до образования густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень (или формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 25-35 минут при температуре 220-280°C, слоем не более 3-4 см. готовый пудинг выдерживают 5-10 минут и вынимают из формы. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, разрезают на порционные куски.

При отпуске подают с молоком сгущенным.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: порционные кусочки подрумянены, без трещин и подгорелых мест, политы сверху молоком сгущенным

Консистенция: однородная, нежная, мягкая, с вкраплениями изюма

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе – белый с коричневыми вкраплениями изюма

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: слабовыраженный - творога

Полученную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень (или формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 25-35 минут при температуре 220-280°C, слоем не более 3-4 см. готовый пудинг выдерживают 5-10 минут и вынимают из формы. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, разрезают на порционные куски.

Требования к качеству:

Внешний вид: порционные кусочки подрумянены, без трещин и подгорелых мест.

Утверждаю

Директор МАОУ СШ № 8

А. В. Шушеначев



Технологическая карта № 74

Наименование: Чай с молоком

Номер рецептуры: 378

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Чай высшего и первого сорта	1,5	1,5	0,15	0,15
Вода	100	100	10,0	10,0
Молоко	102	100	10,0	10,0
Сахар	5	5	0,5	0,5
Выход с молоком, с сахаром:	-	200	-	20,0

Технологическая карта № 74

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	2,5	2,2	10,0	70,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,01	0,07	-	6,9	0,3	57,3	46,3	9,9	81,3	0,8	4,5

Технология приготовления:

К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость – серовато-белого цвета, налита в стакан или чашку

Консистенция: жидкая

Цвет: серовато-белый

Вкус: сладкий, с привкусом молока

Запах: свойственный молоку и чаю

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 17

Наименование блюда: Овощи натуральные свежие (огурец, помидор)

Номер рецептуры: 71

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/ Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры свежие	58,8	50	5,88	5,0
Огурцы свежие	52,6	50	5,26	5,0
Выход:	-	50/50	-	5,0/5,0

Пищевая ценность, готового блюда (изделия):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
50/50	0,95	0,15	3,15	18,3

V1	V2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,045	0,04	-	71,65	125,0	18,5	34,0	17,0	215,5	0,75	3,85

Технология приготовления:

Огурцы, помидоры перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной или подкисленной воде. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском. У помидоров вырезают место прикрепления плодоножки.

Температура подачи 14°C

Выход:	-	50/50	-	5,0/5,0
--------	---	-------	---	---------

Требования к качеству:

Внешний вид: огурцы – нарезаны кружочками или дольками, помидоры – целые или нарезанные дольками (пополам)

Консистенция: огурцов – упругая, хрустящая, помидоров - мягкая

Цвет: огурцов, зелени – зеленый, помидоров - красный

Вкус: соответствует входящему сырью

Запах: соответствует входящему сырью

0,045	0,04	-	71,65	125,0	18,5	34,0	17,0	215,5	0,75	3,85
-------	------	---	-------	-------	------	------	------	-------	------	------



Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта блюда № 22

Наименование блюда: Щи по-уральски (с крупой), с мясом, со сметаной

Номер рецептуры: 93

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/ Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа (овсяные хлопья «Геркулес», пшено, перловая, овсяная или рисовая)	4	4	5	5
Томатное пюре	10	10	12,5	12,5
Капуста квашеная	56,96	40	71,2	50
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
с 1 января	10,64	8	13,3	10
или морковь свежая очищенная в/у	8,08	8	10,1	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
или лук репчатый очищенный в/у	8,08	8	10,1	10
Масло растительное	4	4	5	5
Бульон или вода	160	160	200	200
Выход:	-	200	-	250
Говядина (мясо бескостное) охлажденное	41,84	41,3	41,84	41,3
или говядина (мясо бескостное) замороженное	45,8	41,3	45,8	41,3
<i>Масса говядины отварной:</i>	-	25	-	25
Сметана	10	10	10	10
Выход с мясом, со сметаной	-	200/25/10	-	250/25/10

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200/25/10	8,4	9,6	8,8	155,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,097	0,058	0,1	75,9	5,2	35,23	76,47	20,74	193,94	0,8	3,67

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
250/25/10	8,82	10,58	10,91	174,2

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,11	0,061	0,1	93,9	6,51	40,46	83,08	23,75	226,93	0,89	4,07

Технология приготовления: с мясом, со сметаной 200/25/10 250/25/10

В кипящий бульон или воду всыпают подготовленную крупу, доводят до кипения, кладут капусту тушеную, через 15-20 минут после закипания добавляют пассерованные овощи и варят щи до готовности. Заправляют щи сметаной и доводят до кипения. При отпуске в суп кладут отварное мясо, предварительно подвергнутое вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части щей – капуста, квашеная, морковь и лук репчатый, нарезанные соломкой, крупа. Капуста и овощи не переварены.

Консистенция: корни и лук мягкие, капуста – слегка хрустящая, крупа слегка разварившаяся, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: желтый, жира на поверхности – оранжевый; овощей – натуральный

Вкус: кисло-сладкий, без лишней кислотности, умеренно соленый

Запах: вареной квашеной капусты, пассерованных корней с томатом

В кипящий бульон или воду всыпают подготовленную крупу, доводят до кипения, кладут

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части щей – капуста, квашеная, морковь и лук репчатый,



Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта блюда № 42

Наименование блюда: Рыба, запеченная с морковью

Номер рецептуры: 253

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2012. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Минтай (потрошенный обезглавленный)	88,4	64,5	106,1	77,4
или филе минтая с кожей без костей	75,8	64,5	91,0	77,4
или терпуг неразделанный	140,3	64,5	168,4	77,4
или горбуша (потрошенная с головой)	92,2	64,5	110,6	77,4
или горбуша неразделанная	111,3	64,5	133,6	77,4
или филе горбуши с кожей без костей	75,8	64,5	91,0	77,4
или кета (потрошенная обезглавленная)	92,2	64,5	110,6	77,4
или филе камбалы без кожи и костей	84,9	64,5	101,9	77,4
<i>Масса припущенной рыбы</i>	-	50	-	60
Морковь до 1 января	23,5	18,8/16,7*	28,2	20,1*
с 1 января	25,0	5/16,7*	30	20,1*
или морковь свежая очищенная в/у	16,9	16,7*	20,3	20,1*
Лук репчатый	5,3	3,5**	6,4	4,2**
или лук репчатый очищенный в/у	3,5	3,5**	4,25	4,2**
Масло растительное	3,0	3	3,6	3,6
Сыр	6,3	6	7,6	7,2
<i>Соус сметанный ТК 42¹</i>	-	30	-	36
Сметана	7,5	7,5	9	9
Мука пшеничная	2,3	2,3	2,7	2,7
Вода или отвар	22,5	22,5	27	27
<i>Масса белого соуса ТК 42²</i>	-	22,5	-	27
Бульон или вода	-	24,8	101,9	29,7
Масло сливочное	1,17	1,2	1,4	1,4
Мука пшеничная	1,17	1,2	1,4	1,4
Лук репчатый	0,5	0,4	0,6	0,5
или лук репчатый очищенный в/у	0,42	0,4	0,5	0,5
Петрушка (корень)	0,33	0,25	0,4	0,3

<i>Масса полуфабриката</i>	-	112	-	134,4
<i>Масса запеченной рыбы</i>	-	100	-	120
Выход:	-	100	-	120

* - масса припущенной моркови

** - масса припущенного репчатого лука

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	11,3	7,4	3,9	127,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,101	0,075	0,214	161,0	0,465	77,65	161,97	35,42	243,94	0,646	26,63

Пищевая ценность, готового блюда (12 и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
120	13,56	8,9	4,7	153,2

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,12	0,09	0,25	193,0	0,55	93,18	194,36	42,5	292,72	0,77	31,9

Технология приготовления:

Порционные куски рыбы, нарезанные на филе с кожей без костей припускают в небольшом количестве воды, соединяют с припущенными овощами, нарезанными соломкой, затем выкладывают на смазанный маслом противень, заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром и запекают в жарочном шкафу.

Температура подачи 65°C

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,12	0,09	0,25	193,0	0,55	93,18	194,36	42,5	292,72	0,77	31,9

Требования к качеству:

Внешний вид: целый, равномерно запеченный кусок филе рыбы, сбоку – гарнир

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: корочки – золотистый, филе рыбы на разрезе – белый или светло-серый (из кеты – розовый), соуса – розовый

Вкус: рыбы и овощей

Запах: рыбный, с ароматом овощей.

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,12	0,09	0,25	193,0	0,55	93,18	194,36	42,5	292,72	0,77	31,9

Требования к качеству:

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 60

Наименование блюда: Картофельное пюре (или картофель отварной с маслом)

Номер рецептуры: 312

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Брутто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1 сентября по 31 октября	171	128,3	228	171
с 1 ноября по 31 декабря	183,3	128,3	244,3	171
с 1 января по 28-29 февраля	197,4	128,3	263,1	171
с 1 марта	213,8	128,3	285	171
или картофель свежий очищенный в/у	142,5	128,3	190	171
Молоко	24	22,5*	32	30*
Масло сливочное	5	5	6,5	6,5
Выход:	-	150	-	200

* - масса молока кипяченого

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
150	3,04	3,77	23,8	141,6

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,12	0,11	0,105	32,1	10,2	39,0	84,0	28,0	624,0	1,0	8,5

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	4,15	6,8	24,76	177,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,16	0,15	0,14	42,8	13,6	52,0	112,0	37,3	832,0	1,33	11,3

Технология приготовления:

Очищенный картофель варят в подсоленной воде до готовности. Воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель протирают, температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80°C. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в два-три приема горячее кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

Температура подачи 65°C.

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	4,15	6,8	24,76	177,0

Требования к качеству:

Внешний вид: протертая картофельная масса

Консистенция: густая, пышная, однородная

Цвет: белый с кремовым оттенком

Вкус: свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного масла.

масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного

Утверждаю
Директор МАОУ СПШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта № 83

Наименование: Напиток витаминизированный «Витошка»

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Смесь сухая «Витошка»	20	20	2,0	2,0
Вода	200	200	20,0	20,0
Выход:	-	200	-	20,0

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	0,46	0,15	21,1	93,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,06	0,068	1,68	0,13	20,0	36,0	-	-	-	-	-

Технология приготовления:

Смесь растворить в кипячёной или бутилированной воде комнатной температуры. Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: однородный напиток, налит в стакан	200	20,0	20,0
Консистенция: жидкая, однородная	200		20,0
Цвет: Свойственный компонентам, входящим в состав смеси			
Вкус: Свойственный компонентам, входящим в состав смеси			
Запах: Свойственный компонентам, входящим в состав смеси			

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,06	0,068	1,68	0,13	20,0	36,0	-	-	-	-	-

Внешний вид: однородный напиток, налит в стакан

Консистенция: жидкая, однородная

Цвет: Свойственный компонентам, входящим в состав смеси

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А.В.Шушеначев



Технологическая карта № 2

Наименования: Бутерброд с джемом, с маслом

Номер рецептуры: 2

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛиПринт, 2005г.– 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Джем или повидло	20,2	20	2,02	2,0
Масло сливочное	10	10	1,0	1,0
Хлеб пшеничный	40	40	4,0	4,0
Выход:	-	40/20/10	-	4,0/2,0/1,0

Пищевая ценность, готового блюда (изделия):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
40/20/10	3,27	7,52	34,1	217,2

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,067	0,036	0,13	55,0	0,48	13,6	40,6	15,0	85,8	0,9	16,08

Технология приготовления:

Хлеб намазывают маслом, а затем джемом или повидлом.

Отпускают при температуре 14 °С.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом и джемом или повидлом

Консистенция: хлеба – мягкая, повидла или джема – не растекающаяся

Цвет: повидла или джема

Вкус: повидла или джема с хлебом

Запах: повидла или джема в сочетании со свежим хлебом

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
40/20/10	3,27	7,52	34,1	217,2

Отпускают при температуре 14 °С.



Утверждаю
Директор MAOU CШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта блюда № 31

Наименование блюда: Суп молочный с макаронными изделиями, с маслом

Номер рецептуры: 93

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2012. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	160	160	200	200
Вода	40	40	50	50
Макароны, вермишель, вермишель, фигурные изделия	16	16	20	20
Сахар	1,6	1,6	2	2
Выход:	-	200	-	250
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход с маслом:	-	200/5	-	250/5

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200/5	3,21	7,44	16,61	146,24

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,06	0,17	0,07	26,3	0,72	155,9	121,2	19,4	185,7	0,36	12,8

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
250/5	4,0	8,4	20,74	174,6

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,075	0,21	0,07	32,9	0,9	194,6	151,25	24,25	232,0	0,45	16

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны – 15-20 мин, лапшу – 10-12 мин, вермишель 5-7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности. Заправляют солью, сахаром. При отпуске заправляют маслом сливочным, (масло предварительно следует довести до кипения).

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта № 73

Наименование: Чай с лимоном, с сахаром

Номер рецептуры: 377

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Чай высшего и первого сорта	1,5	1,5	0,15	0,15
Вода	54	54	5,4	5,4
Выход: чай-заварка	-	50	-	5,0
Сахар	5	5	0,5	0,5
Лимон свежий	8	7	0,8	0,7
Вода	150	150	15,0	15,0
Выход:	-	200/7/5	-	20,0/0,7/0,5

Наименование: Чай с лимоном, с сахаром

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200/7/5	0,2	0,01	9,9	41,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,001	0,0009	-	0,05	2,2	15,8	8,0	6,0	33,7	0,78	0,005

Чай высшего и первого сорта 1,5 1,5 0,15 0,15

Технология приготовления:

Предварительно промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течение 1-2 минут. Затем лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром, непосредственно перед отпуском.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость – золотисто-коричневого цвета, налита в стакан или чашку, где плавает кружок лимона

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, с привкусом лимона

Запах: свойственный чаю и лимону

Внешний вид: в жидкой части супа распределены макаронные изделия, сохранившие форму, на поверхности – сливочное масло

Консистенция: макаронных изделий – мягкая

Цвет: супа – молочно-белый, сливочного масла - желтый

Вкус: молока и сливочного масла, умеренно сладкий

Запах: продуктов, входящих в суп

Вкус: молока и сливочного масла, умеренно сладкий

Запах: продуктов, входящих в суп

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А.В.Шушеначев



Технологическая карта блюда № 9

Наименование блюда: Салат из овощей с кукурузой

Номер рецептуры: 66

Наименование сборника рецептов: СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ. ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ» — М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. — 361 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1 сентября по 31 октября	33	24,7	55	41,2
с 1 ноября по 31 декабря	35,3	24,7	58,9	41,2
с 1 января по 28-29 февраля	38	24,7	63,4	41,2
с 1 марта	41,2	24,7	68,7	41,2
или картофель свежий очищенный в/у	27,5	24,7	45,9	41,2
<i>Масса отварного картофеля:</i>	-	24	-	40
Кукуруза сахарная консервированная	10	6*	16,6	10*
Морковь до 1 января	18,8	15,1	31,4	25,1
с 1 января	20,1	15,1	33,5	25,1
или морковь свежая очищенная в/у	15,2	15,1	25,4	25,1
<i>Масса отварной моркови:</i>	-	15	-	25
Огурцы свежие	12,24	12	20,4	20
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
Выход:	-	60	-	100

* - масса прогретой кукурузы консервированной

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
60	1,38	4,38	8,7	80,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,056	0,037	-	134,9	2,14	12,03	54,83	22,0	171,94	0,72	2,0

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	2,3	7,3	14,5	133,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,094	0,061	-	224,84	3,56	20,05	91,39	36,74	286,57	1,2	3,34

Технология приготовления:

Подготовленные картофель и морковь закладывают в кипящую воду, варят до готовности, охлаждают. Отварные картофель и морковь нарезают кубиками. Огурцы нарезают ломтиками. Консервированную кукурузу отваривают в собственной заливке в течение 5 минут после закипания. Отвар сливают, продукцию охлаждают. Овощи

соединяют, добавляют подготовленную кукурузу консервированную, соль, заправляют маслом растительным, перемешивают.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель и морковь нарезаны кубиками, огурцы ломтиками смешаны с консервированной кукурузой. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: картофеля и моркови – мягкая, сырых огурцов - упругая, сочная

Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав салата

Вкус: отварных картофеля и моркови в сочетании с огурцами и консервированной кукурузой, умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам, входящим в состав салата, с ароматом растительного масла

с консервированной кукурузой. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: картофеля и моркови – мягкая, сырых огурцов - упругая, сочная

Утверждаю

Директор МАОУ СШ № 8

А. В. Шушеначев

Технологическая карта блюда № 24

Наименование блюда: Рассольник Ленинградский, со сметаной

Номер рецептуры: 96

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г.– 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1 сентября по 31 октября	80	60	100	75
с 1 ноября по 31 декабря	85,8	60	107,2	75
с 1 января по 28-29 февраля	92,3	60	115,4	75
с 1 марта	100	60	125	75
или картофель свежий очищенный в/у	66,6	60	83,3	75
Крупа перловая (или пшеничная, или рисовая)	4	4	5	5
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
с 1 января	10,6	8	13,3	10
или морковь свежая очищенная в/у	8,1	8	10,1	10
Лук репчатый	4,8	4	6	5
или лук репчатый очищенный в/у	4,05	4	5,1	5
Огурцы соленые	13,4	12	16,8	15
Масло растительное	4	4	5	5
Бульон или вода	150	150	187,5	187,5
Выход:	-	200	-	250
Сметана	10	10	10	10
Выход со сметаной	-	200/10	-	250/10

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200/10	1,95	5,6	13,6	113,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,064	0,05	-	107,0	5,54	21,0	51,4	19,6	334,4	0,71	16,6

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
250/10	2,37	6,63	16,9	137,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,079	0,06	-	132,0	6,922	24,35	62,95	24,32	415,74	0,88	20,52

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5-10 минут вводят пассерованные

морковь и лук, припущенные огурцы. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль, затем добавляют сметану и доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель – брусочками, коренья – соломкой

Консистенция: овощей – мягкая, сочная, огурцов – слегка хрустящая; перловая крупа хорошо разварена, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: желтый, жира на поверхности – желтый, овощей – натуральный

Вкус: острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью

Запах: огуречного рассола; приятный – овощей

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель – брусочками, коренья – соломкой

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 46

Наименование блюда: Гуляш

Номер рецептуры: 260

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. - 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (лопаточная и подлопаточная части, грудинка, покромка)	107	79	128,4	94,8
или говядина бескостная	85,9	79	103,1	94,8
Масло растительное	5	5	6	6
Лук репчатый	12	10	14,4	12
или лук репчатый очищенный в/у	10,1	10	12,1	12
Томатное пюре	8	8	9,6	9,6
Мука пшеничная	2	2	2,4	2,4
Масса тушеного мяса	-	50	-	60
Масса соуса	-	50	-	60
Выход:	-	100	-	120

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	14,8	12,3	3,3	183,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,05	0,11	-	32,0	1,41	14,16	165,8	23,3	321,7	2,5	7,08

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
120	17,7	14,8	4,0	220,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,06	0,14	-	38,4	1,7	17,0	199,0	28,0	386,	3,0	8,5

Технология приготовления:

Нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают водой (50 г на порцию) и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 минут. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист. Гуляш можно готовить со сметаной (30-35 г на порцию).

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: мясо нарезано кубиками в соусе, рядом на тарелку уложен гарнир

Консистенция: мяса – мягкая, сочная, соуса – однородная, слегка вязкая

Цвет: мяса - светло-коричневый

Вкус: тушеного мяса в томатном соусе, умеренно соленый

Запах: тушеного мяса с жареным луком и томата

Консистенция: мяса – мягкая, сочная, соуса – однородная, слегка вязкая

Цвет: мяса - светло-коричневый

Утверждаю

Директор МАОУ СШ № 8

А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 56

Наименование блюда: Рис отварной

Номер рецептуры: 304

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	54	54	72	72
Масло сливочное	4,9	4,9	6,5	6,5
Выход:	-	150	-	200

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
150	3,6	4,5	37,0	203,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,03	0,03	0,07	26,6	1,44	6,0	72,0	24,0	46,0	0,5	0,8

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	4,8	6,0	49,3	270,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,04	0,04	0,09	35,5	1,92	8,0	96,0	32,0	61,3	0,67	1,07

Выход: - 150 - 200

Технология приготовления:

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют прокипяченным сливочным маслом, перемешивают и прогревают.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная

Цвет: от белого до кремового

Вкус: отварного риса с маслом, умеренно соленый

Запах: отварного риса с маслом

Технология приготовления:

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60

Утверждаю

Директор МАОУ СШ № 8

А. В. Шушеначев



Технологическая карта №68

Наименование: Кисель из плодов или ягод свежих (клюква)

Номер рецептуры: 378

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2012. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Клюква	21,4	20	2,14	2,0
Крахмал картофельный	6	6	0,6	0,6
Сахар-песок	10	10	1,0	1,0
Вода	190	190	19,0	19,0
Выход:	-	200,0	-	20,0

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	0,1	-	23,7	95,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
-	-	-	-	1,2	4,8	5,9	2,61	21,0	0,13	0,01

Технология приготовления:

Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть мезги 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании сразу вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал присоединяют следующим способом: его разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Готовый кисель отпускают в стаканах.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: прозрачный, без пленки на поверхности

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная

Цвет: соответствует виду плодов или ягод

Вкус: натурального плодового или ягодного сока, кисло-сладкий

Запах: свежих плодов или ягод

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 18

Наименование блюда: Перец сладкий свежий

Номер рецептуры: 38

Наименование сборника рецептур: СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ.
ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ» — М.:
Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. — 361 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Перец сладкий свежий	79,8	60,0	133,0	100,0
Выход:	-	60	А. В. Шушеначев	100

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
60	0,8	0,06	3,0	15,6

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,035	0,04	-	90,0	48,0	4,22	8,35	3,65	81,2	0,26	1,58

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	1,3	0,1	5,0	26,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,058	0,072	-	150,0	80,0	7,04	13,92	6,09	135,29	0,44	2,64

Технология приготовления:

Подготовленный перец нарезают кружочками или дольками.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: перец сладкий — нарезан дольками

Консистенция: сочная, хрустящая

Цвет: натуральный

Вкус: соответствует продукту

Запах: соответствует продукту

0,058	0,072	-	150,0	80,0	7,04	13,92	6,09	135,29	0,44	2,64
-------	-------	---	-------	------	------	-------	------	--------	------	------

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 44

Наименование блюда: Котлеты рыбные любительские, с маслом

Номер рецептуры: 256

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2012. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Минтай (потрошенный обезглавленный)	99,3	68,5	9,93	6,85
или филе минтая с кожей без костей	80,5	68,5		
или терпуг неразделанный	163,1	68,5	16,31	6,85
или горбуша (потрошенная с головой)	102,2	68,5	10,22	6,85
или горбуша неразделанная	124,5	68,5	12,45	6,85
или филе горбуши с кожей без костей	80,5	68,5	8,05	6,85
или кета (потрошенная обезглавленная)	80,5	68,5	8,05	6,85
или филе камбалы без кожи и костей	90,2	68,5	9,02	6,85
Морковь до 1 января	25,8	20*	2,58	2,0*
с 1 января	26,7	20*	2,67	2,0*
или морковь очищенная в/у	20,5	20*	2,05	2,0*
Хлеб пшеничный	8	8	0,8	0,8
Лук репчатый	11,7	6,5**	1,17	0,65**
или лук репчатый очищенный в/у	10,9	6,5**	1,09	0,65**
Яйца	¼ шт.	10	25 шт.	1,0
Молоко	10	10	1,0	1,0
Масса полуфабриката	-	125	-	12,5
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Масса жареного изделия	-	100	-	10,0
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход с маслом:	-	100/5	-	10,0/0,5

* - масса отварной моркови

** - масса припущенного лука

Пищевая ценность, готового блюда (изделия):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100/5	12,8	8,5	10,6	170,1

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,14	0,16	0,07	159	0,69	36,0	176,0	28,0	274,0	0,8	43,8

Технология приготовления:

Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Масса жареного изделия	-	100	-	10,0

Филе из рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке черствым пшеничным хлебом, вареной морковью, припущенным луком репчатым, добавляют обработанные яйца (яйца обрабатывают (полное погружение в раствор в следующем порядке: I – обработка в 1-2% теплом растворе кальцинированной соды; II – обработка в 0,5 % растворе хлорамина или других разрешенных в установленном порядке дезинфицирующих средств; III – ополаскивание проточной водой в течение 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду), соль, хорошо перемешивают и формируют котлеты. Изделия кладут в сотейник, смазанный сливочным маслом, добавляют немного воды и припускают при закрытой крышке 15-20 минут.

При отпуске котлеты поливают, предварительно растопленным и доведенным до кипения, сливочным маслом.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: котлеты – овальной формы с одним заостренным концом, поверхность без трещин, сбоку уложен гарнир

Консистенция: сочная, мягкая

Цвет: белый или светло-серый или розовый

Вкус: вареной рыбы, масла сливочного, умеренно соленый

Запах: приятный, рыбы и сливочного масла

припускают при закрытой крышке 15-20 минут.

При отпуске котлеты поливают, предварительно растопленным и доведенным до

Консистенция: сочная, мягкая

Цвет: белый или светло-серый или розовый

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 59

Наименование блюда: Картофель отварной в молоке

Номер рецептуры: 311

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1 сентября по 31 октября	180	135	216	162
с 1 ноября по 31 декабря	192,9	135	231,4	162
с 1 января по 28-29 февраля	207,8	135	249,3	162
с 1 марта	225	135	270	162
или картофель свежий очищенный в/у	150	135	180	162
Молоко	45	45	54	54
Масло сливочное	3	3	3,6	3,6
Мука пшеничная	0,75	0,75	0,9	0,9
Выход	-	150	-	180

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного.

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
150	3,3	5,1	18,2	132,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,14	0,12	0,04	8,3	10,9	62,0	109,0	33,0	692,0	1,2	10,8

с 1 января по 28-29 февраля

207,8

135

249,3

162

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

225

270

162

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
180	3,96	6,1	21,80	158,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,168	0,144	0,05	9,96	13,08	74,4	130,8	39,6	830,4	1,44	12,96

Технология приготовления:

Сырой очищенный картофель, нарезанный кубиками, варят 10 мин, затем воду сливают, заливают соусом молочным и доводят до готовности. Для соуса муку пассеруют на сливочном масле, разводят горячим молоком, солят.

Температура подачи 65°C.

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г

Калорийность, ккал

Требования к качеству:

Внешний вид: кубики картофеля в молочном соусе.

Консистенция: плотная, рыхлая, но не разварившаяся.

Цвет: белый с кремовым оттенком

Вкус: свойственный вареному картофелю, с привкусом сливочного масла и молока, умеренно соленый.

Запах: вареного картофеля, молока.

Требования к качеству:

Внешний вид: кубики картофеля в молочном соусе.

Консистенция: плотная, рыхлая, но не разварившаяся.

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта № 77

Наименование: Бразильский горячий шоколад

Номер рецептуры: 411

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / Под ред. В.Р. Кучмы – М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016 г. – 361 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Молоко	200	200	20,0	20,0
Какао-порошок	2	2	0,2	0,2
Сахар	5	5	0,5	0,5
Ванилин	0,01	0,01	0,001	0,001
Корица	0,1	0,1	0,01	0,01
Выход:	-	200	-	20,0

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	6,0	6,3	13,5	135,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,061	0,24	-	27,4	1,08	222,33	173,39	33,39	277,17	0,59	18,8

Технология приготовления:

Какао-порошок соединяют с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (1/3 часть от рецептурной нормы) и растирают до однородной массы, затем вливают при постоянном помешивании кипяченое горячее молоко, остальной кипятка (2/3 части от рецептурной нормы) и доводят до кипения. Проваривают в течение 1-2 минуты. В конце варки добавляют ванилин, корицу, соль, перемешивают.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: напиток налит в стакан или чашку

Консистенция: жидкая, однородная

Цвет: светло-коричневый

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом какао, корицы и кипяченого молока

Запах: аромат какао, корицы и кипяченого молока.

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А.В.Шушеначев



Технологическая карта блюда № 4

Наименование блюда: Салат зеленый с огурцами

Номер рецептуры: 18

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/ Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Салат	57	41	5,7	4,1
или капуста пекинская	61,2	41	6,12	4,1
Огурцы свежие	57,9	55	5,79	5,5
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Выход:	-	100	-	10,0

Пищевая ценность, готового блюда (изделия):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	1,0	5,0	3,3	61,7

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,045	0,052	-	6,23	16,98	22,03	41,37	13,76	149,01	0,83	2,73

Технология приготовления:

Салат (или пекинскую капусту) тщательно промывают проточной водой и выдерживают в 3% растворе уксусной кислоты в течение 10 минут, с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием. Подготовленный салат (или пекинскую капусту) нарезают. При отпуске на салат (или пекинскую капусту) кладут подготовленные, нарезанные кружочками свежие огурцы и поливают растительным маслом.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: на нарезанные листья салата (или пекинской капусты) уложены кружочки огурцов; поверхность блестящая от масла

Консистенция: хрустящая, сочная

Цвет: зеленый

Вкус: умеренно соленый

Запах: соответствует входящему сырию

Супы



Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта блюда № 19

Наименование блюда: Борщ с капустой (свежей) и картофелем, со сметаной

Номер рецептуры: 82

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла до 1 января	40	32	50	40
с 1 января	42,64	32	53,3	40
или свекла свежая очищенная в/у	32,32	32	40,4	40
Капуста свежая	20	16	25	20
или капуста свежая зачищенная в/у	16,32	16	20,4	20
Картофель с 1 сентября по 31 октября	21,36	16	26,7	20
с 1 ноября по 31 декабря	22,88	16	28,6	20
с 1 января по 28-29 февраля	24,64	16	30,8	20
с 1 марта	26,72	16	33,4	20
или картофель свежий очищенный в/у	17,76	16	22,2	20
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
с 1 января	10,64	8	13,3	10
или морковь свежая очищенная в/у	8,08	8	10,1	10
Петрушка (корень)	2,64	2	3,3	2,5
Лук репчатый	9,52	8	11,9	10
или лук репчатый очищенный в/у	8,08	8	10,1	10
Томатное пюре	6	6	7,5	7,5
Масло растительное	4	4	4,5	4,5
Сахар	2	2	2,5	2,5
Бульон или вода	160	160	200	200
Выход:	-	200	-	250
Сметана	10	10	10	10
Выход со сметаной	-	200/10	-	250/10

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200/10	1,7	5,4	10,6	98,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,032	0,042	-	138,0	6,76	33,6	42,6	19,2	264,0	0,87	17,16

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
----------	----------	---------	-------------	--------------------

250/10	2,1	6,38	13,2	118,6
--------	-----	------	------	-------

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,039	0,05	-	170,0	8,43	40,1	52,2	23,82	327,74	1,078	21,22

Технология приготовления:

В кипящий бульон закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль, сахар, специи. Борщ можно заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой (10 г муки на 100 г борща). Заправляют борщ сметаной и еще раз доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части борща овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук – соломкой, картофель - брусочками)

Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая – упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: малиново-красный, жира на поверхности – оранжевый

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый

Запах: свойственный овощам

раз доводят до кипения.

Температура подачи 75°C.

Цвет: малиново-красный, жира на поверхности – оранжевый

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый



Утверждаю
Директор MAOU CШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта блюда № 49

Наименование блюда: Сердце в соусе

Номер рецептуры: 262

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. - 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	1 порц		1 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сердце	90,3	76,5	120,4	102
Морковь до 1 января	3	2,4	4,0	3,2
с 1 января	3,2	2,4	4,3	3,2
или морковь свежая очищенная в/у	2,5	2,4	3,3	3,2
Лук репчатый	2,4	2	3,2	2,7
или лук репчатый очищенный в/у	2,1	2	2,8	2,7
Масло растительное	4,5	4,5	6	6
Масса готового сердца	-	45	-	60
Соус сметанный с томатом и луком ТК 49 ¹	-	45		60
Чеснок	0,54	0,5	0,7	0,6
Выход:	-	45/45		60/60

Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
45/45	12,43	7,92	5,29	142,2

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,223	0,372	0,014	36,0	1,2	18,5	138,55	18,59	193,06	2,99	5,39

Лук репчатый	2,4	2	3,2	2,7
--------------	-----	---	-----	-----

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
60/60	16,57	10,60	7,1	190,1

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,297	0,496	0,02	48,0	1,6	24,7	184,7	24,78	257,41	3,98	7,18

Технология приготовления:

Сердце отваривают с добавлением овощей до готовности. Затем нарезают на куски массой по 20-30 г и обжаривают. Заливают соусом сметанным с томатом и луком, тушат

5-10 минут. Перед окончанием тушения добавляют чеснок. Отпускают с соусом и гарниром.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид:

отварное сердце, нарезано кусками (20-30 г) в сметанном соусе, сбоку уложен гарнир

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: темно-серый

Вкус: тушеного сердца, умеренно соленый

Запах: тушеного сердца, с ароматом корней и чеснока

Гарниры

Утверждаю

Директор МАОУ СШ № 8

А. В. Шушеначев



Технологическая карта блюда № 55

Наименование блюда: Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры: 302

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. – 628 с.

Наименование сырья	Гарниры	Расход сырья и полуфабрикатов			
		1 порц		1 порц	
		Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая		71,3	70,5	95	94
Вода		108	108	144	144
Масло сливочное		4	4	5,3	5,3
Выход с маслом:		-	150	-	200

Пищевая ценность, готового блюда (7-11 лет):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
150	4,2	5,0	22,3	151,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,21	0,12	0,052	27,5	-	14,0	180,0	120,0	219,0	4,0	2,3

Пищевая ценность, готового блюда (12 лет и старше):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	5,6	6,67	29,7	201,2

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,28	0,16	0,068	36,7	-	18,7	240,0	160,0	292,0	5,33	3,07

Технология приготовления:

Подготовленную гречневую крупу всыпают в подсоленную кипящую воду. Масло можно добавлять во время варки или использовать его, поливая кашу при отпуске (масло следует довести до кипения). Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная

Цвет: от светло-коричневого до коричневого

Вкус: свойственный виду крупы с маслом, умеренно соленый

Запах: данного вида крупы с маслом



Утверждаю
Директор MAOU CШ № 8
А. В. Шушеначев

Технологическая карта № 64

Наименование: Компот из свежих яблок

Номер рецептуры: 451

Наименование сборника рецептур: СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ.
ФГАУ НЦЗД МИНЗДРАВА РОССИИ, НИИ ГИОЗДИП, НП СРО «АПСПСОЗ» — М.:
Издатель Научный центр здоровья детей, 2016. — 361 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100 порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яблоко	45,2	40	4,52	4,0
Сахар-песок	7	7	0,7	0,7
Вода	170	170	17,0	17,0
Выход:	-	200	-	20,0

Пищевая ценность, готового блюда:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
200	0,15	0,14	9,93	41,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,005	0,005	0,003	0,72	0,64	5,05	3,33	2,72	76,67	0,65	0,61

Технология приготовления:

Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют яблоки, варят при слабом кипении 10-12 минут. Компот охлаждают, разливают по стаканам, предварительно разложив туда яблоки.

Температура подачи 14°C.

Выход:	200	20,0
---------------	-----	------

Требования к качеству:

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки без сердцевины нарезаны дольками. Плоды не разваренные, сохранившие форму

Консистенция: сироп жидкий, плоды мягкие

Цвет: сироп бесцветный

Вкус: кисло-сладкий фруктовый

Запах: фруктов - концентрированный, приятный

Требования к качеству:

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки без сердцевины нарезаны дольками. Плоды

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта № 89

Наименования: Хлеб пшеничный «Йодовый»

Номер рецептуры: Готовый продукт

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Хлеб пшеничный «Йодовый»	100	100	10,0	10,0
Выход:	-	100	-	10,0

Пищевая ценность готового изделия:

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
50	4,0	0,5	23,0	112,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,055	0,015	-	-	-	10,0	32,5	7,0	46,5	0,55	19,3

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
60	4,8	0,6	27,6	135,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,066	0,018	-	-	-	12,0	39,0	8,4	55,8	0,66	23,16

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	8,0	1,0	46,0	225,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,11	0,03	-	-	-	20,0	65,0	14,0	93,0	1,1	38,6

Технология приготовления:

В	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,0	-	10,0	32,5	7,0	46,5	0,55	19,3

Готовый продукт.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба

Консистенция: мягкая

Цвет: хлеба

Вкус: хлеба

Запах: свежего хлеба

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
----------	----------	---------	-------------	--------------------

Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 8
А. В. Шушеначев



Технологическая карта № 90

Наименования: Хлеб ржаной-пшеничный «Йодовый»

Номер рецептуры: Готовый продукт

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Хлеб ржаной-пшеничный «Йодовый»	100	100	10,0	10,0
Выход:	-	100	-	10,0

Пищевая ценность, готового изделия:

А. В. Шушеначев

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
20	1,33	0,24	10,6	49,8

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,034	0,016	-	-	-	5,8	30,0	9,4	47,0	0,78	10,2

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
30	2,0	0,36	15,87	74,7

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,051	0,024	-	-	-	8,7	45,0	14,1	70,5	1,17	15,3

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
40	2,66	0,48	21,2	99,6

Пищевая ценность, готового изделия:

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,068	0,032	-	-	-	11,6	60,0	18,8	94,0	1,56	20,4

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
50	3,32	0,6	26,5	124,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,085	0,04	-	-	-	14,5	75,0	23,5	117,5	1,95	25,5

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	6,65	1,2	53,0	249,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
----	----	---	---	---	----	---	----	---	----	---

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
----	----	---	---	---	----	---	----	---	----	---

0,17	0,08	-	-	-	29,0	150,0	47,0	235,0	3,9	51,0
------	------	---	---	---	------	-------	------	-------	-----	------

Технология приготовления:

Готовый продукт

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба

Консистенция: мягкая

Цвет: хлеба

Вкус: хлеба

Запах: свежего хлеба

Цвет: хлеба

Вкус: хлеба

Запах:

Сладкие блюда

Утверждаю

Директор МАОУ СШ № 8

А. В. Шушеначев



Технологическая карта № 63

Наименование: Фрукты свежие

Номер рецептуры– 338/339/340

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005 г. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц		100порц	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яблоки	102	100	10,2	10,0
или груши	102	100	10,2	10,0
или бананы	167	100	16,7	10,0
или апельсины	149	100	14,9	10,0
или мандарины	135	100	13,5	10,0
Выход:	-	100	-	10,0

Пищевая ценность, готового блюда (яблоки):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	0,4	0,4	9,8	47,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,022	0,016	-	3,0	4,0	14,08	9,57	7,83	230,74	1,91	1,76

Пищевая ценность, готового блюда (яблоки):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
150	0,6	0,6	14,7	70,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,033	0,024	-	4,5	6,0	21,1	14,35	11,75	346,1	2,86	2,64

Пищевая ценность, готового блюда (груши):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	0,4	0,3	10,3	47,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,02	0,03	-	2,0	5,0	19,0	16,0	12,0	155,0	2,3	1,0

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
150	0,6	0,45	15,54	70,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,03	0,045	-	3,0	7,5	28,5	24,0	18,0	232,5	3,45	1,5

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,033	0,024	-	4,5	6,0	21,1	14,35	11,75	346,1	2,86	2,64

Пищевая ценность, готового блюда (бананы):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	1,5	0,5	21,0	96,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,04	0,05	-	20,0	10,0	8,0	28,0	42,0	348,0	0,6	0,05

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
120	1,8	0,6	20,2	115,2

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,048	0,06	-	24,0	12,0	9,6	33,6	50,4	417,6	0,72	0,06

Пищевая ценность, готового блюда (апельсины):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	0,9	0,2	8,1	43,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,04	0,03	-	4,8	60,0	34,0	23,0	13,0	197,0	0,3	1,76

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
110	0,99	0,22	8,91	47,3

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,044	0,033	-	5,28	66,0	37,4	25,3	14,3	216,7	0,33	1,94

Пищевая ценность, готового блюда (мандарины):

Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
100	0,8	0,2	7,5	38,0

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
0,06	0,03	-	10,0	38,0	35,0	17,0	11,0	155,0	0,1	0,26

Технология приготовления:

Готовый продукт.

Фрукты, включая цитрусовые, промывают в условиях цеха первичной обработки овощей, затем вторично в производственных ваннах в условиях холодного цеха.

Требования к качеству:

Внешний вид: целые плоды или ягоды уложены на тарелку

Консистенция: соответствует виду плодов или ягод

Цвет: соответствует виду плодов или ягод

Вкус: соответствует виду плодов или ягод

Запах: соответствует виду плодов или ягод

B1	B2	D	A	C	Ca	P	Mg	K	Fe	I
----	----	---	---	---	----	---	----	---	----	---