

Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Пюре картофельное**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Картофель свежий	272	202	27,2	20,2
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Молоко	31	30 ₁	3,1	3,0
Соль йодированная	1,1	1,1	0,11	0,11
Выход:	-	200	-	20,0

1-Масса кипяченого молока

Цена одной порции: 7,42

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки(г):	2,9
Жиры(г):	5,4
Углеводы(г):	22,3
Эн.ценность(ккал):	141

Ca(мг):	47
Mg(мг):	29
Fe(мг):	1,1
C(мг):	5

Технология приготовления: Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипяченую подсоленную воду (0,6-0,7 л на 1 кг картофеля). После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают картофель 2-3 мин. Горячий картофель протирают через протирочную машину, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения сливочное масло. Пюре взбивают до получения пышной однородной массы. При отпуске пюре укладывают на тарелку, на поверхности наносят узор. Оптимальная температура подачи 65°C.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №619



Байкова Байкова И.Г.

Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Соус томатный**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Томат-паста	5	5	0,5	0,5
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Лук репчатый	1,2	1,0	0,12	0,1
Морковь	3	2,3	0,3	0,23
Сахар-песок	1	1	0,1	0,1
Соль йодированная	1	1	0,1	0,1
Выход:	-	50	-	5,0

Цена одной порции: 0,66

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки(г):	0,6
Жиры(г):	2,5
Углеводы(г):	3,2
Эн.ценность(ккал):	37

Ca(мг):	3
Mg(мг):	4
Fe(мг):	0,2
C(мг):	1

Технология приготовления: Морковь перебирают, промывают, очищают и повторно промывают в проточной воде, шинкуют. Лук репчатый перебирают, очищают, промывают в проточной воде, шинкуют. Томатную пасту разводят водой 1:1. Нарезанные овощи пассеруют, добавляют томатное пюре, продолжают пассеровать еще 15-20мин. Готовят белый соус: пшеничную муку просеивают, и пассеруют непрерывно помешивая на растительном масле, не допуская пригорания, в пассированную муку, охлажденную до 60-70 °С, вливают горячую воду и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют еще воду. Белый соус соединяют с пассированными овощами и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль и сахар. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Оптимальная температура подачи 65°С.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №619



Байкова И.Г.
Байкова И.Г.

Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Сок в индивидуальной упаковке**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Сок	200	200	20,0	20,0
Выход:	-	200	-	20,0

Цена одной порции: 9,88

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки(г):	0
Жиры(г):	0
Углеводы(г):	20,4
Эн.ценность(ккал):	90

Са(мг):	14,0
Mg(мг):	8,0
Fe(мг):	2,8
С(мг):	4,0

Технология приготовления: Оптимальная температура подачи не выше 14°C и не ниже 7°C.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №619



Байкова И.Г.

Технологическая карта

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Свекла свежая	100	79/75 ₁	10,0	7,9/7,5 ₁
Масло растительное	10	10	1,0	1,0
Изюм	8	8	0,8	0,8
Курага	5	8 ₂	0,5	0,8 ₂
Соль йодированная	1	1	0,1	0,1
Выход:	-	100	-	10,0

Цена одной порции: 3,50

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки(г):	4,5
Жиры(г):	10,1
Углеводы(г):	18,2
Эн.ценность(ккал):	184

Ca(мг):	48
Mg(мг):	28
Fe(мг):	1,9
C(мг):	7

Технология приготовления: Свеклу предварительно промывают, тщательно перебирают, повторно промывают в проточной воде и отваривают в кожуре, охлаждают, очищают и натирают на крупной терке. Изюм перебирают и тщательно промывают, заливают водой, доводят до кипения, воду сливают, изюм охлаждают. Курагу предварительно замачивают на 20-30 мин.в горячей воде, промывают, ошпаривают и мелко нарезают. Подготовленные продукты соединяют и перемешивают. Заправляют растительным маслом. Оптимальная температура подачи 14°С.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОЦ №619



Байкова И.Г.

Байкова И.Г.

Технологическая карта

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Картофель свежий	140	100	14,0	10,0
Морковь свежая	14	11	1,4	1,1
Лук репчатый	14	11	1,4	1,1
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Томат-паста	1,2	1,2	0,12	0,12
Соль йодированная	0,5	0,5	0,05	0,05
Фрикадельки:		50		5,0
Говядина задняя часть	77	56,6	7,7	5,66
Яйца куриные	1/10 шт	4г	0,4	0,4
Лук репчатый	4	4	4,0	4,0
Соль йодированная	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход: с фрикадельками	-	250/50	-	25,0/5,0

1- Яйца обрабатывают согласно требованиям СанПиН.

Цена одной порции: 25,85

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки(г):	16,5
Жиры(г):	10,4
Углеводы(г):	19,8
Эн.ценность(ккал):	245

Ca(мг):	39
Mg(мг):	50
Fe(мг):	3,8
C(мг):	11

Технология приготовления: В кипящую воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанный ломтиками пассированные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассированную томатную пасту, соль. Фрикадельки: Мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо перемешивают. Сформированные шарики 8-10 г припускают до готовности. Готовые фрикадельки хранят в бульоне на мармите и кладут в суп при отпуске. Оптимальная температура подачи 75°C.

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ №619



Байкова И.Г.

Байкова И.Г.

Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Котлеты из птицы**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Грудки куриные на кости	148	88,8	14,8	8,88
Батон	21,6	21,6	2,16	2,16
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Молоко	31,2	31,2	3,12	3,12
Соль йодированная	1	1	0,1	0,1
Сухари панировочные	6	6	0,6	0,6
Масса полуфабриката	-	151,2	-	15,12
Масло растительное	7	7	0,7	0,7
Выход:	-	120	-	12,0

Цена одной порции: 26,40

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки(г):	14,5
Жиры(г):	17
Углеводы(г):	22,4
Эн.ценность(ккал):	324

Ca(мг):	98,4
Mg(мг):	45,6
Fe(мг):	2,4
C(мг):	19,2

Технология приготовления: Мякоть птицы пропускают через мясорубку. Измельченное мясо соединяют с замоченным в молоке батонном, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку, добавляют сливочное масло и выбивают. Готовую котлетную массу порционируют, панируют в сухарях, формируют котлеты, которые жарят на разогретой до 130-140°C. сковороды с маслом растительным и доводят до готовности в конвектомате 250-280°C. Отпускают котлеты рубленые с гарниром.

Оптимальная температура подачи 65°C.

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ №619



Байкова И.Г.

Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рагу овощное**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Картофель свежий	130	90	13,0	9,0
Капуста свежая	64	56	6,4	5,6
Лук репчатый	16	8	1,6	0,8
Морковь свежая	18	9	1,8	0,9
Масло растительное	3	3	0,3	0,3
Соус томатный	-	50	-	5,0
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Лук репчатый	2	1,5	0,2	0,15
Морковь свежая	4	3	0,4	0,3
Томат-паста	2	2	0,2	0,2
Масло растительное	1	1	0,1	0,1
Соль йодированная	1	1	0,1	0,1
Сахар-песок	1	1	0,1	0,1
Выход:	-	200	-	20,0

Цена одной порции: 4,50

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки(г):	3,5
Жиры(г):	8,9
Углеводы(г):	19,8
Эн.ценность(ккал):	170

Ca(мг):	58,5
Mg(мг):	34,6
Fe(мг):	1
C(мг):	14,6

Технология приготовления: Овощи перебирают, промывают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Картофель и корни нарезают дольками или кубиками, слегка обжаривают, лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом томатным и тушат 10-15 мин. За 5-10 мин до готовности кладут соль. Морковь перебирают, промывают, очищают и повторно промывают в проточной воде, шинкуют. Лук репчатый перебирают, очищают, промывают в проточной воде, шинкуют. Томатную пасту разводят водой 1:1. Нарезанные овощи пассеруют, добавляют томатное пюре, продолжают пассеровать еще 15-20 мин. Готовят белый соус: пшеничную муку просеивают, и пассеруют непрерывно помешивая на растительном масле, не допуская пригорания, в пассированную муку, охлажденную до 60-70 °С, вливают горячую воду и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют еще воду. Белый соус соединяют с пассированными овощами и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль и сахар. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Оптимальная температура подачи 65°С.

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ №619



Байкова И.Г.

Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Компот из свежих плодов (яблок)**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Яблоки свежие	45	40	4,5	4,0
Сахар-песок	20	20	2,0	2,0
Выход:	-	200	-	20,0

Цена одной порции: 2,74

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки(г):	0,2
Жиры(г):	0,2
Углеводы(г):	30,1
Эн.ценность(ккал):	115

Ca(мг):	7
Mg(мг):	4
Fe(мг):	1
C(мг):	2

Технология приготовления: Яблоки свежие перебирают, тщательно промывают, очищают от семенных гнезд, нарезают дольками. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения и проваривают сахарный сироп 10-12 мин. В горячий сахарный сироп погружают нарезанные плоды. Варят яблоки 6-8 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры и порционируют в стаканы, равномерно распределяя плоды в сиропе. Оптимальная температура подачи 12-14°C.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №619



Байкова И.Г.

Байкова И.Г.

Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рыба жареная**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Филе Сайды	154,3	148	15,43	14,8
Мука пшеничная	7	7	0,7	0,7
Масло растительное	13	13	1,3	1,3
Соль йодированная	1,6	1,6	0,16	0,16
Выход:	-	120	-	12,0

Цена одной порции: 21,50

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки(г):	17,4
Жиры(г):	15,8
Углеводы(г):	6,3
Эн.ценность(ккал):	159,2

Ca(мг):	26,4
Mg(мг):	9,6
Fe(мг):	0,7
C(мг):	27

Технология приготовления: порционные куски рыбы, непосредственно перед укладыванием на разогретый противень или сковороду панируют в пшеничной муке с добавлением соли, обжаривают с двух сторон до образования румяной корочки и доводят до готовности (температура в толще кусков рыбы не ниже 80°C) в конвектомате. Продолжительность жарки рыбы 10-20 мин. При отпуске на тарелку укладывают гарнир и порционный кусок жареной рыбы, рядом подливают соус. Оптимальная температура подачи 65°C.

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ №619



Байкова И.Г.

Байкова И.Г.

Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Борщ волынский**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Говядина(задняя часть)	52	30	5,2	3,0
Капуста свежая	80	63,8	8,0	6,38
Свекла свежая	30	24/23 ₁	3,0	2,4/2,3 ₁
Морковь свежая	12	9,6	1,2	0,96
Лук репчатый	11	9	1,1	0,9
Томаты свежие	38	37	3,8	3,7
Томат-паста	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Соль йодированная	1,2	1,2	0,12	0,12
Сметана	10	10	1,0	1,0
Выход:	-	250/10/	-	25,0/1,0/
со сметаной и говядиной		30		3,0

1-В числителе указана масса нетто, в знаменателе- масса вареной очищенной свеклы

Цена одной порции: 21,50

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки(г):	10,9
Жиры(г):	11,6
Углеводы(г):	8,5
Эн.ценность(ккал):	188

Ca(мг):	87
Mg(мг):	45
Fe(мг):	1,9
C(мг):	27

Технология приготовления: Свеклу очищают, варят целиком с добавлением лимонной кислоты и нарезают соломкой. В кипящий бульон кладут нашинкованную капусту, варят 10-15 мин, затем добавляют свежие помидоры, нарезанные дольками, подготовленную свеклу, нашинкованные пассерованные корни и репчатый лук, соль и варят до готовности. Борщ отпускают с говядиной и прокипяченной сметаной. Оптимальная температура подачи 75°C.

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ №619



Байкова И.Г.

Байкова И.Г.

Технологическая карта

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Огурец свежий кусочком**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто,г	Нетто,г	Брутто,кг	Нетто,кг
Огурцы свежие	65	60	6,5	6,0
Выход:	-	60	-	6,0

Цена одной порции: 3,26

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки(г):	0,5
Жиры(г):	0
Углеводы(г):	3,3
Эн.ценность(ккал):	8,4

Ca(мг):	13,8
Mg(мг):	8,4
Fe(мг):	0,36
C(мг):	6,0

Технология приготовления: Свежие огурцы перебирают, тщательно моют в условиях овощного цеха (первичная обработка). Далее, в холодном цеху замачивают в растворе соли (на 1 литр воды, 10 гр. соли), выдерживают 10 мин, а с 1 сентября выдерживают 30 мин. По истечении времени, огурцы промывают горячей водой (t 65 °С.) с последующим просушиванием. Подготовленные огурцы нарезают кусочком и подают на закусочной тарелке.

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ №619



Байкова И.Г.
Байкова И.Г.