

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 89

Котлеты рыбные

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Филе трески ¹ (х/о – 6%)	85,0	80,0
Или		
Филе окуня морского ¹ (х/о – 6%)	85,0	80,0
Или		
Филе судака ¹ (х/о – 8%)	87,0	80,0
Или		
Филе хека ¹ (х/о – 10%)	89,0	80,0
или		
Филе минтая ¹ (х/о – 5%)	70,5	80,0
Или		
Филе горбуши ¹ (х/о – 6%)	85,0	80,0
Хлеб пшеничный	15,0	15,0
Вода питьевая	19,0	19,0
Яйцо куриное диетическое	0,1	4,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,5	0,5
Масса полуфабриката		118
Т/о – 15 %		
Выход		100

¹ – для приготовления блюда используется филе рыбное без костей и кожи промышленного производства

В 100 г. данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
52,80	18,72	18,20	43,20	23,83	273,68	0,37

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,01	0,02	0,16	2,48	0	376,00

Способ приготовления:

Подготовленное филе рыбное без костей и кожи промывают, нарезают на куски и пропускают вместе с хлебом пшеничным, предварительно замоченным в воде, через мясорубку с мелкой решеткой. К рыбной массе добавляют соль поваренную йодиро-ванную, яйца куриные сырые, вымешивают, пропускают через мясорубку, хорошо выбивают. Приготовленную массу формируют в виде котлет или биточков, укладывают в сотейник или другую посуду и варят на пару в течение 20-30 мин до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 145

Рыба, запеченная с овощами

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Филе трески ¹ (х/о – 6%)	65,0	61,0
Или		
Филе окуня морского ¹ (х/о – 6%)	65,0	61,0
Или		
Филе судака ¹ (х/о – 8%)	66,3	61,0
Или		
Филе хека ¹ (х/о – 10%)	67,8	61,0
или		
Филе минтая ¹ (х/о – 5%)	64	61,0
или		
Филе горбуши ¹ (х/о - 6%)	65	61,0
Вода питьевая	19,0	19,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,5	0,5
Морковь красная		
до 01.01 х/о-20%	25,0	20,0
с 01.01 х/о-25%	27,0	20,0
Петрушка (корень)	6,0	4,5
Лук репчатый (х/о-16%)	10,0	8,4
Томат-пюре	2,0	2,0
Кислота лимонная пищевая (2%-ный р-р)	3,0	3,0
Сахар-песок	2,0	2,0
Масло подсолнечное рафинированное	5,0	5,0
Масса рыбы тушеной		50
Масса рыбы готовой с овощами тушеными и соусом		100
Выход		100

¹ – для приготовления блюда используется филе рыбное без костей и кожи промышленного производства

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
31,80	29,30	37,60	38,58	39,86	162,02	0,74
Витамины мг.						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,005	0,07	0,07	0,75	4,32		169,32

Способ приготовления:

Подготовленное филе рыбное промывают, нарезают на порционные куски, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных моркови, лука репчатого и корня петрушки. Заливают водой или бульоном, добавляют масло растительное, томат-пюре, кислоту лимонную 2%-ную (в 100 мл раствора содержится 98 мл воды, 2 г кислоты лимонной), сахар-песок, соль поваренную йодированную. Посуду закрывают крышкой и тушат до готовности в течение 45-60 мин. Допускается рыбу готовить без кислоты лимонной.

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Температура подачи: не ниже 65С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
 Рецепттура № 145/1
Рыба, запеченная с картофелем по-русски

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Филе трески ¹ (х/о – 6%)	54,3	51,0
Или		
Филе окуня морского ¹ (х/о – 6%)	54,3	51,0
Или		
Филе судака ¹ (х/о – 8%)	55,4	51,0
Или		
Филе хека серебристого ¹ (х/о – 10%)	56,7	51,0
или		
Филе минтая ¹ (х/о – 5%)	53,7	51,0
Или		
Филе горбуши ¹ (х/о – 6%)	54,3	51,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,65	0,65
Масса рыбы готовой		42
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о - 25%	66,7	50,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	71,4	50,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	76,9	50,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	83,3	50,0
Масса отварного очищенного картофеля		48,5
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,13	0,13
Соус молочный:		
Мука пшеничная 1 сорта	10,0	10,0
Масло сливочное несоленое	10,0	10,0
Молоко стерилизованное 3,2 % жирности витаминизированное	26,0	26,0
Масса соуса		26
Масло сливочное несоленое	4,0	4,0
Сухари панировочные	2,0	2,0
масса п/ф		118,5
т/о-15%		
Выход		100

¹⁾ Для приготовления блюда используется филе рыбное без кожи и костей промышленного производства

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
9,99	8,61	12,48	38,0	31,26	169,58	0,98

Витамины, мг					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,06	0,11	0,10	1,25	7,36	169,27

Способ приготовления:

Подготовленное филе рыбное промывают, нарезают на порционные куски, посыпают солью поваренной йодированной, кладут на смазанную маслом сливочным сковороду, сверху кладут ломтики картофеля вареного очищенного, заливают соусом молочным (для запекания рыбы), посыпают сухарями панировочными пшеничными, поливают растопленным маслом сливочным и запекают в жарочном шкафу при температуре 200-250С в течение 20-30 мин до готовности и образования румяной корочки на поверхности.

Отпускают рыбу вместе с картофелем и соусом, с которыми она запекалась.

Температура подачи: не ниже 65С.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

Способ приготовления соуса молочного для запекания рыбы: муку пшеничную просеивают, подсушивают на сковороде (без масла) до светло-желтого цвета при постоянном помешивании, охлаждают, разводят молоком или молоком с добавлением бульона или воды и, непрерывно помешивая, варят при слабом кипении в течение 7-10 мин. Затем в соус средней густоты добавляют соль поваренную йодированную, процеживают, доводят до кипения. Готовый соус заправляют прокипяченным маслом сливочным, тщательно перемешивают, прогревают до температуры от 80 до 85С, но не кипятят.

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 298

Бефстроганов из отварной говядины в молочно-сметанном соусе

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (бескостная высшего сорта) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-варка-38%)	107,5	97,8
Масса отварного мяса		60,6
Лук репчатый	10,0	8,4
Морковь красная до 01.01 х/о-20%	25,0	20,0
с 01.01 х/о-25%	27,0	20,0
Масса отварной моркови		18,4
Сметана 15% жирности	10,0	10,0
Масло подсолнечное рафинированное	3,0	3,0
Мука Пшеничная 1 сорта	3,0	3,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	10,0	10,0
Бульон (или вода)	10,0	10,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	1,2	1,2
Масса соуса		52
Масса полуфабриката т/о-10%		113
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
56,60	16,20	9,80	38,44	25,17	150,67	2,26

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,03	0,04	0,11	2,88	0,48	274,00

Способ приготовления:

Подготовленное мясо заливают холодной водой (на 1кг мяса 1-1,5 л воды) так, чтобы куски мяса были полностью покрыты, быстро доводят до кипения, снижают нагрев и варят при слабом кипении. Для улучшения вкуса и аромата отварного мяса в бульон за 25-30 минут до готовности добавляют репчатый лук, морковь и соль. Отварное мясо нарезают брусочками по 3-4 см. толщиной примерно 0,3-0,4 см. Из подсушенной муки, отварной моркови, сметаны, с добавлением масла и бульона готовят соус. Подготовленное мясо кладут в сотейник, заливают соусом и тушат 10-15 минут.

Требования: цвет мяса – светло-коричневый; соуса кремовый.

Консистенция мяса - сочная мягкая, соуса однородная. Вкус и запах соответствуют отварному мясу и соусу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 265

Плов из отварного мяса

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-варка-38%)		34,6	31,5
Масса отварного мяса			19,5
Крупа рисовая		8,0	8,0
Масса рассыпчатой каши			22,4
Масло подсолнечное рафинированное		1,0	1,0
Томат-паста		1,0	1,0
Масло сливочное несоленое		2,5	2,5
Бульон мясной		12,0	12,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия		1,2	1,2
т/о -тушение – 20%			
Выход			100

В 100 граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
5,74	5,74	18,08	40,24	21,25	81,52	1,22
Витамины мг.					Энергетическая	
A	B1	B2	PP	C	ценность(ккал)	
0,02	0,04	0,07	1,56	23,14	168,00	

Способ приготовления:

Подготовленное мясо варят, охлаждают, пропускают через мясорубку 2 раза. Рисовую крупу перебирают, промывают и варят до полуготовности. Мясо соединяют с отваренным рисом, добавляют соль и перемешивают. Тушат 30-40 минут.

Требования:

фарш сочный, вкус и запах свойственный тушеному мясу .

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
 Рецепт № 92
Голубцы ленивые с отварным мясом

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-варка-38%)	34,6	31,5
Масса отварного мяса		19,5
Капуста белокочанная (х/о- 20%)	90,0	72,0
Масса припущенной капусты (т/о 8%)		66,2
Крупа рисовая	8,0	8,0
Масса рассыпчатой каши		22,4
Масло подсолнечное рафинированное	1,0	1,0
Томат-паста	1,0	1,0
Масло сливочное несоленое	2,5	2,5
Сметана 15% жирности	2,0	2,0
Бульон мясной	12,0	12,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия т/о -тушение – 20%	1,2	1,2
Выход		100

В 100 граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
7,31	7,32	9,34	40,24	21,25	81,52	1,22
Витамины мг.					Энергетическая	
A	B1	B2	PP	C	ценность(ккал)	
0,02	0,04	0,07	1,56	23,14	133,21	

Способ приготовления:

Подготовленное мясо варят, охлаждают, пропускают через мясорубку 2 раза. Рисовую крупу перебирают, промывают и варят до полуготовности. Мясо соединяют с отварным рисом, добавляют соль и перемешивают. Белокочанную капусту нарезают мелкой соломкой, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, перекладывают в дуршлаг, дают стечь отвару. Подготовленную капусту соединяют с мясом и рисом, перемешивают, добавляют бульон, масло, томат-пасту и тушат 30-40 минут. В конце тушения добавляют сметану и доводят блюдо до кипения.

Требования:

Капуста мелкая, фарш сочный, вкус и запах свойственный тушеному мясу и капусте.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 174

Гуляш из отварной говядины

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (бескостная 1-го сорта) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-варка-38%)	85,7	78,0
Масса отварного мяса		48
Морковь красная до 01.01 х/о-20%	20,0	16,0
с 01.01 х/о-25%	21,0	16,0
или		
Морковь красная быстрозамороженная	16,0	16,0
Лук репчатый	8,0	6,4
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	6,4	6,4
Соус:		
Мука пшеничная 1 сорта	2,0	2,0
Бульон мясной (или вода)	35,0	35,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	15,0	15,0
Сметана 15% жирности	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	1,2	1,2
Масса соуса		55
Масса полуфабриката т/о-20%		125
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
56,60	16,20	17,80	19,08	18,89	121,07	1,78
Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,003	0,03	0,08	2,33	0,36	274,00	

Способ приготовления:

Подготовленное мясо промывают, нарезают на куски массой 1-1,5 кг, толщиной 8 см, закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Готовое вареное мясо охлаждают и нарезают мелкими кубиками. Очищенные морковь и лук репчатый нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды (бульона) (замороженные овощи не размораживают). Из подсушенной муки, с добавлением бульона, молока и сметаны готовят соус. Нарезанное вареное мясо укладывают в посуду, добавляют припущенные репчатый лук и морковь, соль (оставшуюся часть), заливают соусом, перемешивают и тушат в закрытой посуде 10-20 минут. Гуляш отпускают вместе с соусом, в котором он тушился.

Срок реализации: не более 3 часов с момента приготовления.

Требования:

Консистенция мяса мягкая, сочная, цвет светло-коричневый, вкус и запах блюда свойственный набору продуктов, с ароматом мяса, молочно-сметанного соуса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 61

Жаркое по-домашнему

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (бескостная 1-го сорта) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-38%)	24,2	22,0
Масса тушеного мяса		13,7
Томат-паста	1,0	1,0
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о-25%	104,0	78,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	111,4	78,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	120,0	78,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	130,0	78,0
или		
Картофель быстрозамороженный	78,0	78,0
Морковь красная		
до 01.01 х/о-20%	10,0	8,0
с 01.01 х/о-25%	11,0	8,0
или		
Морковь красная быстрозамороженная	8,0	8,0
Лук репчатый (х/о-16%)	10,0	8,4
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	8,4	8,4
Масло сливочное несоленое	2,0	2,0
Масло подсолнечное рафинированное	1,0	1,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,2	0,2
Вода питьевая (или бульон) т/о-20%	20,0	20,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe
5,74	5,74	18,08	14,55	23,16	85,14	1,18
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
А	В1	В2	PP	С		
0,01	0,08	0,07	1,76	2,05	165,34	

Способ приготовления:

Подготовленные порционные куски мяса (1-2 шт на порцию) складывают в посуду, добавляют воду, томат-пасту и тушат 45-60 мин. Картофель, морковь и репчатый лук нарезают кубиками. Лук и морковь (замороженные овощи не размораживают) припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла и соединяют с мясом. Картофель укладывают сверху мяса (быстрозамороженный картофель не размораживают), добавляют соль, наливают воду, так, чтобы она закрыла картофель. Жаркое тушат 20 мин. Отпускают мясо с соусом и тушеным картофелем.

Требования: Кусочки мяса одинаковые по форме и размеру. Консистенция мягкая, сочная. Мясо легко разжевывается. Картофель тушеный вместе с мясом сохраняет форму нарезки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 95

Запеканка картофельная с отварным мясом

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о-25%	79,3	59,5
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	85,0	59,5
с 01.01 по 28-29.02 х/о-35%	91,5	59,5
с 01.03 по 31.08 х/о-40%	99,2	59,5
т/о– 3%		
Масса отварного картофеля		58,0
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-варка-38%)	41,5	37,8
Масса отварного мяса		23
Лук репчатый (х/о-16%)	6,0	5,0
Яйцо куриное диетическое	0,125	5,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	22,0	22,0
Масло подсолнечное рафинир для смазывания противня	1,0	1,0
Масло сливочное несоленое	2,0	2,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,5	0,5
Масса полуфабриката т/о запекание – 10%		114
Выход		100

В 100 г. данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
8,49	8,35	7,28	35,92	19,47	106,07	1,44
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,05	0,07	0,11	1,64	4,35	151,94	

Способ приготовления:

Мясо промыть, зачистить от сухожилий, сварить, охладить, нарезать на кусочки и 2 раза вместе с репчатым луком пропустить через мясорубку. Хорошо вымесить. Картофель очистить, промыть и сварить до готовности. Воду слить, картофель обсушить и протереть в горячем виде. В протертый картофель (охлажденный до 50°С) ввести сырое яйцо (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), молоко и хорошо вымесить. На противень, смазанный маслом, выложить 1/2 массы картофельного пюре. На него уложить мясной фарш, сверху накрыть оставшимся картофельным пюре, смазать сливочным маслом и запечь в жарочном шкафу 15-20 минут при температуре 220-280 С слоем не более 4-5 см.

Требования. Поверхность ровная, без трещин. Вкус и запах свойственные картофелю с привкусом вареного мяса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 97
Колбаски детские (сосиски) отварные

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Колбаски (сосиски, сардельки) детские	102,0	100,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
16,0	22,0	0,12	16,3	0	0	0,9
Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0	0	0,13	0	43	245,0	

Способ приготовления:

Искусственную оболочку с сосисок (сарделек) снять, сосиски (сардельки) промыть, положить в кипящую воду, варить при слабом кипении 5 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 98

Котлета мясная рубленая, запеченная с соусом молочным

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%)	57,2	52,0
Хлеб пшеничный	13,0	13,0
Вода питьевая	17,0	17,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,5	0,5
Масса котлетная		82,0
Соус молочный:		
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	29,0	29,0
Масло сливочное несоленое	3,9	3,9
Мука Пшеничная 1 сорта	3,9	3,9
Вода питьевая	10,0	10,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,1	0,1
Масса соуса		39,0
Масло сливочное несоленое	5,0	5,0
Сыр Российский	3,2	3,0
Масса полуфабриката		129,0
Т/о – запекание с соусом -22%		
Выход		100

В 100 г. данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
11,44	12,42	8,11	67,69	22,57	128,55	0,94

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,10	0,06	0,13	2,36	0,22	194,51

Способ приготовления:

Подготовленное мясо котлетное нарезают на куски, измельчают на мясорубке вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в воде, добавляют соль поваренную йодированную, тщательно перемешивают и формируют котлеты непанированные, которые укладывают на противень, предварительно смазанный маслом сливочным. В середине по длине котлеты делают углубление, заполняют его густым соусом молочным, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маслом сливочным и запекают в духовом или жарочном шкафу при температуре 250-280°C в течение 15-20 мин.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
 Рецепт № 310
Котлета мясная рубленая паровая

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%)	89,0	81,0
Хлеб пшеничный	14,0	14,0
Вода питьевая	19,0	19,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	1,0	1,0
Масса полуфабриката		114,0
Т/о –варка на пару – 12%		
Выход		100

В 100 г. данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
11,44	12,42	8,12	13,60	20,62	125,61	1,02

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0	0,06	0,12	3,27	0	194,50

Способ приготовления:

Подготовленное мясо котлетное нарезают на куски, пропускают через мясорубку дважды, смешивают с размоченным в воде хлебом пшеничным, снова пропускают через мясорубку, добавляют соль поваренную йодированную, хорошо выбивают. Из приготовленной котлетной массы формируют котлеты или биточки, варят на пару или в воде до готовности в течение 15-20 мин.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 53

Картофель тушеный с отварным мясом

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Картофель			
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%		72,0	54,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%		77,0	54,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%		83,0	54,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%		90,0	54,0
или			
Картофель быстрозамороженный		54,0	54,0
Говядина (бескостная 1-го сорта)			
(х/о-потери при размораживании и			
зачистке- 9%, т/о -38%)		46,7	42,5
Масса тушеного мяса –			26,4
Масло сливочное несоленое		3,0	3,0
Лук репчатый		5,0	4,2
Или			
Лук репчатый заомороженный		4,2	4,2
Масса припущенного лука (т/о 50%)			2
Морковь красная			
до 01.01 х/о– 20%		15,0	12,0
с 01.01 х/о-25%		16,0	12,0
или			
Морковь красная быстрозамороженная		12,0	12,0
Масса припущенной моркови т/о 8%			11
Томаты (грунтовые) (х/о-15%)		10,0	8,5
Бульон мясной		30,0	30,0
Соль йодированная с пониженным			
содержанием натрия		0,2	0,2
т/о – тушение 20%			
Выход			100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
4,40	4,40	15,68	17,49	24,43	101,21	1,52

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,02	0,07	0,08	2,0	3,94	152,67

Способ приготовления:

Подготовленное мясо нарезают (1-2 кусочка на порцию), складывают в посуду, добавляют бульон и тушат 45-60 минут. Картофель, репчатый лук и морковь моют, очищают, нарезают кубиками (быстрозамороженные овощи не размораживают). Репчатый лук и морковь припускают в бульоне с добавлением масла и томатов, соединяют с мясом. Картофель укладывают сверху мяса, добавляют соль. Бульон наливают так, чтобы он закрывал картофель. Жаркое тушат 20 минут.

Требования:

Тушеное мясо светло-коричневого цвета, порционные кусочки мяса одинаковые по форме и размеру и должны сохранить свою форму. Консистенция мяса и картофеля мягкая сочная. Мясо легко разжевывается.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 101

Пельмени для питания детей

из полуфабриката промышленного производства

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Пельмени для питания детей из п/ф промышленного производства ТУ 9214-734-00419779-03 или ТУ 9214-345-23476804-02	100,0	100,0
Выход		100

В 100 г. данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
11,12	9,17	25,58	20,88	27,72	124,80	1,87

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,01	0,18	0,10	2,40	0,28	261,25

Готовый продукт промышленного производства

Способ приготовления:

Пельмени, не размораживая, опустить в кипящую воду, довести до кипения и варить в течение 7-10 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 70

Печень по-строгановски

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Печень говяжья мороженая (х/о-17%;, т/о-32%)	105,3	87,4
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Масса тушеной печени		59,4
Лук репчатый	12,6	10,5
Масса припущенного лука		5,3
Морковь красная до 01.01 х/о-20%	21,0	16,8
с 01.01 х/о-25%	22,5	16,8
Масса припущенной моркови		15,5
Мука пшеничная 1 сорта	3,0	3,0
Сметана 15% жирности	10,5	10,5
Бульон или вода	35,0	35,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Масса соуса		45
масса полуфабриката т/о-тушение-20%		125
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
35,40	20,20	11,40	28,1	20,05	205,06	4,63

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
6,47	0,1	1,00	4,92	0,52	274,00

Способ приготовления:

Печень размораживают, промывают, очищают от желчных протоков, удаляют пленку, нарезают брусочками длиной 3-4 см весом 5-7 г, тушат в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного. Обработанные морковь и репчатый лук припускают до готовности в отваре из печени. Печень и припущенные овощи соединяют, солят, заливают сметанным соусом, приготовленным из подсушенной муки, бульона (или воды), сметаны и тушат до готовности (10-15 минут). Отпускают вместе с соусом. Температура подачи +65 С. Срок реализации 2-3 часа.

Способ приготовления из консервов для детского питания: Печень по-строгановски (консервы) разогреть, не вскрывая в водяной бане (t=60 °С). Затем консервы вскрыть и порционировать.

Требования: Консистенция печени и овощей мягкая, сохранена форма нарезки. Вкус и запах свойственные отварной печени, овощам и сметане.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 70/1

Печень, тушеная в сметане

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Печень говяжья мороженая (х/о – 17%, т/о – 32%)	114,0	94,6
Масса тушеной печени или		64
Печень говяжья тушеная (консервы) для детского питания	80,0	64,0
Сметана 15% жирности	23,0	23,0
Мука пшеничная	3,0	3,0
Вода питьевая	40,0	40,0
Масло подсолнечное рафинированное	1,0	1,0
Масса соуса		63
Масса полуфабриката		127
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия т/о-20%	1,2	1,2
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
15,73	6,34	2,43	28,43	14,69	213,54	5,16

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
7,03	0,12	1,09	4,93	0,05	125,62

Способ приготовления:

Печень очистить от пленок и желчных протоков, промыть, нарезать тонкими ломтиками, потушить в небольшом количестве воды с добавлением масла 3-5 минут. Залить соусом, приготовленным из подсушенной муки, сметаны, соли, тушить до готовности (10-15 мин).

Способ приготовления из консервов «Печень тушеная для детского питания» ТУ 9216-006-45157804-2006:

Печень тушеную выложить в емкость, залить соусом, приготовленным из подсушенной муки, сметаны, соли и тушить в нем в течение 5-10 минут.

Требования: Консистенция печени мягкая, соуса однородная, слегка вязкая, без комков заварившейся муки. Цвет светло-коричневый. Вкус и запах печени и соуса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 105

Тефтели из говядины

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%)	93,4	85,0
Хлеб пшеничный	12,0	12,0
Лук репчатый	15,0	12,6
Яйцо куриное диетическое	0,125	5,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия или	0,2	0,2
Тефтели из п/ф промышленного производства*	114,0	114,0
Масса полуфабриката т/о-12%		114
масса готовых тефтелей		100
Масло сливочное для смазывания противня	3,0	3,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
15,62	13,50	6,09	13,73	21,70	164,86	2,56
Витамины мг.						Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,01	0,07	0,15	3,96	1,2	211,23	

Способ приготовления:

Мясо промывают, зачищают от сухожилий, пропускают 2 раза через мясорубку, смешивают с размоченным в воде и отжатым пшеничным хлебом, репчатым луком и снова пропускают через мясорубку, солят, добавляют яйцо (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01) и хорошо выбивают. Из подготовленной массы формируют тефтели в виде шариков, укладывают на противень, смазанный маслом, заливают водой и варят до готовности.

Требования: Изделия должны быть круглой формы, не развалившиеся, сочные. Поверхность серовато-кремовая. Вкус и запах, свойственный мясу.

*Способ приготовления тефтелей из п/ф промышленного производства:

Тефтели из говядины, не размораживая, укладывают на противень, смазанный маслом, заливают водой и варят до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 136

Тефтели мясо-крупяные

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%)	74,7	68,0
Крупа рисовая	12,0	12,0
Масса рисовой рассыпчатой каши		33,6
Лук репчатый	10,0	8,4
Яйцо куриное диетическое	0,125	5,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия или	0,2	0,2
Тефтели мясо-крупяные из п/ф промышленного производства*	112,0	112,0
Масса полуфабриката		112
Т/о – варка – 12%		
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
13,45	4,92	4,71	9,03	18,22	136,75	1,99

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,01	0,05	0,12	3,17	0,8	60,34

Способ приготовления:

Мясо, зачищенное от грубой соединительной ткани, пропускают через мясорубку. Рис отваривают. Мясной фарш соединяют с рисом, мелко нарезанным луком и сырым яйцом (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), перемешивают и формируют тефтели в виде шариков по 2-3 штуки на порцию, кладут в посуду, заливают водой и тушат 15-20 минут.

Требования: Тефтели круглой формы, не развалившиеся, сочные, поверхность – серовато-кремовая; вкус и запах, свойственные тушеному мясу.

*Способ приготовления тефтелей из п/ф промышленного производства:

Тефтели мясо-крупяные, не размораживая, кладут в посуду, заливают водой и тушат 15-20 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 107

Фрикадельки мясные

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%)	93,4	85,0
Хлеб пшеничный	14,0	14,0
Вода питьевая	19,0	19,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия или	0,2	0,2
Фрикадельки мясные из п/ф промышленного производства*	118,0	118,0
Масса полуфабриката т/о-варка-15%		118
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.					Минеральные вещества мг.				
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	P	Fe	
15,04	11,24	6,12			8,82	18,16	148,63	2,29	
Витамины мг.					Энергетическая				
A	B1	B2	PP	C	ценность(ккал)				
0,03	0,06	0,12	3,88	0	188,01				

Способ приготовления:

Мясо промывают, зачищают от сухожилий, пропускают 2 раза через мясорубку, смешивают с размоченным в воде и отжатым пшеничным хлебом и снова пропускают через мясорубку. Добавляют соль, хорошо выбивают. Котлетную массу разделяют в виде шариков (по 2-3 шт. на порцию) и варят в кипящей воде 15-20 минут.

Требования: Изделия одинакового размера в форме шариков, не развалившиеся, сочные. Цвет - серовато-коричневый. Вкус и запах изделия из котлетной массы.

*Способ приготовления фрикаделек из п/ф промышленного производства:
Фрикадельки, не размораживая, варят в кипящей воде 15-20 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 95/2

Запеканка из макаронных изделий с отварным мясом

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Макаронные изделия группы А или Макаронные изделия группы В витаминизированные	35,8	35,8
Масса отварных макарон		95
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-варка-38%)	41,5	37,8
Масса отварного мяса		23
Лук репчатый (х/о-16%)	6,0	5,0
Яйцо куриное диетическое	0,125	5,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	22,0	22,0
Масло подсолнечное рафинир для смазывания противня	1,0	1,0
Масло сливочное несоленое	2,0	2,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,5	0,5
Масса полуфабриката т/о запекание – 10%		114
Выход		100

В 100 г. данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
8,49	8,35	7,28	35,92	19,47	106,07	1,44

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,05	0,07	0,11	1,64	4,35	151,94

Способ приготовления:

Мясо промыть, зачистить от сухожилий, сварить, охладить, нарезать на кусочки и 2 раза вместе с репчатым луком пропустить через мясорубку. Хорошо вымесить. Макароны засыпать, помешивая, в кипящую подсоленную воду (1 л воды на 100 г продукта), и отварить до готовности. Готовые макароны откинуть на сито, дать стечь воде, затем заправить растопленным сливочным маслом (1/2 часть от рецептурной нормы), перемешать (охлажденный до 50°C) ввести сырое яйцо (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), молоко и хорошо вымесить. На противень, смазанный маслом, выложить 1/2 массы макаронные изделия. На них уложить мясной фарш, сверху накрыть оставшимися макаронными изделиями, смазать сливочным маслом и запечь в жарочном шкафу 15-20 минут при температуре 220-280 С слоем не более 4-5 см.

Требования. Поверхность ровная, без трещин. Вкус и запах свойственные макаронным изделиям с привкусом вареного мяса.