

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Макаронные изделия с тертым сыром, запеченные

Рецептура № 39

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
Сыр Голландский брусковый	15,0	14,0
Масло сливочное несоленое	4,0	4,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,5	0,5
масса полуфабриката т/о-11%		113
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
9,58	6,38	16,5	147,0	12,02	97,63	0,69

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,05	0,03	0,06	0,38	0,39	151,3

Способ приготовления:

Макаронные изделия 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. Выложить слоем 4-6 см на порционные сковороды, смазанные маслом сливочным, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь в жарочном шкафу при температуре 250-2800С в течение 15-20 минут.

Срок реализации не менее 30 минут с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 253

Омлет натуральный

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Яйцо куриное диетическое	1,25	50,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	60,0	60,0
Масло сливочное для смазывания противня	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
8,75	23,9	12,85	100,82	14,40	151,5	1,32
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,22	0,04	0,30	0,16	0,18	289,00	

Способ приготовления:

Яйца (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), смешивают с молоком, добавляют соль, слегка взбивают до тех пор, пока на поверхности не появится пена. Омлет запекают на противне, смазанном маслом с толстым дном, обеспечивающим постепенный равномерный прогрев яичной массы. Противень хорошо разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования легкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-200С. При подаче нарезать на порционные куски.

Требования: Цвет светло-желтый. Консистенция пышная, пенная, пористая, упругая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, толщина слоя готового блюда не более 2,5-3 см.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 253/1

Омлет натуральный с сыром

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Яйцо куриное диетическое	1,125	45,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	56,0	56,0
Сыр Пошехонский	9,0	8,5
Масло сливочное для смазывания противня	2,0	2,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
9,24	9,82	2,97	182,24	17,49	183,86	1,28

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,22	0,04	0,30	0,17	0,29	136,92

Способ приготовления:

Яйца (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01) смешивают с молоком, добавляют соль, слегка взбивают до тех пор, пока на поверхности не появится пена. Омлетную смесь смешивают с тертым сыром. Омлет запекают на противне, смазанном маслом с толстым дном, обеспечивающим постепенный равномерный прогрев яичной массы. Противень хорошо разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования легкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-200 С. При подаче нарезать на порционные куски.

Требования: Цвет светло-желтый. Консистенция пышная, пенная, пористая, упругая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, толщина слоя готового блюда не более 2,5-3 см.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 267

Запеканка творожная

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Творог 9%-ной жирности (х/о-протираание–1-2%)		70,0	68,6
Яйцо куриное диетическое		0,2	8,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное		34,0	34,0
Крупа манная		7,0	7,0
Сахар-песок		3,0	3,0
Масло сливочное для смазывания противня		1,6	1,6
Т/о запекание – 15%			
Выход			100

В 100 г данного блюда

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
12,40	5,90	25,30	146,93	20,20	191,43	0,59
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,10	0,04	0,25	0,39	0,27	152,00	

Способ приготовления:

Творог протирают, добавляют молоко, яйцо (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), сахар, манную крупу, хорошо вымешивают. Выкладывают слоем 3-4 см на противень, смазанный сливочным маслом, разравнивают и запекают в жарочном шкафу 20-30 мин. при t 220-280°C.

Требования:

Поверхность ровная, без трещин, консистенция однородная. Цвет золотисто-желтый; вкус и запах, свойственные творогу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 267/1

Запеканка творожная с изюмом

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Творог 9%-ной жирности	70,0	69,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	35,0	35,0
Крупа манная	7,0	7,0
Яйцо куриное диетическое	0,125	5
Виноград (изюм)	3,0	3,0
Сахар-песок	2,0	2,0
Масло сливочное несоленое для смазывания противня	2,0	2,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
14,16	9,72	11,81	163,98	24,13	205,65	0,61

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,11	0,06	0,26	0,42	0,56	193,51

Способ приготовления:

Творог протирают, добавляют молоко, яйцо (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), сахар, манную крупу, изюм, хорошо вымешивают. Выкладывают слоем 3-4 см на противень, смазанный сливочным маслом, разравнивают и запекают в жарочном шкафу 20-30 мин при температуре 220-280 С.

Требования: Поверхность ровная, без трещин, консистенция однородная. Цвет золотисто-желтый; вкус и запах свойственные творогу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 81

Пудинг творожный с изюмом запеченный

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Творог 9% жирности (х/о-1-2%)	65,0	64,0
Сахар-песок	4,0	4,0
Крупа манная	7,0	7,0
Молоко стерилизованное 3,2 % жирности витаминизированное	35,0	35,0
Яйцо куриное диетическое	0,125	5,0
Виноград (изюм)	5,0	5,0
Масло сливочное несоленое для смазывания противня т/о-15%	2,0	2,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
12,76	8,89	13,82	144,50	21,20	185,07	0,64

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,06	0,05	0,24	0,39	0,39	191,75

Способ приготовления

Творог протереть, добавить сахар, манную крупу, молоко, яичный желток (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПиН 2.3.6.1079-01). Добавить перебранный, промытый в теплой кипяченой воде изюм. Массу хорошо вымесить. Белок яиц взбить и осторожно ввести в приготовленную творожную массу, затем массу выложить слоем не более 3-4 см на смазанный маслом противень и запечь при температуре 220-250°C в течение 20-30 минут.

Требования: Поверхность ровная, без трещин. Консистенция нежная, пышная. Цвет золотисто-желтый. Вкус и запах свойственные творогу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 82

Суфле творожное

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Творог 9% жирности (х/о-протираание–1-2%)	75,0	73,5
Мука пшеничная высшего сорта	7,0	7,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	21,0	21,0
Яйцо куриное диетическое	0,25	10,0
Сахар-песок	6,0	6,0
Масло сливочное несоленое	1,0	1,0
Т/о – варка на пару – 10%		
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
14,30	8,97	12,28	140,71	19,73	193,85	0,66

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,09	0,05	0,25	0,40	0,25	192,80

Способ приготовления:

Творог протирают, молоко, манную крупу, яичные желтки перемешивают, добавляют в протертый творог, затем в массу добавляют взбитые в густую пену белки (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), осторожно вымешивают, выкладывают слоем не более 3-4 см на смазанный маслом противень и варят на пару.

При отсутствии условий варки на пару допускается заменить тепловую обработку на запекание полуфабриката в жарочном шкафу в течение 20-30 минут при температуре 220-280 С.

Требования: Поверхность гладкая, без трещин, консистенция пышная, однородная, нежная. Вкус и запах, свойственные творогу, сладкий, без излишней кислотности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 82/1
Сырники творожные, запеченные

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Творог 9% жирности	92,5	92,0
Мука пшеничная высшего сорта	8,0	8,0
Яйцо куриное диетическое	0,25	10,0
Сахар-песок	4,0	4,0
Мука пшеничная высшего сорта	4,0	4,0
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Масло подсолнечное рафинир для смазывания противня	2,0	2,0
т/о-запекание-15%		
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
17,17	13,47	13,06	146,26	21,62	218,58	0,77
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,08	0,06	0,28	0,51	0,23	249,91	

Способ приготовления:

Творог протирают, добавляют яйцо (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПиН 2.3.6.1079-01), сахар, муку, тщательно перемешивают. Формируют круглые сырники толщиной 1,5 см, панируют их в муке, выкладывают на смазанный маслом противень и запекают в духовом шкафу при t 200-220° С 25-30 минут.

Способ приготовления сырников из полуфабрикатов промышленного производства, разрешенных для использования в питании детей и подростков:

Сырники из полуфабрикатов промышленного производства, разрешенных для использования в питании детей и подростков, не размораживая, выкладывают на смазанный маслом противень и запекают в духовом шкафу при t 200-220° С 7-10 минут до образования румяной корочки.

Не ставить противни с сырниками в неразогретый предварительно духовой шкаф.

Требования: Поверхность сырников ровная, без трещин. Корочка золотистая. Консистенция однородная, рыхлая. Цвет на разрезе светло-желтый. Вкус и запах, свойственные набору продуктов.

ТЕХНОЛОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 88

Ватрушка с творогом

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Мука пшеничная высшего сорта	44,0	44,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	22,0	22,0
Яйцо куриное диетическое	0,25	10,0
Сахар-песок	5,0	5,0
Дрожжи прессованные	2,0	2,0
Масло сливочное несоленое	2,0	2,0
Масло подсолнечное рафинированное	3,0	3,0
Начинка:		
Творог 9% жирности	23,0	22,0
Сахар-песок	3,0	3,0
Яйцо куриное диетическое	0,125	5,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,5	0,5
Масло подсолнечное рафинированное для смазывания противня	2,0	2,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
13,56	8,47	22,59	67,84	15,85	111,88	0,91
Витамины мг.						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,09	0,08	0,16	0,82	0,05	195,00	

Способ приготовления:

Из муки, молока, яиц (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), сахара, масла, дрожжей и соли приготовить дрожжевое тесто, дать ему подняться (поставить в теплое место). Из дрожжевого теста формируют шарики, делают углубления, в которые закладывают творожный фарш. Выглаживают на противень, смазанный маслом, и выпекают при температуре 230-240°C 10-12 минут до образования румяной корочки на твороге.

Творожный фарш: творог пропускают через протирочную машину, затем добавляют яйца, сахар и тщательно перемешивают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 137

Оладьи с яблоками

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Мука пшеничная в/с	46,0	46,0
Яйцо куриное диетическое	0,225	9,0
Молоко стерилизованное 3,2 % жирности витаминизированное	50,0	50,0
Дрожжи прессованные	1,8	1,8
Сахар-песок	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Яблоки	14,3	10,0
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
7,25	4,95	33,77	75,7	28,93	119,41	1,453

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,03	0,14	0,16	1,25	1,81	201,05

Способ приготовления: в небольшом количестве молока растворяют соль поваренную йодированную, сахар-песок, добавляют предварительно разведенные дрожжи, перемешивают, процеживают, затем соединяют с оставшейся частью молока или воды, подогретых до температуры 35-40°C, добавляют просеянную муку пшеничную, яйца куриные, перемешивают до образования однородной массы, ставят тесто в теплое место (с температурой 25-30°C) на 3-4 часа, затем тесто перемешивают (обминают) и дают ему вторично подняться. В тесто для оладий добавляют яблоки свежие, очищенные от кожицы и семенных гнезд и нарезанные мелкими кубиками или тонкой соломкой, перемешивают.

Оладьи выкладывают на нагретый противень, смазанный маслом, и выпекают в духовом или жарочном шкафу при температуре 180-200°C в течение 8-10 мин до готовности.

Температура подачи: не ниже 65°C.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 138

Пирожок печеный с капустой

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Мука пшеничная в/с или 1 с	44,0	44,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	22,0	22,0
Яйцо куриное диетическое	0,125	5,0
Сахар-песок	3,0	3,0
Масло растительное рафинированное	2,0	2,0
Масло сливочное несоленое	2,0	2,0
Дрожжи прессованные	1,5	1,5
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,2	0,2
Капуста белокочанная (х/о – 20%, т/о – 21%)	38,0	30,5
<i>Масса припущенной капусты</i>		24,2
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Яйцо куриное диетическое	0,125	5,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Масло растительное рафинир для смазывания противня	2,0	2,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
6,83	9,90	29,48	46,89	14,82	72,42	0,85
Витамины, мг						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,09	0,07	0,10	0,85	1,31	249,18	

Способ приготовления:

Приготовить дрожжевое тесто. Для фарша мелко нашинковать белокочанную капусту, припустить ее в небольшом количестве воды с добавлением масла и соли до готовности. Охладить, добавить сваренное вкрутую и мелко нарезанное яйцо (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01).

Из теста и фарша формовать закрытые пирожки с капустой, выложить их на противень, смазанный маслом, сверху смазать яйцом и выпекать при $t^{\circ}=200-240^{\circ}\text{C}$ в течение 15-20 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 139

Пирожок с яблоком

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Мука пшеничная в/с или 1с	50,0	50,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	25,0	25,0
Масло сливочное несоленое	4,0	4,0
Масло растительное рафинированное	4,0	4,0
Сахар-песок	5,0	5,0
Дрожжи прессованные	1,5	1,5
Яйцо куриное диетическое	0,125	5,0
Яблоки	35,0	24,5
Сахар-песок	2,0	2,0
Масло растительное рафинир для смазывания противня	2,0	2,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
6,50	10,68	37,42	39,90	13,28	66,18	1,12

Витамины, мг					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,07	0,08	0,08	0,81	0,8385	289,48

Способ приготовления:

Из муки, молока, масла, сахара, яиц (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), дрожжей и соли приготовить дрожжевое тесто. Дать ему подняться. Приготовить начинку для пирогов: яблоки очистить от кожи и семенных гнезд, мелко нарезать, соединить с сахаром. Из теста разделить пирожки, начинить их подготовленными яблоками, уложить их на смазанный маслом противень, смазать яйцом и выпекать при $t^{\circ}=200-240^{\circ}\text{C}$ в жарочном шкафу 8-10 минут.