

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

блюд и кулинарных изделий для питания детей школьного возраста

Данные технологические карты составлены в соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 23 июля 2008 года № 45 СанПиН 2.4.5.2409 – 08.

При составлении технологических карт использовался Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 544 с.

Холодные блюда Бутерброды и салаты

Для приготовления холодных блюд в питании школьников используются свежие, квашеные и соленые овощи и гастрономические товары. Не допускаются к реализации продукты, перечисленные в приложении 7 СанПиН 2.4.5.2409-08.

При обработке овощей должны быть соблюдены следующие требования: овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки (п.6.29 СанПиН 2.4.5.249-08).

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением, свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Зелень, предназначенную для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4 ± 2 °С. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4 ± 2 °С. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

При перемешивании ингредиентов, входящих в состав салата, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками.

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Холодные закуски, салаты должны иметь температуру подачи не ниже +15°С.

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры: № 376

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: Делли принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай высшего или 1-го сорта	1	1
Сахар	15	15
ВЫХОД:	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жирыг	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00

Технология приготовления:

Емкость для заварки ополаскивают кипятком, насыпают сухой чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1-3 объема емкости, настаивают 5-10 минут, накрыв крышкой, после чего процеживают, добавляют сахар и доливают кипятком до требуемого объема.

Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Не следует смешивать сухой чай с заваренным.

Температура подачи 75°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета, налита в стакан

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, чуть терпкий

Запах: соответственный чаю

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 2

Наименование кулинарного изделия (блюда): СЫР (ПОРЦИЯМИ)

Номер рецептуры: 15

Наименование сборника рецептов: Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / По М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. –с 86.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов						
	1 порция						
	Брутто г	Нетто, г	Брутто г	Нетто, г	Брутто г	Нетто, г	Брутто г
Сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий)	5,3	5	10,6	10	15,9	15	21,2
ВЫХОД:	5		10		15		20

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины	
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C
5	1,16	1,48	0,00	18,20	44,00	1,75	25,00	0,05	0,00	0,04
10	2,32	2,95	0,00	36,40	88,00	3,50	50,00	0,10	0,00	0,07
15	3,48	4,43	0,00	54,60	132,0	5,25	75,00	0,15	0,01	0,11
20	4,64	5,90	0,00	72,80	176,0	7,00	100,0	0,20	0,01	0,14

Технология приготовления:

Сыр зачищают от корок, нарезают на порционные куски прямоугольной или иной ф

Требования к качеству:

Внешний вид: сыр прямоугольной или треугольной формы

Консистенция: мягкая

Цвет: соответствует виду сыра, светло-желтый

Вкус: соответствует виду сыра, без горечи

Запах: свойственный свежему сыру

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ

Номер рецептуры: 833

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся в образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная	5	5
Томат-паста	10	10
Морковь	10	8
Лук репчатый	2,40	2,0
Сахар-песок	1,5	1,5
Масло сливочное	3	3
ВЫХОД:	-	100

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, м	
Белки г	Жирыг	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C
0,77	2,24	6,09	47,34	7,05	5,34	13,15	0,21	0,02	1,60

Технология приготовления:

Мелко нарезанные коренья, лук пассеруют, добавляют томатное продолжают пассерование еще 15-20 мин, соединяют с белым соусом и варят мин. В конце варки добавляют соль, сахар, перец черный горошком. Готовый процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения томатный служит основой для приготовления производных соусов.

Подают соус к блюдам из жареного мяса, субпродуктов (мозгов) и о

Требования к качеству:

Консистенция густой сметаны, цвет красный, вкус томатного пюре и овощей приятный.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком**

Номер рецептуры: 219

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающих образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов		
	I порция		
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г
Творог	102	100	163,2
Мука пшеничная	14	14	21,2
Сахар	10	10	16
Яйца	1/10 шт.	4	5,4
Масло растительное	6	6	5,4
Молоко сгущенное	15	15	40
Соль	1	1	1
ВЫХОД:	100/15		160/40

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Вита
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁
150/10	28,44	19,51	17,10	357,16	248,75	39,60	350,70	1,17	0,11
160/40	33,64	22,81	20,52	421,20	280,44	46,80	410,58	1,39	0,13
100	18,69	12,67	11,40	234,00	155,80	26,00	228,10	0,77	0,07

Технология приготовления:

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, манную перемешивают. Белки взбивают и, осторожно помешивая, сверху вниз вводят выкладывают ее слоем 3 см в противни или формы, смазанные маслом. Поверхность сметаной с сахаром.

Запекают в жарочном шкафу 20-30 минут при температуре 220-280 °С. проверяют по изменению плотности. Если творог сухой, в массу добавляют мол. выход), соответственно увеличивая или уменьшая закладку творога. Отпускают прокипяченной сметаной, повидлом или прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: сохранена форма, поверхность без трещин

Консистенция: нежная, пышная

Цвет: светло-коричневый, золотистый, на разрезе – белый

Вкус: умеренно сладкий

Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: № 302

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: Де. 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	не
Гречка	45,9	45,9	4,59	
Пшено	39	39	3,9	
Рис	36	36	3,6	
Перловка	33,3	33,3	3,3	
Масло сливочное	3,5	3,5	0,35	
Соль	1	1	0,1	
Выход	100,0		10,0	

4.Химический состав, витамины и микроэлементы

Гречка

В 100 граммах данного блюда содержится										
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.				
Белки	Жиры	Углеводы				Са	Mg	P	Fe	
5,75	4,06	25,76				9,8	0,95	14,77	0,80	
Витамины										
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В 6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг.	Н, мкг.
0,77	-	0,07	-	-	-	-	-	0,15	1,71	-

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 162,5

Рис

В 100 граммах данного блюда содержится										
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.				
Белки	Жиры	Углеводы				Са	Mg	P	Fe	
2,4	2,88	25,02				3,54	16,97	51,94	0,74	
Витамины										
А, мг.	В1, мг.	В2, мг.	В5, мг.	В 6, мг.	В9, мкг.	В12, мкг.	С, мг.	Д, мкг.	Е, мг.	Н, мкг.
0,09	0,39	0,08	-	0,39	27,69	-	-	0,01	1,0	9,49

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 135,7

Пшено

Наименование кулинарного изделия: ПЛОВ

Номер рецептуры: 265.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающих образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: / 2011.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса	
	брутто, г	нетто, г
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	107	79
или свинина (лопаточная часть, грудинка)	87	74
или баранина (лопаточная часть, грудинка)	99	71
Крупа рисовая	34	34
Масло растительное	5	5
Лук репчатый	6	5
Морковь	10	8
Томатная паста	-	4
Соль	1	1
Масса тушеного мяса		50
Масса гарнира		100
Выход		50/100

Химический состав, витамины, и микроэлементов на 1 порцию

Белки (г)	19,4
Жиры (г)	9,5
Углеводы (г)	34,7
Энергетическая ценность (ккал)	301

Ca (мг)	36
Mg (мг)	34
Fe(мг)	1,0
C (мг)	0

Технология приготовления

Нарезанное кусочками по 20-30 г мясо посыпают солью, обжаривают, пассерованные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой (80 г) кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После т впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водо жарочный шкаф на 25-40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе овощами. Плов можно готовить без томатного пюре.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ**

Номер рецептуры: 268

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	40,7	37	62	57	81,4	74
Хлеб пшеничный	9	9	14	14	18	18
Молоко или вода	6	6	19	19	24	24
Сухари	5	5	8	8	10	10
Лук	6	5,5	6	5,5	7	6,5
<i>Масса полуфабриката</i>	-	65	-	99	-	130
Соль	1	1	1	1	1	1
Масло растительное	3	3	5	5	6	6
ВЫХОД:	50		75		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
50	7,78	5,78	7,85	114,38	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38
75	12,44	9,24	12,56	183,00	35,00	25,70	133,10	1,20	0,08	0,12	23,00
100	15,55	11,55	15,70	228,75	43,75	32,13	166,38	1,50	0,10	0,15	28,75

Технология приготовления:

Мясо измельчают на мясорубке, добавляют черствый хлеб, предварительно замоченный в воде или молоке, соль, репчатый лук, перемешивают, пропускают через мясорубку, вымешивают.

Из полученной котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты) или кругло-приплюснутой формы толщиной 2-2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели).

Изделия панируют в сухарях, обжаривают на разогретых свкородах, смазанных растительным маслом до образования румяной корочки. Затем запекают при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин.

Требования к качеству:

Внешний вид: форма котлеты - овально-приплюснутая с заостренным концом, шницеля - кругло-приплюснутая, шницеля – плоскоовальная

Консистенция: сочная, пышная, однородная

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

Вкус: в меру соленый, мясной

Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ**

Номер рецептуры: 279

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина на/к	52	38	56,1	51
Вола	6	6	11	11
Молоко или вода	6	6	16	16
Лук репчатый	21	18	19	16
Масло растительное	3	3	3	3
Масса припущенного лука	-	9	-	12
Мука пшеничная	4	4	4	4
<i>Масса полуфабриката</i>	-	71	-	95
Масло растительное	-	3	3	3
Вода	12	12	16	16
<i>Масса готовых тефтелей</i>	-	60	-	80
Соус томатный	-	50	-	80
ВЫХОД:	60/50		80/80	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
60/60	8,87	9,83	11,71	171,00	43,90	21,60	106,7	0,96	0,06	0,85	39,00
80/80	11,78	12,91	14,90	223,00	57,80	28,40	141,40	1,27	0,07	1,13	51,00

Технология приготовления:

Котлетную массу дважды пропускают через мясорубку, добавляют измельченный припущенный репчатый лук, рассыпчатый рис, перемешивают и формуют в виде шариков по 2-3 шт на порцию. Тефтели панируют в муке, запекают 6-8 минут до полуготовности, заливают соусом с добавлением воды (12-16 г на порцию) и тушат еще 10-15 минут до готовности.

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

Требования к качеству:

Внешний вид: тефтели в виде шариков без трещин, пропитаны соусом

Консистенция: сочная, в меру плотная

Цвет: тефтелей - светло-коричневый, соуса – светло-коричневый

Вкус: в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу

Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАКАО С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: 382

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛ 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Какао-порошок	4	4
Сахар	20	20
Молоко	100	100
Вода	100	100
ВЫХОД:	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины	
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C
3,52	3,72	25,49	145,2	122,0	14,00	90,00	0,56	0,04	1,30

Технология приготовления:

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

Можно приготавливать какао на молоке сгущенном, при этом соотношение молока к сгущенному составляет 1 : 0,38, а закладку сахара уменьшают на 15% (17 г).

Требования к качеству:

Внешний вид: непрозрачная жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-шоколадный

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом какао и кипяченого молока

Запах: аромат какао и кипяченого молока

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЧАЙ С ЛИМОНОМ .

Номер рецептуры: № 377

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. / Под ред. М.П.Могильного, и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Чай – заварка	50	50	5,0	5,0
Сахар	15	15	1,5	1,5
Лимон	8	7	0,8	0,7
Вода	150	150	15,0	15,0
Выход	200/15/7		20,0/1,5/0,7	

Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.						Минеральные вещества мг.					
Белки		Жиры		Углеводы		Ca	Mg	P	Fe		
4,51		1,14		7,71		112,55	99,08	185,54	18,42		
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,01	0,01	0,22	-	0	0,32	-	3,67	-	0,01	-	1,79

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 57,33

Технологический процесс: Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают свежеприготовленным кипятком, примерно 1/3 объема чайника. Чай настаивают 5 – 10 минут, доливают кипятком. Добавляют сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течении 1-2 минут. Нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром, непосредственно перед отпуском. Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя.

Требования к оформлению, реализации и хранению

Температура подачи чая в горячем виде +75° С. Срок реализации чая 2 – 3 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2-3 часа с момента приготовления.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид — прозрачного цвета, без осадка, кружочки лимона.

Цвет — темно-коричневый.

Вкус и запах — приятный запах свежеприготовленной чая с лимоном, сахаром, вкус характерный для рецептурного компонента, без посторонних привкусов и запахов.