



Утверждаю
Директор МОУ-СОШ с. Павловка
/Обручева Е.В./
« 03 » сентября 2023г.

Сосиски, сардельки отварные № 21

Наименование блюда: Сосиски, сардельки отварные

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 243

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Могилевский М.П. 2011 г.в.

Рецептура (раскладка продуктов)

на 1 порцию блюда

на 100 порций блюда

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г		Нетто, г		Брутто, кг		Нетто, кг	
	7-11	11-18	7-11	11-18	7-11	11-18	7-11	11-18
Сосиски или сардельки	65.3	91.4	64	89.6	6.53	9.14	6.4	8.96
Масло сливочное	6.4	8.96	6.4	8.96	0.64	0.896	0.64	0.896
Выход:	-	-	70	98	-	-	7.0	9.8
Гарнир № 302, 303, 310, 312, 315, 321								

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 1 порцию блюда			
	Сосиски		Сардельки	
	7-11	11-18	7-11	11-18
Белки, г	7.11	9.9	7.35	10.2
Жиры, г	19.9	27.8	16.2	22.6
Углеводы, г	0.32	0.44	0.89	1.2
Калорийность, ккал	210.2	294.2	180.7	252.9
В1, мг	0.11	0.56	0.025	0.035
В2, мг	12.8	0.14	10.2	0.035
С, мг	-	-	-	-
Са, мг	23.7	33	17.9	25
Fe, мг	1.1	17.9	1.1	14.2
Mg, мг	12.8	1.54	10.2	1.54

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления

Кисель из концентрата разводят равным количеством холодной воды, полученную смесь вливают в кипящую воду, добавляют сахар и непрерывно помешивая, доводят до кипения.

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления: Сосиски и сардельки (искусственную оболочку предварительно снимают) кладут в подсоленную кипящую воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении: сосиски – 3 - 5 мин, сардельки – 7- 10 мин. Во избежание повреждения натуральной оболочки и ухудшения вкуса сосиски и сардельки не следует хранить в горячей воде. При отпуске сосиски или сардельки гарнируют и поливают маслом. Гарниры – каши рассыпчатые, каши вязкие, картофель отварной, картофельное пюре, овощи отварные с маслом, капуста тушеная.

Утверждаю
 Директор МОУ-СОШ с. Павловка
 Обручева Е.В.
 « 01 » сентября 2023г.

Каша вязкая № 25

Наименование блюда: **Каша вязкая**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 172

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Могильный М.П. 2011 г.в.**

*Рецептура (раскладка продуктов)
 на 1 порцию блюда на 100 порций блюда*

Продукт (полуфабрикат)	7-11		12-18		7-11		12-18	
	Брутто, г		Нетто, г		Брутто, кг		Нетто, г	
Крупа пшеничная или ячневая	45	58	45	58	4,5	5,8	4,5	5,8
Вода	55	68	55	68	5,5	6,8	5,5	6,8
или Молоко	100	114	100	114	10,0	11,4	10,0	11,4
Сахар	15	18	15	18	1,5	1,8	1,5	1,8
Масло сливочное	9,0	11	9	11	0,9	1,1	0,9	1,1
Выход:	-	-	200	250	-	-	20,0	25,0

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 1 порцию блюда	
	7-11	12-18
Белки, г	8,6	10,76
Жиры, г	12,8	16
Углеводы, г	38,24	47,8
Калорийность, ккал	302,85	378
В1, мг	0,2	0,25

B2, мг	0,03	0,04
C, мг	0,52	0,65
Ca, мг	20,3	25,4
Fe, мг	0,63	0,79
Mg, мг	7,3	12,1

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления

В мясной фарш без хлеба добавляют соль, перец, мелко нарезанный пассерованный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков по 3-4 шт. на порцию. Шарики панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (10-12 г на порцию) и тушат 8-10 мин. При отпуске тефтели гарнируют и поливают соусом, в котором они тушились. Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с маслом.

Утверждаю
 Директор МОУ-СОШ с. Павловка
 /Обручева Е.В./
 «01» сентября 2023г.

Каша из пшена и риса № 26

Наименование блюда: **Каша из пшена и риса**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 175

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Могильный М.П., 2011 г.в.**

Рецептура (раскладка продуктов)

на 1 порцию блюда:

на 100 порций

Продукт (полуфабрикат)	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18
	Брутто, г		Нетто, г		Брутто, кг		Нетто, кг	
Рис	14	17,5	14	17,5	1,4	1,75	1,4	1,75
Пшено	19	23,8	19	23,8	1,9	2,38	1,9	2,38
Вода питьевая	65	81	65	81	6,5	8,1	6,5	8,1
Молоко	100	125	100	125	1,0	1,25	1,0	1,25
Сахар	6	7,5	6	7,5	0,6	0,75	0,6	0,75
Масса каши			180	225				
Сахар	10	12,5	10	12,5	1,0	1,25	1,0	1,25
Масло сливочное	10	12,5	10	12,5	1,0	1,25	1,0	1,25
Выход с маслом и сахаром			200	250			2,0	2,5

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 1 порцию блюда	
	7-11	12-18
Белки, г	5,79	6,9
Жиры, г	10,64	12,7
Углеводы, г	31,88	49,3
Калорийность, ккал	247,6	340,9

B2, мг	0,171	0,214
C, мг	0,91	1,14
Ca, мг	151	188,8
Fe, мг	1,99	2,48
Mg, мг	68,6	81,9

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления

Кашу варят на воде, на молоке или на смеси молока и воды. В готовой вязкой каше зерна крупы должны быть полностью набухшими и хорошо разваренными.
Вязкая каша представляет собой густую массу. При температуре 60-70 °С она держится на тарелке горкой, не расплываясь. Из 1 кг крупы получается от 4 до 5 кг готовой каши.

Утверждаю
 Директор МОУ-СОШ с. Павловка
 /Обручева Е.В./
 «04» сентября 2023г.

Суп картофельный с крупой № 3

Наименование блюда: Суп картофельный с крупой

Номер рецептуры: № 101

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Могильный М.П. 2011 г.в.

Рецептура (раскладка продуктов) на 1 порцию блюда

Продукт (полуфабрикат)	7-11	12-18	7-11	12-18	на 100 порций блюда			
	Брутто, г		Нетто, г		Брутто, кг		Нетто, кг	
Картофель	100	120	60	100	10,0	12,0	6,0	10,0
Крупа перловая	10	12	8	12	1,0	1,2	0,8	1,2
или Крупа рисовая	5	6	5	6	0,5	0,6	0,5	0,6
Морковь	12,5	15,0	8	12	1,25	1,5	0,8	1,2
Лук репчатый	12	14,4	8	12	1,2	1,44	0,8	1,2
Масло сливочное	2	3,0	2	3,0	0,2	0,3	0,2	0,3
Бульон или вода:								
Для крупы перловой	140	210	140	210	14,0	21,0	14,0	21,0
или рисовой	150	225	150	225	15,0	22,5	15,0	22,5
Выход			250	300			25,0	30,0

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 1 порцию блюда	
	7-11	12-18
Белки, г	1,97	2,36
Жиры, г	2,71	3,25
Углеводы, г	12,11	14,5
Калорийность, ккал	85,75	102,9

	0,09	0,11
B1, мг	0,127	0,159
B2, мг	0,914	1,09
C, мг	127	151,9
Ca, мг	0,77	0,95
Fe, мг	35,4	44,3
Mg, мг		

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду закладывают подготовленную пшеничную крупу и варят 10-15 минут, помешивая. Затем всыпают подготовленную рисовую крупу и варят 5-10 минут, потом добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, периодически помешивая, до готовности. Горячую кашу отпускают с сахаром и маслом.

Утверждаю
 Директор МОУ СОШ с. Павловка
 Обручева Е.В./
 «01» *сентября* 2023г.

Пюре гороховое с маслом № 8

Наименование блюда: **Пюре гороховое с маслом**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №199

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Могильный М.П. 2011 г.в.**

Рецептура (раскладка продуктов)

на 1 порцию блюда

на 100 порций блюда

Продукт (полуфабрикат)	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18	7-11	12-18
	Брутто, г		Нетто, г		Брутто, кг		Нетто, кг	
Фасоль или горох	51	58,3	50	57,1	5,1	5,83	5,0	5,71
Масса пюре из бобовых	-		100	114,3	-		10,0	11,4
Масло сливочное	5	6	5	6	0,5	0,6	0,5	0,6
Выход	-		105	120			10,5	12,0

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 1 порцию блюда	
	7-11	12-18
Белки, г	9,09	10,38
Жиры, г	4,57	5,22
Углеводы, г	23,35	26,68
Калорийность, ккал	170	194,28
В1, мг	0,33	0,37
В2, мг	0,07	0,08
С, мг	-	-
Са, мг	63,14	72,16
Fe, мг	3,13	3,57
Mg, мг	41,13	47,0

B1, мг	0,09	0,108
B2, мг	0,055	0,066
C, мг	8,25	9,9
Ca, мг	26,7	32,04
Fe, мг	0,88	1,1
Mg, мг	22,7	27,4

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления

Лук мелко шинкуют, морковь нарезают мелкими кубиками и слегка припускают. Картофель нарезают кубиками. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с припущенными овощами. Суп картофельный с перловой крупой можно приготовить с рыбой, головизной рыб семейства осетровых. Обработанную головизну и порции рыбы варят отдельно. При приготовлении супа с рыбой можно использовать масло растительное.

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления

Бобовые варят, сливают отвар и протирают. В полученное пюре добавляют соль и масло сливочное.