

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР
ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО
ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

наименование организации и предприятия

Источник рецептуры Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

92

Технологическая карта № 6,15

Наименование блюда (изделия): **Бефстроганов**

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Полуфабрикат мясной крупнокусковой б/к	0 (г)	47,4	0,0474	
- с 01.01 (3,5%)	49,119	-	0,0474	
- с 01.09 (3,5%)	49,119	-	0,0474	
Масло подсолнечное	4	4	0,004	
Соль йодированная	1,2	1,2	0,0012	
Лук репчатый		14,4	0,0144	
- с 01.01 (16%)	17,143	-	0,0144	
- с 01.09 (16%)	17,143	-	0,0144	
- с 01.10 (16%)	17,143	-	0,0144	
- с 01.11 (16%)	17,143	-	0,0144	
- с 01.12 (16%)	17,143	-	0,0144	
Мука пшеничная в/с	3	3	0,003	
Сметана с массовой долей жира 15 %	12	12	0,012	
Выход готового блюда	-	30/30		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Подготовленное мясо нарезают широкими кусками, отбивают до толщины 5-8 мм и нарезают брусочками длиной 30-40 мм массой по 5-7 г. Полученные кусочки кладут ровным тонким слоем на противень, смазанный маслом и разогретым до температуры 150-180 °С, посыпают солью и тушат, помешивая, в течение 3-4 мин. Из пассерованной без жира муки, сметаны приготавливают соус. В соус кладут пассерованный лук, заливают им тушеное мясо, доводят до кипения и тушат до готовности.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – нарезанное брусочками мясо, тушеное с соусом, сбоку – гарнир.

Цвет – мяса – светло-серый.

Консистенция – мяса – сочная, мягкая, соуса – однородная.

Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	9,65	Витамин Е (мг)	2,03	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	13,45	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1,49
Калорийность (Ккал)	174,66	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	3,71	Кальций (мг)	24,25	Йод (мкг)	
Витамин С (мг)	1,49	Фосфор (мг)	99,09	Витамин А (мг)	12,84
Витамин В1 (мг)	0,04	Магний (мг)	14,27	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)		Калий (мг)			
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



Технологическая карта № 6,17

Наименование блюда (изделия): **Бефстроганов**

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Полуфабрикат мясной крупнокусковой б/к	0 (г)	63,2	0,0632	
- с 01.01 (3,5%)	65,492	-	0,0632	
- с 01.09 (3,5%)	65,492	-	0,0632	
Масло подсолнечное	5,4	5,4	0,0054	
Соль йодированная	1,6	1,6	0,0016	
Лук репчатый	22,857	19,2	0,0192	
Мука пшеничная в/с	4	4	0,004	
Сметана с массовой долей жира 15 %	16	16	0,016	
Выход готового блюда	-	40/40		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Подготовленное мясо нарезают широкими кусками, отбивают до толщины 5-8 мм и нарезают брусочками длиной 30-40 мм массой по 5-7 г. Полученные кусочки кладут ровным тонким слоем на противень, смазанный маслом и разогретым до температуры 150-180 °С, посыпают солью и тушат, помешивая, в течение 3-4 мин. Из пассерованной без жира муки, сметаны приготавливают соус. В соус кладут пассерованный лук, заливают им тушеное мясо, доводят до кипения и тушат до готовности.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – нарезанное брусочками мясо, тушеное с соусом, сбоку – гарнир.

Цвет – мяса – светло-серый.

Консистенция – мяса – сочная, мягкая, соуса – однородная.

Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	12,87	Витамин Е (мг)	2,74	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	18	Витамин Д (мкг)		Железо (мг)	1,99
Калорийность (Ккал)	233,47	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	4,95	Кальций (мг)	32,33	Иод (мкг)	
Витамин С (мг)	1,98	Фосфор (мг)	132,12	Витамин А (мг)	17,12
Витамин В1 (мг)	0,06	Магний (мг)	19,02	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)		Калий (мг)			
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



Технологическая карта № 288,1

Наименование блюда (изделия): Какао на молоке сгущенном

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Какао-порошок	4 (г)	4	0,004	
Молоко цельное сгущенное с сахаром 8,5 % жирности	38,8	38	0,038	
*Вода	179	179	0,179	
Выход готового блюда	-	200		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Какао- порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании выливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – стакан с жидкостью серовато-шоколадного цвета.

Цвет – серовато-шоколадный.

Консистенция – жидкая.

Вкус и запах – сладкий, с выраженным ароматом и привкусом какао и сгущенного молока.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	136,2	Витамин Е (мг)	0,09	Хлориды (мг)	
Белки (г)	3,71	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	0,96
Жиры (г)	3,83	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	21,5	Кальций (мг)	121,78	Йод (мкг)	
Витамин С (мг)	0,38	Фосфор (мг)	109,42	Витамин А (мг)	17,98
Витамин В1 (мг)	0,03	Магний (мг)	29,92	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)		Калий (мг)			
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



Технологическая карта № 594,07

Наименование блюда (изделия): Каша перловая вязкая с маслом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Крупа перловая	33,5	33,3	0,0333	
Соль йодированная	0,8	0,8	0,0008	
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	4	4	0,004	
Выход готового блюда	-	150/4		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Крупы перебирают, промывают и всыпают в подсоленную кипящую воду и варят до готовности. При отпуске поливают растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – зерна крупы целые, хорошо набухшие.

Цвет – сероватый.

Консистенция – вязкая.

Вкус и запах – каши из данного вида крупы, в меру соленый, без признаков затхлости и горечи.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	137,06	Витамин Е (мг)	0,42	Хлориды (мг)	
Белки (г)	3,12	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	0,63
Жиры (г)	3,96	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	22,2	Кальций (мг)	16,69	Йод (мкг)	
Витамин С (мг)		Фосфор (мг)	108,36	Витамин А (мг)	22,36
Витамин В1 (мг)	0,04	Магний (мг)	13,41	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)		Калий (мг)			
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР
ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО
ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

наименование организации и предприятия

Источник рецептуры Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий
общественного питания, Ф.Л.Марчук, Москва, 1996 г.

257

Технологическая карта № 594,04

Наименование блюда (изделия): Каша перловая вязкая с маслом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на порций
Крупа перловая	40	40	0,04	
Соль йодированная	0,9	0,9	0,0009	
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	5	5	0,005	
Выход готового блюда	-	180/5		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Крупы перебирают, промывают и всыпают в подсоленную кипящую воду и варят до готовности. При отпуске поливают растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – зерна крупы целые, хорошо набухшие.

Цвет – сероватый.

Консистенция – вязкая.

Вкус и запах – каши из данного вида крупы, в меру соленый, без признаков затхлости и горечи.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	3,76	Витамин Е (мг)	0,49	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	4,07	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	0,76
Калорийность (Ккал)	159,05	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	26,83	Кальций (мг)	19,71	Йод (мкг)	
Витамин С (мг)		Фосфор (мг)	130,7	Витамин А (мг)	22,5
Витамин В1 (мг)	0,04	Магний (мг)	16,2	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)		Калий (мг)			
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



Источник рецептуры Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий
общественного питания при общеобразовательных школах. В.Т.Лапшина.
Москва, 2004 г.

334

Технологическая карта № 211,22

Наименование блюда (изделия): Макаронные изделия, запеченные с сыром

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Макаронные изделия гр. А	52,5	52,5		
Выход готового полуфабриката				
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	6	6	0,006	
Соль йодированная	0,7	0,7	0,0007	
Сыр полутвердый "Голландский" с массовой долей жира 45%	12,5	11,4	0,0114	
Масло подсолнечное	2,2	2,2	0,0022	
Выход готового блюда	-	150		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Макаронные изделия варят в небольшом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 2,2-3,0 л воды), не откидывая. Отварные макаронные изделия, заправляют маслом сливочным, выкладывают на смазанный маслом растительным разогретый протвень, посыпают тертым сыром и запекают до готовности.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – отварные макаронные изделия легко отделяются друг от друга и сохраняют сфору форму.

Цвет – от белого до светло-кремового.

Консистенция – мягкая, но упругая.

Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	8,82	Витамин Е (мг)	1,86	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	10,26	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	0,95
Калорийность (Ккал)	276,79	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	37,09	Кальций (мг)	127,99	Йод (мкг)	
Витамин С (мг)	0,08	Фосфор (мг)	115,92	Витамин А (мг)	54,13
Витамин В1 (мг)	0,09	Магний (мг)	14,82	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)		Калий (мг)			
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР
ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО
ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

наименование организации и предприятия

Источник рецептуры Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

6

Технологическая карта № 2,1

Наименование блюда (изделия): Салат из белокочанной капусты с морковью

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Капуста белокочанная	84,8	67,8	0,0678	
Морковь		12	0,012	
- с 01.01 (25%)	16	-	0,012	
- с 01.02 (25%)	16	-	0,012	
- с 01.03 (25%)	16	-	0,012	
- с 01.04 (25%)	16	-	0,012	
- с 01.05 (25%)	16	-	0,012	
- с 01.09 (20%)	15	-	0,012	
- с 01.10 (20%)	15	-	0,012	
- с 01.11 (20%)	15	-	0,012	
- с 01.12 (20%)	15	-	0,012	
Сахар-песок	3	3	0,003	
Масло подсолнечное	3	3	0,003	
Соль йодированная	0,6	0,6	0,0006	
Выход готового блюда	-	60		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Овощи хорошо промывают и очищают. Подготовленную капусту шинкуют соломкой, посыпают солью (15 г на 1 кг) и перетирают до выделения сока, после чего его отжимают. Затем добавляют нарезанную соломкой морковь, сахар, масло растительное и перемешивают.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – овощи имеют привлекательный вид, сохраняют форму нарезки, уложены горкой, заправлены.
Цвет – свойственный входящим в блюдо продуктам.
Консистенция – хрустящая, сочная.
Вкус и запах – свойственный входящим в блюдо продуктам в сочетании с растительным маслом.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	1,38	Витамин Е (мг)	1,44	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	3,08	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	0,52
Калорийность (Ккал)	62,12	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	7,01	Кальций (мг)	38,08	Йод (мкг)	
Витамин С (мг)	31,11	Фосфор (мг)	27,68	Витамин А (мг)	242,03
Витамин В1 (мг)	0,03	Магний (мг)	15,54	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)		Калий (мг)			
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



Технологическая карта № 2,1

Наименование блюда (изделия): Салат из белокочанной капусты с морковью

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката	Масса готового продукта	Масса на — порций
Капуста белокочанная	113	90,4	0,0904	
Морковь		16	0,016	
- с 01.01 (25%)	21,3	-	0,016	
- с 01.02 (25%)	21,3	-	0,016	
- с 01.03 (25%)	21,3	-	0,016	
- с 01.04 (25%)	21,3	-	0,016	
- с 01.05 (25%)	21,3	-	0,016	
- с 01.09 (20%)	20	-	0,016	
- с 01.10 (20%)	20	-	0,016	
- с 01.11 (20%)	20	-	0,016	
- с 01.12 (20%)	20	-	0,016	
Сахар-песок	4	4	0,004	
Масло подсолнечное	4	4	0,004	
Соль йодированная	0,8	0,8	0,0008	
Выход готового блюда	-	80		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Овощи хорошо промывают и очищают. Подготовленную капусту шинкуют соломкой, посыпают солью (15 г на 1 кг) и перетирают до выделения сока, после чего его отжимают. Затем добавляют нарезанную соломкой морковь, сахар, масло растительное и перемешивают.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – овощи имеют привлекательный вид, сохраняют форму нарезки, уложены горкой, заправлены.

Цвет – свойственный входящим в блюдо продуктам.

Консистенция – хрустящая, сочная.

Вкус и запах – свойственный входящим в блюдо продуктам в сочетании с растительным маслом.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	1,84	Витамин Е (мг)	1,91	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	4,1	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	0,69
Калорийность (Ккал)	82,83	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	9,34	Кальций (мг)	50,78	Иод (мкг)	
Витамин С (мг)	41,48	Фосфор (мг)	36,9	Витамин А (мг)	322,71
Витамин В1 (мг)	0,04	Магний (мг)	20,72	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)		Калий (мг)			
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР
ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО
ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

наименование организации и предприятия

Источник рецептуры Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 1, Уфа, 2016 г.

68

Технологическая карта № 67,08

Наименование блюда (изделия): Свекольник со сметаной

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабрик ата	Масса готового продукта	Масса на — порций
Свекла	80 (г)	80	0,08	
Картофель		43,1	0,0431	
- с 01.01 (35%)	66,308	-	0,0431	
- с 01.02 (35%)	66,308	-	0,0431	
- с 01.03 (40%)	71,833	-	0,0431	
- с 01.04 (40%)	71,833	-	0,0431	
- с 01.05 (20%)	53,875	-	0,0431	
- с 01.09 (25%)	57,467	-	0,0431	
- с 01.10 (25%)	57,467	-	0,0431	
- с 01.11 (30%)	61,571	-	0,0431	
- с 01.12 (30%)	61,571	-	0,0431	
Морковь		10	0,01	
- с 01.01 (25%)	13,333	-	0,01	
- с 01.02 (25%)	13,333	-	0,01	
- с 01.03 (25%)	13,333	-	0,01	
- с 01.04 (25%)	13,333	-	0,01	
- с 01.05 (25%)	13,333	-	0,01	
- с 01.09 (20%)	12,5	-	0,01	
- с 01.10 (20%)	12,5	-	0,01	
- с 01.11 (20%)	12,5	-	0,01	
- с 01.12 (20%)	12,5	-	0,01	
Лук репчатый	13,214	11,1	0,0111	
Масло подсолнечное	4	4	0,004	
Томат-паста	1,3	1,3	0,0013	
Соль йодированная	1,5	1,5	0,0015	
Сахар-песок	1,6	1,6	0,0016	
Сметана с массовой долей жира 15 %	5	5	0,005	
Выход готового блюда	-	250/5		

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый полукольцами. Морковь и лук пассеруют при температуре 110 °С, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают пассерованные морковь и лук, варят 10 мин. Затем кладут свеклу, пассерованную томат-пасту, варят до готовности. За 5 мин до готовности вводят соль, сахар. Свекольник отпускают со сметаной, прошедшей термическую обработку.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – в жидкой части супа – овощи, сохранившие форму нарезки, сметана.

Цвет – темно-малиновый.

Консистенция – овощи – мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	2,54	Витамин Е (мг)	1,95	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	5,03	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1,75
Калорийность (Ккал)	126,61	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	17,69	Кальций (мг)	50,28	Иод (мкг)	
Витамин С (мг)	18,84	Фосфор (мг)	68,91	Витамин А (мг)	212,14
Витамин В1 (мг)	0,08	Магний (мг)	34,3	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)		Калий (мг)			
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.

