

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

наименование организации и предприятия

Источник рецептуры Картотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях  
системы здравоохранения, II том, М.А. Самсонов, Екатеринбург, 1996 г.

9.111

**Технологическая карта № 42,3**

Наименование блюда (изделия): **Винегрет овощной (с яблоками)**

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката
Картофель		13,3
- с 01.01 (35%)	20,462	-
- с 01.02 (35%)	20,462	-
- с 01.03 (40%)	22,167	-
- с 01.04 (40%)	22,167	-
- с 01.05 (20%)	16,625	-
- с 01.09 (25%)	17,733	-
- с 01.10 (25%)	17,733	-
- с 01.11 (30%)	19	-
- с 01.12 (30%)	19	-
Свекла	16 (г)	16
Морковь		8,5
- с 01.01 (25%)	11,333	-
- с 01.02 (25%)	11,333	-
- с 01.03 (25%)	11,333	-
- с 01.04 (25%)	11,333	-
- с 01.05 (25%)	11,333	-
- с 01.09 (20%)	10,625	-
- с 01.10 (20%)	10,625	-
- с 01.11 (20%)	10,625	-
- с 01.12 (20%)	10,625	-
Горошек зеленый консервированный	11	8
Огурцы консервированные	10,909	6
Яблоки	5,7	5
Лук репчатый	4,762	4
Масло подсолнечное	4	4
Соль йодированная	0,4	0,4
Выход готового блюда	-	60

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

Картофель очищают, промывают, отваривают, охлаждают и мелко нарезают ломтиками или кубиками. Морковь очищают, промывают, нарезают дольками или кубиками, припускают (отваривают) до готовности, охлаждают. Свеклу отваривают в кожуре, затем очищают и нарезают кубиками. Горошек зеленый консервированный прогревают в отваре, охлаждают, отвар сливают. Огурцы консервированные мелко нарезают. Лук репчатый или зеленый нарезают мелко. Яблоки очищают от семенных гнезд и мелко нарезают. Овощи соединяют, солят, заправляют растительным маслом.

**Требования к оформлению и подаче блюд:**

Внешний вид – овощи нарезаны мелкими ломтиками, равномерно перемешаны и заправлены растительным маслом.  
Цвет – свойственный входящим в блюдо продуктам.  
Консистенция – хрустящая, сочная, упругая.  
Вкус и запах – свойственный входящим в блюдо продуктам в сочетании с растительным маслом.

**Информация о пищевой ценности**

Белки (г)	0,99	Витамин Е (мг)	1,86	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	4,12	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	0,65
Калорийность (Ккал)	63,87	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	5,6	Кальций (мг)	16,04	Иод (мкг)	2
Витамин С (мг)	6,69	Фосфор (мг)	26,3	Витамин А (мкг)	175,27
Витамин В1 (мг)	0,04	Магний (мг)	13,43	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,03	Калий (мг)		Селен (мкг)	0,34
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



Источник рецептуры Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для  
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 2, Уфа, 2016 г.

176

### Технологическая карта № 470,5

Наименование блюда (изделия): Каша пшеница рассыпчатая с маслом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката
Крупа пшено шлифованное	52	52
Соль йодированная	0,7	0,7
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	3	3
Выход готового блюда	-	130/3

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

Крупы перебирают, моют и всыпают в подсоленную воду, доводят до кипения, закрывают крышкой. При отпуске поливают растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом.

#### Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются.

Цвет – желтоватый.

Консистенция – рассыпчатая, мягкая, однородная.

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

#### Информация о пищевой ценности

Белки (г)	6	Витамин Е (мг)	0,19	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	3,89	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1,43
Калорийность (Ккал)	197,67	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	34,62	Кальций (мг)	17,34	Йод (мкг)	2
Витамин С (мг)		Фосфор (мг)	122,06	Витамин А (мкг)	15,06
Витамин В1 (мг)	0,22	Магний (мг)	43,31	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,02	Калий (мг)		Селен (мкг)	1,4
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



### Технологическая карта № 543,03

Наименование блюда (изделия): Пицца "Детская"

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката
Мука пшеничная в/с	28,9	28,9
Сахар-песок	1,5	1,5
Масло подсолнечное	1,3	1,3
Яйцо куриное пищевое столовое 1 категории	0,028 (шт54)	1,5012
Соль йодированная	0,5	0,5
Дрожжи сухие	0,2 (г)	0,2
*Вода	11,6	11,6
Полуфабрикат мясной крупнукусковой б/к	37,8 (г)	36,5
Томат-паста	3	3
Сыр полутвердый "Голландский" с массовой долей жира 45%	10,6	9,8
Масло подсолнечное	0,4	0,4
Выход готового блюда	-	75

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

Из дрожжевого теста, формуют шарики, которые раскатывают до толщины 0,3-0,5 см, укладывают на лист или противень, смазанный маслом растительным. Дают расстойку 30 мин, делают углубление, смазывают томатной пастой и заполняют отварным мясом, пропущенным через мясорубку, посыпают тертым сыром и выпекают при температуре 200-220 °С в течение 13-20 мин.

**Требования к оформлению и подаче блюд:**

Внешний вид – пицца круглой формы, поверхность блестящая, продукты равномерно распределены.

Цвет – от желтого до светло-коричневого.

Консистенция – мягкая, пышная.

Вкус и запах – выпеченного изделия, без запаха перекисшего теста.

**Информация о пищевой ценности**

Белки (г)	12,85	Витамин Е (мг)	1,41	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	10,7	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1,53
Калорийность (Ккал)	237,3	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	22,3	Кальций (мг)	109,85	Йод (мкг)	3
Витамин С (мг)	1,42	Фосфор (мг)	157,23	Витамин А (мкг)	36,23
Витамин В1 (мг)	0,08	Магний (мг)	19,94	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,12	Калий (мг)		Селен (мкг)	2,04
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 при общеобразовательных школах В.Т.Лапшина,  
Москва, 2004 г.

224

**Технологическая карта № 150,05**

Наименование блюда (изделия): Рагу из овощей 180 ед.

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката
Картофель		80,6
- с 01.01 (35%)	124	-
- с 01.02 (35%)	124	-
- с 01.03 (40%)	134,3	-
- с 01.04 (40%)	134,3	-
- с 01.05 (20%)	100,8	-
- с 01.09 (25%)	107,5	-
- с 01.10 (25%)	107,5	-
- с 01.11 (30%)	115,1	-
- с 01.12 (30%)	115,1	-
Морковь		23,5
- с 01.01 (25%)	31,3	-
- с 01.02 (25%)	31,3	-
- с 01.03 (25%)	31,3	-
- с 01.04 (25%)	31,3	-
- с 01.05 (25%)	31,3	-
- с 01.09 (20%)	29,4	-
- с 01.10 (20%)	29,4	-
- с 01.11 (20%)	29,4	-
- с 01.12 (20%)	29,4	-
Лук репчатый	9,7	8,3
Капуста белокочанная	41,4	33,1
Масло подсолнечное	7,2	7,2
Соль йодированная	2,2	2,2
Мука пшеничная в/с	2,5	2,5
Томат-паста	5,5	5,5
*Вода	49,2	49,2
Выход готового блюда	-	180

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

Нарезанные кубиками картофель – тушат, морковь и лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом томатным и тушат 10-15 мин. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут соль. Для приготовления соуса просеянную муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70 °С вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду. Мелко нарезанные морковь, лук репчатый пассеруют на растительном масле, добавляют томат-пасту, продолжают пассерование еще 15-20 мин, затем соединяют с пассерованной мукой и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

**Требования к оформлению и подаче блюд:**

Внешний вид – овощи в томатном соусе, сохранившие форму нарезки.

Цвет – светло-оранжевый.

Консистенция – мягкая, сочная.

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

**Информация о пищевой ценности**

Белки (г)	3,16	Витамин Е (мг)	3,47	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	7,62	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1,38
Калорийность (Ккал)	161,65	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	19,79	Кальций (мг)	42,51	Йод (мкг)	7
Витамин С (мг)	35,5	Фосфор (мг)	75,97	Витамин А (мкг)	489,91
Витамин В1 (мг)	0,14	Магний (мг)	37,56	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,1	Калий (мг)		Селен (мкг)	0,67
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



### Технологическая карта № 66

Наименование блюда (изделия): Суп-лапша домашняя

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката
Морковь		10
- с 01.01 (25%)	13,333	-
- с 01.02 (25%)	13,333	-
- с 01.03 (25%)	13,333	-
- с 01.04 (25%)	13,333	-
- с 01.05 (25%)	13,333	-
- с 01.09 (20%)	12,5	-
- с 01.10 (20%)	12,5	-
- с 01.11 (20%)	12,5	-
- с 01.12 (20%)	12,5	-
Лук репчатый	11,905	10
Масло подсолнечное	5	5
*Вода	240	240
Мука пшеничная в/с	18,7	18,7
Соль йодированная	1	1
Яйцо куриное пищевое столовое 1 категории	0,093 (шт54)	5,000022
Выход готового блюда	-	250

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

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: коренья – брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют. В бульон добавляют пассерованные овощи и варят суп до готовности. Лапша домашняя: в холодную воду вводят сырые яйца, соль перемешивают. Добавляют муку не ниже 1 сорта и замешивают крутое тесто, которое выдерживают 20-30 минут для того, чтобы оно лучше раскатывалось. Куски готового теста кладут на стол, посыпают мукой, и раскатывают в пласт толщиной 1-1,5 мм, затем нарезают полоски шириной 35-45 мм, которые режут поперек полоски шириной 3-4 мм и подсушивают 2-3 часа. Лапшу домашнюю просеивают от муки, засыпают в кипящую воду на 1-2 мин, откидывают, дают стечь воде и закладывают в суп за 10-12 минут до его готовности.

#### Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – в жидкой части супа – лапша, сохранившая форму.  
Цвет – золотистый, жира на поверхности-светло-оранжевый.  
Консистенция – овощи – мягкие, лапша – хорошо набухшая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.  
Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

#### Информация о пищевой ценности

Белки (г)	2,92	Витамин Е (мг)	2,55	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	5,84	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	0,53
Калорийность (Ккал)	122,86	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	14,62	Кальций (мг)	15,6	Йод (мкг)	2
Витамин С (мг)	1,5	Фосфор (мг)	31,28	Витамин А (мкг)	213
Витамин В1 (мг)	0,05	Магний (мг)	9,01	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,04	Калий (мг)		Селен (мкг)	1,6
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.



### Технологическая карта № 469

Наименование блюда (изделия): Фрикадельки мясные

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката
Полуфабрикат мясной крупнокусковой б/к	43,005 (г)	41,5
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	8,7	8,7
Молоко питьевое пастеризованное 3,2 % жирности, фасованное	12 (г)	12
Лук репчатый	5,2	4,4
Соль йодированная	0,6	0,6
Мука пшеничная в/с	5,5	5,5
Масло подсолнечное	2,1	2,1
Выход готового блюда	-	60

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

Подготовленные говядину, репчатый лук нарезают, пропускают через мясорубку. Измельченное на мясорубке мясо и лук репчатый соединяют с черствым пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно замоченным в молоке, перемешивают и пропускают через мясорубку. После повторного пропускания в котлетную массу добавляют соль, еще раз перемешивают, отбивают. Из котлетной массы формируют изделия в виде шариков, затем панируют в муке, кладут на смазанный маслом растительным разогретый противень, запекают при температуре 250-280 ° 20-30 мин, затем заливают соусом и тушат 10-15 мин до готовности. Отпускают фрикадельки с соусом, в котором они тушились и гарнируют.

#### Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – фрикадельки в виде шариков с равномерной без трещин корочкой, пропитаны соусом.

Цвет – фрикаделек – коричневый.

Консистенция – фрикаделек – в меру плотная, сочная.

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

#### Информация о пищевой ценности

Белки (г)	9,38	Витамин Е (мг)	1,27	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	9,27	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1,35
Калорийность (Ккал)	157,17	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	9,05	Кальций (мг)	24,44	Йод (мкг)	3
Витамин С (мг)	0,6	Фосфор (мг)	99,25	Витамин А (мкг)	2,64
Витамин В1 (мг)	0,05	Магний (мг)	13,66	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,09	Калий (мг)		Селен (мкг)	0,14
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.

224

### Технологическая карта № 224

Наименование блюда (изделия): Рагу из овощей

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката
Картофель		67,2
- с 01.01 (35%)	103,4	-
- с 01.02 (35%)	103,4	-
- с 01.03 (40%)	112	-
- с 01.04 (40%)	112	-
- с 01.05 (20%)	84	-
- с 01.09 (25%)	89,6	-
- с 01.10 (25%)	89,6	-
- с 01.11 (30%)	96	-
- с 01.12 (30%)	96	-
Морковь		19,5
- с 01.01 (25%)	26	-
- с 01.02 (25%)	26	-
- с 01.03 (25%)	26	-
- с 01.04 (25%)	26	-
- с 01.05 (25%)	26	-
- с 01.09 (20%)	24,4	-
- с 01.10 (20%)	24,4	-
- с 01.11 (20%)	24,4	-
- с 01.12 (20%)	24,4	-
Лук репчатый	8,2	6,9
Капуста белокочанная	34,5	27,6
Масло подсолнечное	6	6
Соль йодированная	2	2
Мука пшеничная в/с	2,1	2,1
Томат-паста	4,6	4,6
*Вода	41	41
Выход готового блюда	-	150

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

Нарезанные кубиками картофель – тушат, морковь и лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом томатным и тушат 10-15 мин. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут соль. Для приготовления соуса просеянную муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70 °С вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду. Мелко нарезанные морковь, лук репчатый пассеруют на растительном масле, добавляют томат-пасту, продолжают пассерование еще 15-20 мин, затем соединяют с пассерованной мукой и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

#### Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – овощи в томатном соусе, сохранившие форму нарезки.

Цвет – светло-оранжевый.

Консистенция – мягкая, сочная.

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

#### Информация о пищевой ценности

Белки (г)	2,64	Витамин Е (мг)	2,89	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	6,35	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1,15
Калорийность (Ккал)	134,77	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	16,5	Кальций (мг)	36,93	Иод (мкг)	6
Витамин С (мг)	29,6	Фосфор (мг)	63,31	Витамин А (мкг)	406,64
Витамин В1 (мг)	0,11	Магний (мг)	31,32	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,08	Калий (мг)		Селен (мкг)	0,56
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 при общеобразовательных школах, В.Т.Лапшина,  
Москва, 2004 г.

224

**Технологическая карта № 224,01**

Наименование блюда (изделия): Рагу из овощей

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката
Картофель		71,7
- с 01.01 (35%)	110,3	-
- с 01.02 (35%)	110,3	-
- с 01.03 (40%)	119,5	-
- с 01.04 (40%)	119,5	-
- с 01.05 (20%)	89,6	-
- с 01.09 (25%)	95,6	-
- с 01.10 (25%)	95,6	-
- с 01.11 (30%)	102,4	-
- с 01.12 (30%)	102,4	-
Морковь		20,8
- с 01.01 (25%)	27,7	-
- с 01.02 (25%)	27,7	-
- с 01.03 (25%)	27,7	-
- с 01.04 (25%)	27,7	-
- с 01.05 (25%)	27,7	-
- с 01.09 (20%)	26	-
- с 01.10 (20%)	26	-
- с 01.11 (20%)	26	-
- с 01.12 (20%)	26	-
Лук репчатый	8,8	7,4
Капуста белокочанная	36,8	29,4
Масло подсолнечное	6,4	6,4
Соль йодированная	2,1	2,1
Мука пшеничная в/с	2,2	2,2
Томат-паста	4,9	4,9
*Вода	43,7	43,7
Выход готового блюда	-	160

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

Нарезанные кубиками картофель – тушат, морковь и лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом томатным и тушат 10-15 мин. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут соль. Для приготовления соуса просеянную муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70 °С вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду. Мелко нарезанные морковь, лук репчатый пассеруют на растительном масле, добавляют томат-пасту, продолжают пассерование еще 15-20 мин, затем соединяют с пассерованной мукой и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

**Требования к оформлению и подаче блюд:**

Внешний вид – овощи в томатном соусе, сохранившие форму нарезки.  
Цвет – светло-оранжевый.  
Консистенция – мягкая, сочная.  
Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

**Информация о пищевой ценности**

Белки (г)	2,81	Витамин Е (мг)	3,08	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	6,77	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	1,23
Калорийность (Ккал)	143,64	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	17,58	Кальций (мг)	38,3	Иод (мкг)	6
Витамин С (мг)	31,56	Фосфор (мг)	67,49	Витамин А (мкг)	433,73
Витамин В1 (мг)	0,12	Магний (мг)	33,4	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,09	Калий (мг)		Селен (мкг)	0,6
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.





### Технологическая карта № 470,51

Наименование блюда (изделия): Каша пшеница рассыпчатая с маслом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто	Масса нетто или полуфабри ката
Крупа пшено шлифованное	80	80
Соль йодированная	1	1
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	10	10
Выход готового блюда	-	200/10

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

Крупы перебирают, моют и всыпают в подсоленную воду, доводят до кипения, закрывают крышкой. При отпуске поливают растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом.

**Требования к оформлению и подаче блюд:**

Внешний вид – зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются.

Цвет – желтоватый.

Консистенция – рассыпчатая, мягкая, однородная.

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

**Информация о пищевой ценности**

Белки (г)	9,28	Витамин Е (мг)	0,34	Хлориды (мг)	
Жиры (г)	9,89	Витамин D (мкг)		Железо (мг)	2,21
Калорийность (Ккал)	339,7	Витамин К (мкг)		Цинк (мг)	
Углеводы (г)	53,33	Кальций (мг)	27,68	Йод (мкг)	4
Витамин С (мг)		Фосфор (мг)	189,4	Витамин А (мкг)	47,4
Витамин В1 (мг)	0,34	Магний (мг)	66,62	Фенилаланин (мг)	
Витамин В2 (мг)	0,04	Калий (мг)		Селен (мкг)	2,16
Витамин В6 (мг)		Натрий (мг)			

Технолог

Асманова Л.Ф.

Утверждаю: Зав. производством

Богданова Л.Н.

