

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картоф. с фасолью

Номер рецептуры: 162

Наименование сборника рецептов: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	I порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Картофель 2014	80,000000	60,000000	8,000000	6,000000
Лук репчатый 2014	14,000000	12,000000	1,400000	1,200000
Морковь свежая 2014	15,000000	12,000000	1,500000	1,200000
Масло сливочное 2014	7,000000	7,000000	0,700000	0,700000
Соль йодированная 2014	2,000000	2,000000	0,200000	0,200000
Лавровый лист 2014	0,100000	0,100000	0,010000	0,010000
Петрушка свежая 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
Консервы Говядина 2014	17,500000	17,500000	1,750000	1,750000
Фасоль крупа 2014	21,417000	21,000000	2,141700	2,100000
<b>Выход:</b>		<b>316,000000</b>		<b>31,600000</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	9,596	Ca (мг):	67 355,50
Жиры (г):	8,853	Mд (мг):	54 434,51
Углеводы (г):	25,643	Fe (мг):	2 749,603
Эн. ценность (ккал):	222,653	C (мг):	22 650,00

**Технология приготовления:**

Картофель нарезать крупными кубиками (2 \* 2 см), морковь мелкими кубиками (1 \* 1) см, лук мелко рубить. Фасоль подготовить, затем положить в холодный бульон или воду, довести до кипения. Добавить картофель, пассерованные морковь и лук и варить до готовности. За 5 - 10 мин до конца варки ввести соль и специи. За 1 - 2 мин до окончания варки добавляют тушеную говядину, мелко рубленную зелень.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Щи из свежей капусты с картофелем

Номер рецептуры: 145

Наименование сборника рецептов: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Капуста белокачанная 2014	75,000000	60,000000	7,500000	6,000000
Картофель 2014	48,000000	36,000000	4,800000	3,600000
Морковь свежая 2014	15,000000	12,000000	1,500000	1,200000
Лук репчатый 2014	14,400000	12,000000	1,440000	1,200000
Масло подсолнечное 2014	3,000000	3,000000	0,300000	0,300000
Соль йодированная 2014	3,000000	3,000000	0,300000	0,300000
Петрушка свежая 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
Лавровый лист 2014	0,100000	0,100000	0,010000	0,010000
Томатная паста 2014	3,000000	3,000000	0,300000	0,300000
Чеснок свежий 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
<b>Выход:</b>		300,000000		30,000000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,157	Ca (мг):	73 704,00
Жиры (г):	3,335	Mд (мг):	36 366,00
Углеводы (г):	15,260	Fe (мг):	1 360,20
Эн. ценность (ккал):	105,084	C (мг):	51 690,00

**Технология приготовления:**

В кипящий бульон или воду заложить подготовленную капусту нарезанную шашками, довести до кипения. Ввести картофель, нарезанный дольками. Добавить пассерованные шинкованные тонкой соломкой морковь, лук и варить до готовности. За 5 - 10 мин до окончания варки добавить пассерованное томатное пюре. Одновременно со специями в щи можно положить чеснок.

При приготовлении щей из ранней капусты её заложить после картофеля, отваренного до полуготовности.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп лапша - домашняя

Номер рецептуры: 170

Наименование сборника рецептур: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Морковь свежая 2014	15,000000	12,000000	1,500000	1,200000
Лук репчатый 2014	14,000000	12,000000	1,400000	1,200000
Масло сливочное 2014	6,000000	6,000000	0,600000	0,600000
Мука пшеничная 2014	22,000000	22,000000	2,200000	2,200000
Яйцо 2014	150,000000	6,000000	15,000000	0,600000
Соль йодированная 2014	2,000000	2,000000	0,200000	0,200000
Лавровый лист 2014	0,100000	0,100000	0,010000	0,010000
Петрушка свежая 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
<b>Выход:</b>		300,000000		30,000000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	3,584	Ca (мг):	27 920,00,000
Жиры (г):	5,370	Mд (мг):	12 620,00,001
Углеводы (г):	17,462	Fe (мг):	702,00,001
Эн. ценность (ккал):	132,660	C (мг):	4 800,00,001

Технология приготовления:

Лапша домашняя: в холодную воду вводят сырые яйца, соль, перемешивают, добавляют муку и замешивают крутое тесто, которое выдерживают 20 - 30 мин для того, чтобы оно лучше раскатывалось. Куски готового теста кладут на стол, посыпают мукой, и раскатывают в пласт толщиной 1 - 1,5 мм. Пересыпанные мукой пласты складывают один на другой, нарезают на полоски 35 - 45 мм которые в свою очередь, режут поперёк полосками шириной 3 - 4 мм или соломкой.

Лапшу раскладывают на посыпанные мукой столы слоем не более 10 мм и подсушивают 2 - 3 ч при температуре 40 - 50 градусов.

в кипящий соленый бульон или воду положить пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук и варить с момента закипания 5-7 мин, после чего добавить подготовленную домашнюю лапшу и варить до готовности (10 - 15 мин).

Рекомендуется суп подать с зеленью.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Жаркое по - домашнему

Номер рецептуры: 442

Наименование сборника рецептов: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова. М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Мясо т/б говядина 2014	79,000000	79,000000	7,900000	7,900000
Картофель 2014	267,000000	200,000000	26,700000	20,000000
Лук репчатый 2014	24,000000	20,000000	2,400000	2,000000
Масло сливочное 2014	12,000000	12,000000	1,200000	1,200000
Томатная паста 2014	7,000000	7,000000	0,700000	0,700000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
Чеснок свежий 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
Петрушка свежая 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
Выход:		300,000000		30,000000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	21,108	Са (мг):	61 960,00
Жиры (г):	22,483	Мд (мг):	89 320,00
Углеводы (г):	48,100	Fe (мг):	5 044,00
Эн. ценность (ккал):	480,050	С (мг):	63 750,00

**Технология приготовления:**

Мясо нарезать по 2 - 4 куска на порцию массой по 30 - 40 г, картофель и лук - дольками, затем мясо и овощи обжарить по отдельности до румяной корочки.

Обжаренное мясо и овощи уложить слоями, добавить томатное пюре, соль, перец чёрный молотый и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрыть крышкой и тушить до готовности. За 5 - 10 мин до окончания тушения ввести лавровый лист, чеснок. При подаче рекомендуется посыпать мелко рубленной зеленью.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлета рубленая из птицы

Номер рецептуры: 499

Наименование сборника рецептур: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Мясо птицы 2014	118,000000	58,000000	11,800000	5,800000
Хлеб "Полезный" 2014	14,000000	14,000000	1,400000	1,400000
Сухари панированные 2014	8,000000	8,000000	0,800000	0,800000
Масло подсолнечное 2014	3,000000	3,000000	0,300000	0,300000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
<b>Выход:</b>		75,000000		7,500000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	23,478	Ca (мг):	28 260,000
Жиры (г):	24,961	Mд (мг):	29 840,000
Углеводы (г):	12,162	Fe (мг):	2 461,000
Эн. ценность (ккал):	367,110	C (мг):	2 124,000

**Технология приготовления:**

Бескостное мясо. (филе) птицы нарезать на кусочки и пропустить через мясорубку вместе с внутренним жиром. Измельчённое мясо соединить с замоченным в молоке или воде и отжатым хлебом, ввести соль, перец чёрный молотый, массу хорошо перемешать, пропустить через мясорубку и выбить. Готовую котлетную массу напорционировать в просеянных сухарях. Сформовать котлеты, которые затем обжарить с обеих сторон и довести до готовности в жарочном шкафу при температуре 200 - 250 градусов.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Запеканка картофельная с печенью

Номер рецептуры: 480

Наименование сборника рецептов: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Печень говяжья 2014	89,000000	74,000000	8,900000	7,400000
Картофель 2014	309,000000	232,000000	30,900000	23,200000
Лук репчатый 2014	21,000000	18,000000	2,100000	1,800000
Масло сливочное 2014	6,000000	6,000000	0,600000	0,600000
Масло подсолнечное 2014	4,000000	4,000000	0,400000	0,400000
Сухари панировочные 2014	5,000000	5,000000	0,500000	0,500000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
Выход:		243,000000		24,300000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	23,013	Ca (мг):	52 090,00
Жиры (г):	12,987	Mд (мг):	92 600,00
Углеводы (г):	60,259	Fe (мг):	9 296,00
Эн. ценность (ккал):	451,690	C (мг):	93 270,00

Технология приготовления:

Печень промывают в холодной воде и снимают плёнку. Печень обжарить. Готовые продукты пропускаю через мясорубку с мелкой насадкой, добавить пассерованный лук, перец чёрный молотый, соль Протёртый картофель разделить на две равные части. Одну часть уложить на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень, разровнять. Сверху уложить фарш, а на него оставшуюся часть картофеля. После разравнивания изделие посыпать сухарями, сбрызнуть растопленным жиром и запекать. При отпуске запеканку нарезать по одному куску на порцию, полить жиром или соусом или сметаной.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба тушеная с овощами

Номер рецептуры: 340

Наименование сборника рецептов: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Годунова  
М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Путассу потрошенный 2014	122,000000	122,000000	12,200000	12,200000
Морковь свежая 2014	23,000000	18,000000	2,300000	1,800000
Лук репчатый 2014	10,000000	8,000000	1,000000	0,800000
Томатная паста 2014	4,000000	4,000000	0,400000	0,400000
Масло подсолнечное 2014	6,000000	6,000000	0,600000	0,600000
Сахар 2014	2,000000	2,000000	0,200000	0,200000
Соль йодированная 2014	2,000000	2,000000	0,200000	0,200000
Лавровый лист 2014	0,100000	0,100000	0,010000	0,010000
<b>Выход:</b>		150,000000		15,000000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	0,631	Ca (мг):	17 530,00
Жиры (г):	6,037	Mд (мг):	12 580,00
Углеводы (г):	5,163	Fe (мг):	397,00
Эн. ценность (ккал):	78,150	C (мг):	3 950,00

**Технология приготовления:**

Порционные куски рыбы нарезать из филе с кожей и реберными костями, уложить в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, залить водой, добавит масло растительное, томатное пюре, сахар, соль, посуду закрыть крышкой и тушить до готовности (45 - 60 мин); за 5 - 7 мин до окончания тушения добавить перец и лавровый лист. При отпуске рыбу полить соусом с овощами, в котором она тушилась.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Тефтели из говядины с соусом

Номер рецептуры: 472

Наименование сборника рецептур: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Годунова  
М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Мясо т/б говядина 2014	76,000000	76,000000	7,600000	7,600000
Рис 2014	22,000000	22,000000	2,200000	2,200000
Лук репчатый 2014	30,000000	25,000000	3,000000	2,500000
Мука пшеничная 2014	11,000000	11,000000	1,100000	1,100000
Масло подсолнечное 2014	11,000000	11,000000	1,100000	1,100000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	
Томатная паста 2014	3,000000	3,000000	0,300000	0,300000
Морковь свежая 2014	5,000000	4,000000	0,500000	0,400000
<b>Выход:</b>		165,000000		16,500000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	17,493	Са (мг):	25 510,00
Жиры (г):	23,577	Мд (мг):	37 300,00
Углеводы (г):	27,344	Fe (мг):	2 777,00
Эн. ценность (ккал):	391,680	С (мг):	4 600,00

**Технология приготовления:**

Мясо зачистить от сухожилий и грубой соединительной ткани, тщательно промыть холодной водой. Измельчить на мясорубке.

В мясной фарш без хлеба добавить соль, перец чёрный молотый, мелко нарезанный пассерованный лук, отварной рассыпчатый рис. Массу тщательно вымешать и сформировать тефтели в виде шариков, запанировать в муке, обжарить, уложить в неглубокую посуду в 1 - 2 ряда, залить соусом с добавлением воды (10 - 12 г на порцию) и тушить 5 - 10 мин.

Приготовление соуса: нарезанные лук, морковь пассеруют с жиром, добавляют томатное пюре и продолжают пассеровать ещё 10 - 15 мин.

Просеянную пшеничную муку пассеруют при температуре 150 - 160 градусов, периодически помешивая до приобретения светло - коричневого цвета.

Охлаждённую до 70 - 80 градусов мучную пассеровку разводят тёплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящий коричневый бульон, затем добавляют пассерованные с томатным пюре овощи и при слабом кипении варят 45 - 60 мин. В конце варки добавляют соль, сахар лавровый лист. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

При отпуске тефтели гарнировать и полить соусом, в котором они тушились.



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из квашеной капусты

Номер рецептуры: 62

Наименование сборника рецептур: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Лук репчатый 2014	6,000000	5,000000	0,600000	0,500000
Сахар 2014	2,000000	2,000000	0,200000	0,200000
Масло подсолнечное 2014	2,500000	2,500000	0,250000	0,250000
Капуста квашеная 2014	56,122000	40,000000	5,612200	4,000000
<b>Выход:</b>		50,000000		5,000000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	1,094	Ca (мг):	28 858,560
Жиры (г):	2,566	Mд (мг):	9 819,520
Углеводы (г):	4,172	Fe (мг):	390,732
Эн. ценность (ккал):	45,823	C (мг):	17 436,600

**Технология приготовления:**

Квашеную капусту перебрать, крупные части измельчить. Ввести шинкованный мелким кубиком или соломкой лук, соль, сахар и заправить растительным маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Печень, тушенная в соусе

Номер рецептуры: 444

Наименование сборника рецептов: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Печень говяжья 2014	85,000000	70,000000	8,500000	7,000000
Мука пшеничная 2014	3,000000	3,000000	0,300000	0,300000
Масло подсолнечное 2014	4,000000	4,000000	0,400000	0,400000
Томатная паста 2014	3,000000	3,000000	0,300000	0,300000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
Лавровый лист 2014	0,100000	0,100000	0,010000	0,010000
<b>Выход:</b>		<b>100,000000</b>		<b>10,000000</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	15,683	Са (мг):	12,000
Жиры (г):	7,180	Мд (мг):	8,000
Углеводы (г):	7,172	Fe (мг):	4,000
Эн. ценность (ккал):	156,990	С (мг):	12,700

Технология приготовления:

Печень нарезают на порционные куски, посыпают солью, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон до полуготовности (5 - 10 мин). Затем печень заливают соусом и тушат в течение 15 - 20 мин без крышки. Подать с гарниром.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №\_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Макаронные изделия тотварные

Номер рецептуры: 299/519

Наименование сборника рецептур: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е. Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Макаронные изделия 2014	68,000000	68,000000	6,800000	6,800000
Масло сливочное 2014	7,000000	7,000000	0,700000	0,700000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
Выход:		200,000000		20.000000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	7,536	Са (мг):	18 280,00
Жиры (г):	5,959	Мд (мг):	11 100,00
Углеводы (г):	48,031	Fe (мг):	1 131,00
Эн. ценность (ккал):	276,110	С (мг):	

**Технология приготовления:**

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 минут, лапшу 20-25 минут, вермишель 10-12 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом (1/3 - 1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью сливочного масла заправляют непосредственно перед отпуском. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Борщ "Сибирский"

Номер рецептуры: 137

Наименование сборника рецептур: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова  
М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Мясо т/б говядина 2014	40,000000	40,000000	4,000000	4,000000
Масло сливочное 2014	6,000000	6,000000	0,600000	0,600000
Сахар 2014	3,000000	3,000000	0,300000	0,300000
Фасоль крупа 2014	12,000000	12,000000	1,200000	1,200000
Яйцо 2014	75,000000	3,000000	7,500000	0,300000
Петрушка свежая 2014	3,000000	3,000000	0,300000	0,300000
Капуста белокачанная 2014	30,000000	24,000000	3,000000	2,400000
Картофель 2014	16,000000	12,000000	1,600000	1,200000
Лук репчатый 2014	18,000000	16,000000	1,800000	1,600000
Морковь свежая 2014	15,000000	12,000000	1,500000	1,200000
Томатная паста 2014	5,000000	5,000000	0,500000	0,500000
Соль йодированная 2014	2,000000	2,000000	0,200000	0,200000
Лавровый лист 2014	0,100000	0,100000	0,010000	0,010000
Свекла столовая 2014	60,000000	48,000000	6,000000	4,800000
Чеснок свежий 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
<b>Выход:</b>		335,000000		33,500000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	12,642	Ca (мг):	82 770,00
Жиры (г):	11,521	Mд (мг):	51 570,00
Углеводы (г):	19,957	Fe (мг):	3 280,00
Эн. ценность (ккал):	235,730	C (мг):	27 150,00

**Технология приготовления:**

Фрикадельки: мясо пропустить через мясорубку 2 - 3 раза, соединить с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, чёрным молотым перцем, солью и хорошо размешать. Сформован: шарики массой 8 - 10 г. Фрикадельки припустить отдельно в кипящем солёном бульоне до готовности и положить в борщ при отпуске.

Борщ готовят с добавлением картофеля. Фасоль вымыть, залить холодной водой (кипяченой) на 10 часов, затем воду слить, снова промыть, залить водой в объеме размокшей фасоли. Варить без соль при закрытой крышке до размягчения. В кипящий бульон закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения. Добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут. Кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу. Фасоль кладут в борщ за 5-10 минут до окончания его варки.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с рисом

Номер рецептуры: 160

Наименование сборника рецептов: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Картофель 2014	100,000000	75,000000	10,000000	7,500000
Рис 2014	10,000000	10,000000	1,000000	1,000000
Морковь свежая 2014	13,000000	10,000000	1,300000	1,000000
Лук репчатый 2014	12,000000	10,000000	1,200000	1,000000
Масло сливочное 2014	3,000000	3,000000	0,300000	0,300000
Соль йодированная 2014	2,000000	2,000000	0,200000	0,200000
Петрушка свежая 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
Мясо т/б говядина 2014	40,000000	25,000000	4,000000	2,500000
<b>Выход:</b>		<b>275,000000</b>		<b>27,500000</b>

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Белки (г):	10,612 Са (мг):	37,000
Жиры (г):	9,124 Мд (мг):	46,470
Углеводы (г):	25,848 Fe (мг):	2,400
Эн. ценность (ккал):	228,270 С (мг):	26,000

**Технология приготовления:**

Лук и морковь нарезать мелким кубиком (0,5\*0,5 см) и пассеровать. Картофель, петрушку нарезать средним кубиком (1\*1 см).

В кипящий бульон или воду положить подготовленный картофель, пассерованные овощи и варить до готовности. За 5 -10 мин до окончания варки положить соль. Подготовленную крупу рисовую положить в бульон или воду одновременно с пассерованными овощами. Посыпать зеленью.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с горохом

Номер рецептуры: 162

Наименование сборника рецептов: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Картофель 2'014	80,000000	60,000000	8,000000	6,000000
Горох 2014	24,000000	24,000000	2,400000	2,400000
Лук репчатый 2014	14,000000	12,000000	1,400000	1,200000
Морковь свежая 2014	15,000000	12,000000	1,500000	1,200000
Масло сливочное 2014	7,000000	7,000000	0,700000	0,700000
Соль йодированная 2014	2,000000	2,000000	0,200000	0,200000
Петрушка свежая 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
<b>Выход:</b>		<b>300,000000</b>		<b>30,000000</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	7,678	Са (мг):	54,000
Жиры (г):	5,834	Мд (мг):	50,000
Углеводы (г):	27,086	Fe (мг):	2,700
Эн. ценность (ккал):	192,090	С (мг):	12,000

Технология приготовления:

Картофель нарезать крупными кубиками (2 \* 2 см), морковь мелкими кубиками ( 1 \* 1 ) см, лук мелко рубить.

Горох подготовить, затем положить в холодный бульон или воду, довести до кипения. Добавить картофель, пассерованные морковь и лук и варить до готовности. За 5 - 10 мин до конца варки ввести соль и специи. За 1 - 2 мин до окончания варки добавляют мелко рубленную зелень.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рассольник ленинградский со сметаной

Номер рецептуры: 154

Наименование сборника рецептов: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Картофель 2014	120,000000	90,000000	12,000000	9,000000
Крупа перловая 2014	6,000000	6,000000	0,600000	0,600000
Морковь свежая 2014	15,000000	12,000000	1,500000	1,200000
Лук репчатый 2014	7,000000	6,000000	0,700000	0,600000
Огурцы квашеные 2014	20,000000	18,000000	2,000000	1,800000
Масло сливочное 2014	6,000000	6,000000	0,600000	0,600000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
Томатная паста 2014	5,000000	5,000000	0,500000	0,500000
Сметана 2014	10,000000	10,000000	1,000000	1,000000
Лавровый лист 2014	0,100000	0,100000	0,010000	0,010000
Укроп свежий 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
Чеснок свежий 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
<b>Выход:</b>		<b>310,000000</b>		<b>31,000000</b>

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Белки (г):	4,219	Ca (мг):	5,200
Жиры (г):	6,975	Mд (мг):	46,000
Углеводы (г):	27,977	Fe (мг):	1,700
Эн. ценность (ккал):	193,050	1С (мг):	12,732

**Технология приготовления:**

Обязательной составной частью рассольников являются огурцы солёные. Солёные огурцы нарезать соломкой или ромбиками. У огурцов с грубой кожей и крупными семенами предварительно очистить кожу и удалить семена. В этом случае норма закладки огурцов массой брутто увеличивается. Подготовленные огурцы припустить в небольшом количестве бульона или воды 15 мин. Картофель нарезать брусочками или дольками. Морковь и лук пассеровать. Подготовленную перловую крупу промыть сначала в тёплой, затем в горячей воде. В кипящий бульон или воду ввести подготовленную крупу, картофель, пассерованные овощи и варить до готовности. Огурцы заложить в припущенном виде в момент полуготовности остальных овощей. За 5 - 10 мин до окончания варки положить соль, специи, пассерованную томатную пасту. При отпуске рассольники посыпают зеленью.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры: 513

Наименование сборника рецептов: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Гречка 2014	50,000000	50,000000	5,000000	5,000000
Масло сливочное 2014	5,000000	5,000000	0,500000	0,500000
Вода	142,000000	142,000000	14,200000	14,200000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
<b>Выход:</b>		<b>150,000000</b>		<b>15,000000</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	6,340	Ca (мг):	14,800
Жиры (г):	5,275	Mд (мг):	100,000
Углеводы (г):	28,615	Fe (мг):	1,900
Эн. ценность (ккал):	187,050	C (мг):	

Технология приготовления:

В кипящую воду вводят соль и подготовленную гречневую крупу, варят, сняв с поверхности пустотелые зерна, помешивая до загустения. Добавляют масло и продолжают варку при слабом нагреве до полного распаривания крупы, закрыв посуду крышкой. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.



**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №\_\_**

Наименование кулинарного изделия (блюда): Икра свекольная

Номер рецептуры: 110

Наименование сборника рецептур: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Годунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Свекла столовая 2014	96,000000	75,000000	9,600000	7,500000
Лук репчатый 2014	21,000000	18,000000	2,100000	1,800000
Масло подсолнечное 2014	8,000000	8,000000	0,800000	0,800000
Сахар 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
<b>Выход:</b>		<b>100,000000</b>		<b>10,000000</b>

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Белки (г):	2,300	Ca (мг):	39,000
Жиры (г):	6,800	Mд (мг):	18,000
Углеводы (г):	11,700	Fe (мг):	6,600
Эн. ценность (ккал):	119,000	C (мг):	6,600

**Технология приготовления:**

Свеклу отваривают, очищают от кожицы и измельчают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре, измельченные овощи соединяют с пассерованным луком, добавляют сахар, соль, прогревают и охлаждают.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Гуляш из говядины

Номер рецептуры: 443

Наименование сборника рецептур: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е. Годунова, М.Т. Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Мясо т/б говядина 2014	79,000000	79,000000	7,900000	7,900000
Масло подсолнечное 2014	5,000000	5,000000	0,500000	0,500000
Лук репчатый 2014	18,000000	15,000000	1,800000	1,500000
Томатная паста 2014	5,000000	5,000000	0,500000	0,500000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
Выход:		125,000000		12,500000

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	15,186	Са (мг):	17 370,00
Жиры (г):	17,671	Мд (мг):	22 620,00
Углеводы (г):	2,426	Fe (мг):	2 421,00
Эн. ценность (ккал):	229,650	С (мг):	4 050,00

**Технология приготовления:**

Сборник рецептур 2008 г, стр.324, № 443 Мясо говядины нарезают кубиками по 20 - 30 г посолить, поперчить и обжарить. Залить бульоном или водой и тушить с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около 1 часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя него пассерованный лук, соль, залить им мясо и тушить еще 25 - 30 минут. За 5 - 10 минут до готовности уложить лавровый лист.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда): Куры отварные

Номер рецептуры: 490

Наименование сборника рецептов: 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Годунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Мясо ПТИЦЫ 2014	114,000000	114,000000	11,400000	11,400000
Лук репчатый 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
<b>Выход:</b>		<b>80,000000</b>		<b>8,000000</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки (г):	18,080	Са (мг):	152,000
Жиры (г):	13,600	Мд (мг):	8,800
Углеводы (г):	0,000	Fe (мг):	0,700
Эн. ценность (ккал):	195,000	С (мг):	0,800

Технология приготовления:

Подготовленные тушки птицы уложить в горячую воду, быстро довести до кипения, а затем, нагрев уменьшить. С закипевшего бульона снять пену шумовкой, добавить нарезанный лук, соль, варить при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего сваренные тушки вынуть из бульона, дать им остыть, нарубить на порции. Нарубленные порции птицы залить горячим бульоном, довести до кипения.

**Технологическая  
карта кулинарного  
изделия (блюда)  
№**

---

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Баклажаны тушеные с помидорами

**Номер  
рецептуры:** 106

**Наименование сборника рецептов:** 2008 г. для предприятий общественного питания,  
Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Баклажаны 2014	71,200000	67,600000	7,120000	6,760000
Томаты свежие 2014	56,000000	48,000000	5,600000	4,800000
Масло подсолнечное 2014	8,000000	8,000000	0,800000	0,800000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
Чеснок свежий 2014	1,300000	1,000000	0,130000	0,100000
<b>Выход:</b>		<b>100,000000</b>		<b>10,000000</b>

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Белки (г):	1,600	Са (мг):	24,500
Жиры (г):	8,180	Mg (мг):	18,200
Углеводы (г):	5,700	Fe (мг):	0,800
Эн. ценность (ккал):	104,400	С (мг):	7,000

**Технология приготовления:**

Очищенные баклажаны, нарезанные кружочками, и свежие помидоры, нарезанные крупными дольками, слегка обжаривают по отдельности на масле. Обжаренные баклажаны заливают соусом, с добавлением воды 15 - 20% к массе обжаренных баклажан, солят и тушат 15 - 20 мин. В конце тушения добавляют толченый чеснок обжаренные помидоры. Отпускают по 50 - 100 г на порцию.

**Технологическая  
карта кулинарного  
изделия (блюда)  
№**

---

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Макаронные изделия отварные

**Номер рецептуры:** 299/519

**Наименование сборника рецептов:** 2008 г. для предприятий общественного питания,  
Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Макаронные изделия 2014	70,000000	70,000000	7,000000	7,000000
Масло сливочное 2014	10,000000	10,000000	1,000000	1,000000
Соль йодированная 2014	1,000000	1,000000	0,100000	0,100000
<b>Выход:</b>		<b>200,000000</b>		<b>20,000000</b>

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Белки (г):	7,780	Ca (мг):	19,400
Жиры (г):	8,160	Mg (мг):	10,000
Углеводы (г):	49,480	Fe (мг):	1,000
Эн. ценность (ккал):	270,000	C (мг):	

**Технология приготовления:**

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды ( на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли ). Макароны варят 20-30 минут, лапшу 20-25 минут, вермишель 10-12 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом (1/3 - 1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью сливочного масла заправляют непосредственно перед отпуском. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

**Технологическая  
карта кулинарного  
изделия (блюда)  
№**

---

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Помидоры свежие

**Номер  
рецептуры:** 27 а

**Наименование сборника рецептов:** 2008 г. для предприятий общественного питания,  
Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Томаты свежие 2014	59,000000	50,000000	5,900000	5,000000
<b>Выход:</b>		<b>50,000000</b>		<b>5,000000</b>

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Белки (г):	0,550	Са (мг):	7,000
Жиры (г):	0,000	Mg (мг):	10,000
Углеводы (г):	1,900	Fe (мг):	0,450
Эн. ценность (ккал):	12,000	С (мг):	12,500

**Технологическая  
карта кулинарного  
изделия (блюда)  
№**

---

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Сок фруктовый

**Номер  
рецептуры:** 7048

**Наименование сборника рецептов:** 2008 г. для предприятий общественного питания,  
Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Сок фруктовый 2014	200,000000	200,000000	20,000000	20,000000
<b>Выход:</b>		<b>200,000000</b>		<b>20,000000</b>

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Белки (г):	1,000	Са (мг):	14,000
Жиры (г):	0,200	Мg (мг):	8,000
Углеводы (г):	20,200	Fe (мг):	2,800
Эн. ценность (ккал):	92,000	С (мг):	4,000

**Технология приготовления:**

Сборник рецептов 1996 г, стр.76, № 135(III) Сок из банок или тетрапаков налить в стаканы непосредственно перед отпуском. Тетрапак перед отпуском промыть моющим раствором.

**Технологическая  
карта кулинарного  
изделия (блюда)  
№**

---

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп картофельный с рисом

**Номер  
рецептуры:** 160

**Наименование сборника рецептов:** 2008 г. для предприятий общественного питания,  
Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Картофель 2014	120,000000	90,000000	12,000000	9,000000
Рис 2014	6,000000	6,000000	0,600000	0,600000
Морковь свежая 2014	15,000000	12,000000	1,500000	1,200000
Лук репчатый 2014	14,000000	12,000000	1,400000	1,200000
Масло сливочное 2014	4,000000	4,000000	0,400000	0,400000
Соль йодированная 2014	2,000000	2,000000	0,200000	0,200000
Петрушка свежая 2014	3,000000	2,000000	0,300000	0,200000
<b>Выход:</b>		<b>300,000000</b>		<b>30,000000</b>

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Белки (г):	3,400	Ca (мг):	36,500
Жиры (г):	3,500	Mg (мг):	41,300
Углеводы (г):	26,500	Fe (мг):	1,500
Эн. ценность (ккал):	151,300	C (мг):	30,700

**Технология приготовления:**

Лук и морковь нарезать мелким кубиком (0,5\*0,5 см) и пассеровать. Картофель, петрушку нарезать средним кубиком (1\*1см)

В кипящий бульон или воду положить подготовленный картофель, пассерованные овощи и варить до готовности. За 5-10 мин до окончания варки положить соль. Подготовленную крупу рисовую положить в бульон или воду одновременно с пассерованными овощами. Посыпать зеленью.



**Технологическая  
карта кулинарного  
изделия (блюда)  
№**

---

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Шницель рубленный из говядины

**Номер  
рецептуры:** 465

**Наименование сборника рецептов:** 2008 г. для предприятий общественного питания,  
Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, кг.	Нетто, кг.
Мясо т/б говядина 2014	109,000000	109,000000	10,900000	10,900000
Яйцо 2014	150,000000	6,000000	15,000000	0,600000
Сухари панировочные 2014	12,000000	12,000000	1,200000	1,200000
Масло подсолнечное 2014	10,000000	10,000000	1,000000	1,000000
Соль йодированная 2014	2,000000	2,000000	0,200000	0,200000
<b>Выход:</b>		<b>100,000000</b>		<b>10,000000</b>

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Белки (г):	17,500	Са (мг):	18,000
Жиры (г):	24,900	Mg (мг):	28,000
Углеводы (г):	9,000	Fe (мг):	1,600
Эн. ценность (ккал):	331,000	С (мг):	

**Технология приготовления:**

Нарезанное на куски мясо измельчают на мясорубке, добавляют воду, соль, перц чёрный молотый, перемешивают, после чего формуют полдубафракаты в виде плоско-овальной формы, смочить в лезоне, запанировать в просеянных сухарях и жарить с двух сторон и довести до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин..

При отпуске шницель гарнировать и полить жиром.