

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 10



Примерное семидневное меню для организации специализированного диетического питания учащихся образовательных учреждений

Меню исполнено на основании: сборника рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г. Могильный М.П., Тутельян В.А.

Семидневного меню для основных вариантов стандартных диет с использованием блюд оптимизированного состава, применяемых в лечебном питании в медицинских организациях Российской Федерации./Практическое руководство для врачей-диетологов, медицинских сестер диетических, специалистов по организации питания в стационарных учреждениях социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов, специалистов общественного питания 2014г. Тутельян В.А., Гаппаров М.М., Батурин А.К., Погожева А.В., Шарафетдинов Х.Х., Плотникова О.А., Павлючкова М.С., Гроздова Т.Ю., Ким И.И., Шатурная И.В., Керимова М.Г.

Исполнил: диетическая сестра ООО «Кулинар» Лило А.В.

Ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
18	Мясо отварное	40.00	7.01	2.14	0.63	47.91	0.02	0.22	0.02	0.19	4.25	58.86	7.47	0.92
49	Макаронные изделия отварные	160.00	5.37	7.46	31.83	213.57	0.06	0.00	0.03	0.87	4.19	37.46	7.11	0.79
69	Соус белый основной	50.00	0.48	2.11	1.86	29.17	0.01	0.36	0.01	0.07	2.45	4.90	0.99	0.06
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Второй ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
62	Молоко кипяченое	200.00	5.58	7.00	9.38	122.00	0.08	2.60	0.06	0.20	240.00	240.00	240.00	0.20

Меню стандартной диеты (ОВД)

(Диета заменяет 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15 номерные диеты)

Для диеты 9 приготовление блюд без сахара

Применение диеты ОВД при неостром течении заболевания

День диеты – 2**Завтрак**

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
2	Каша пшеничная (вязкая) на молоке	205.00	7.95	11.44	49.84	333.43	0.17	1.21	0.06	0.23	125.37	220.94	121.31	1.36
7	Колбаса порционная варенная	30.00	3.84	6.66	0.45	77.10	0.07	0.00	0.00	0.09	8.70	53.40	6.60	0.51
8	Масло слив. порциями	10.00	0.05	8.25	0.08	74.80	0.00	0.00	0.04	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
53	Кофейный напиток с молоком	200.00	4.47	3.75	20.37	131.12	0.06	1.95	0.03	0.00	180.00	180.00	135.00	0.15
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	40.00	2.24	0.44	15.00	75.60	0.07	0.00	0.00	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56

Второй завтрак

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
66	Яблоки	227.00	0.00	0.91	22.25	102.15	0.07	9.08	0.02	0.91	22.70	18.16	4.54	2.27

Обед

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
11	Свекла отварная	150.00	2.25	0.14	0.00	59.12	0.03	3.06	0.00	0.15	55.48	65.79	32.65	2.10
23	Суп лапша на курином бульоне	500.00	7.67	7.66	20.64	194.60	0.07	6.07	0.15	2.95	38.87	72.91	21.28	1.15
32	Рагу овощное с птицей	160.00	11.89	14.66	1.25	213.94	0.10	6.07	0.17	2.86	23.33	148.83	35.03	1.64
57	Компот из смеси сухофруктов	200.00	0.46	0.00	29.76	116.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Полдник

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
43	Пирожки печеные с капустой	75.00	5.22	6.72	27.13	198.22	0.08	14.00	0.02	1.84	22.85	46.11	9.65	0.45
50	Чай без сахара	200.00	0.12	0.03	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
13	Салат из белокочанной капусты и моркови	135.00	3.41	5.19	2.00	105.78	0.06	79.75	0.10	2.28	89.40	65.35	35.60	0.14
35	Рулет мясной запеченный	105.00	2.40	2.69	7.37	63.71	0.02	0.00	0.03	0.25	8.80	28.07	3.17	0.41
1	Каша гречневая рассыпчатая	160.00	9.12	8.42	44.85	296.36	0.22	0.00	0.03	0.66	16.18	217.14	144.26	4.85
69	Соус белый основной	50.00	0.48	2.11	1.86	29.17	0.01	0.36	0.01	0.07	2.45	4.90	0.99	0.06
51	Чай с сахаром	200.00	0.40	0.10	15.05	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Второй ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
63	Кефир (порциями)	140.00	4.31	0.07	5.46	43.12	0.06	1.01	0.00	0.00	181.10	136.55	21.56	0.14

Меню стандартной диеты (ОВД)

(Диета заменяет 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15 номерные диеты)

Для диеты 9 приготовление блюд без сахара

Применение диеты ОВД при неостром течении заболевания

День диеты – 3**Завтрак**

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
3	Каша манная вязкая молочная с сахаром с маслом	205.00	9.44	8.68	32.80	245.33	0.07	1.30	0.04	0.50	125.94	145.54	94.45	0.41
6	Сыр порциями	25.00	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.17	0.06	0.13	220.00	125.00	8.75	0.25
52	Чай с молоком	200.00	2.90	2.52	16.72	97.48	0.04	1.30	0.02	0.00	120.00	120.00	90.00	0.10
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	40.00	2.24	0.44	15.00	75.60	0.07	0.00	0.00	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56

Второй завтрак

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
67	Бананы свежие	250.00	3.75	1.25	52.50	240.00	0.10	25.00	0.00	0.00	20.00	70.00	105.00	0.00

Обед

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
12	Салат из белокочанной капусты и свеклы	140.00	3.39	10.18	2.99	158.90	0.05	75.05	0.02	4.43	89.27	64.54	33.14	0.49
24	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	510.00	7.17	7.43	7.79	237.54	0.20	18.73	0.33	0.62	62.15	158.82	58.24	2.10
30	Бефстроганов из отварного мяса	55.00	6.83	5.28	2.99	87.02	0.03	0.49	0.03	1.53	34.05	82.07	33.92	0.85
48	Рис отварной	155.00	3.74	43.08	31.95	470.38	0.03	3.14	0.10	18.53	3.58	68.98	24.83	0.74
58	Кисель из яблочного сока	200.00	0.21	0.00	27.68	105.00	0.02	1.34	0.00	0.00	17.22	16.93	12.16	0.20
64	Хлеб пшеничный	30.00	2.28	0.24	14.58	71.40	0.03	0.00	0.00	0.33	6.00	19.50	4.20	0.33
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Полдник

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
41	Запеканка творожная с сахаром	110.00	18.34	12.41	17.05	252.89	0.05	0.28	0.07	0.37	141.50	199.31	29.49	0.59
61	Отвар из шиповника	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
19	Сельдь с зел.горошком	100.00	10.36	8.66	3.49	133.47	0.07	9.50	0.07	1.00	53.35	148.85	48.55	1.11
45	Пюре картофельное	200.00	4.20	5.24	0.93	175.24	0.19	7.12	0.18	1.94	48.67	117.84	57.66	1.34
51	Чай с сахаром	200.00	0.40	0.10	15.05	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Второй ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
63	Кефир (порциями)	140.00	4.31	0.07	5.46	43.12	0.06	1.01	0.00	0.00	181.10	136.55	21.56	0.14

Меню стандартной диеты (ОВД)

(Диета заменяет 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15 номерные диеты)

Для диеты 9 приготовление блюд без сахара

Применение диеты ОВД при неостром течении заболевания

День диеты – 4**Завтрак**

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
5	Каша рисовая вязкая молочная с сахаром с маслом	205.00	9.85	8.88	48.04	311.26	0.06	1.30	0.04	0.25	123.96	194.55	113.85	0.60
9	Омлет паровой	60.00	9.25	8.55	4.30	128.84	0.04	0.26	0.11	0.26	46.48	101.40	22.80	1.02
8	Масло слив. порциями	10.00	0.05	8.25	0.08	74.80	0.00	0.00	0.04	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
51	Чай с сахаром	210.00	0.42	0.11	15.80	59.69	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	40.00	2.24	0.44	15.00	75.60	0.07	0.00	0.00	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56

Второй завтрак

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
55	Сок	200.00	0.60	0.00	27.60	108.00	0.04	4.00	0.00	0.00	38.00	40.00	32.00	0.60

Обед

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
14	Икра кабачковая	150.00	3.00	13.50	12.81	183.00	0.03	10.50	0.23	4.65	61.50	55.50	22.50	1.05
25	Щи из св. капусты с картоф. на мясном бульоне	510.00	6.24	7.06	2.00	160.34	0.12	49.76	0.25	0.58	94.40	104.17	49.66	1.16
33	Картофельная запеканка с мясом	225.00	14.87	11.02	3.62	287.00	0.21	13.76	0.21	3.59	65.43	231.13	84.47	3.02
57	Компот из свежих яблок	200.00	0.24	0.24	20.85	83.85	0.02	2.40	0.01	0.24	6.00	4.80	1.20	0.60
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Полдник

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
44	Желе лимонное	150.00	4.45	0.03	19.69	94.91	0.00	1.80	0.00	0.02	3.84	1.72	0.85	0.06
61	Отвар из шиповника	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
20	Овощи тушеные	155.00	3.35	9.99	3.64	148.90	0.07	19.89	0.23	3.88	60.56	77.37	33.56	0.61
36	Котлеты биточки из кур (паровые)	90.00	14.16	16.33	7.69	233.66	0.02	0.02	0.02	1.05	5.73	11.96	3.87	0.17
47	Каша гречневая рассыпчатая	160.00	9.12	8.42	44.85	296.36	0.22	0.00	0.03	0.66	16.18	217.14	144.26	4.85
51	Чай с сахаром	200.00	0.40	0.10	15.05	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Второй ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
63	Кефир (порциями)	140.00	4.31	0.07	5.46	43.12	0.06	1.01	0.00	0.00	181.10	136.55	21.56	0.14

Меню стандартной диеты (ОВД)

(Диета заменяет 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15 номерные диеты)

Для диеты 9 приготовление блюд без сахара

Применение диеты ОВД при неостром течении заболевания

День диеты – 5**Завтрак**

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
4	Каша геркулесовая (вязкая) молочная с сахаром с маслом	205.00	9.65	10.18	27.57	238.12	0.16	1.30	0.04	0.53	135.43	217.70	127.41	1.18
6	Сыр порциями	25.00	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.17	0.06	0.13	220.00	125.00	8.75	0.25
54	Какао с молоком	210.00	3.90	3.29	26.57	139.64	0.05	1.37	0.02	0.01	131.38	153.51	112.35	1.03
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	40.00	2.24	0.44	15.00	75.60	0.07	0.00	0.00	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56

Второй завтрак

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
68	Груша	220.00	0.00	0.66	20.90	92.40	0.04	11.00	0.00	0.88	41.80	35.20	26.40	5.06

Обед

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
15	Салат из белокочанной капусты	135.00	1.81	6.83	11.31	112.12	0.03	47.18	0.05	3.20	59.51	33.36	17.77	0.71
26	Суп рисовый с кабачками на мясном бульоне со сметаной	510.00	5.17	6.23	18.60	157.61	0.05	11.02	0.16	0.48	51.92	70.25	31.41	0.85
18	Мясо отварное	50.00	8.76	2.68	0.79	59.89	0.02	0.27	0.03	0.24	5.31	73.58	9.34	1.15
49	Макаронные изделия отварные	160.00	5.37	7.46	31.83	213.57	0.06	0.00	0.03	0.87	4.19	37.46	7.11	0.79
69	Соус белый основной	50.00	0.48	2.11	1.86	29.17	0.01	0.36	0.01	0.07	2.45	4.90	0.99	0.06
56	Кисель из клюквы	200.00	0.08	0.00	27.30	107.12	0.00	2.01	0.00	0.20	5.25	6.48	2.28	0.08
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Полдник

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
61	Отвар шиповника	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
72	Курага	50.00	0.00	0.00	27.50	117.00	0.05	2.00	0.29	2.75	80.00	73.00	52.50	1.60

Ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
10	Помидоры свежие	50.00	0.55	0.10	1.90	11.50	0.03	12.50	0.00	0.35	7.00	13.00	10.00	0.45
38	Котлета рыбная (горбуша) паровая	100.00	16.31	11.60	9.21	209.44	0.14	0.36	0.05	3.43	41.25	172.80	38.94	0.70
45	Пюре картофельное ОВД	200.00	4.20	5.24	0.93	175.24	0.19	7.12	0.18	1.94	48.67	117.84	57.66	1.34
51	Чай с сахаром	200.00	0.40	0.10	15.05	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Второй ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
63	Кефир (порциями)	140.00	4.31	0.07	5.46	43.12	0.06	1.01	0.00	0.00	181.10	136.55	21.56	0.14

Меню стандартной диеты (ОВД)

(Диета заменяет 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15 номерные диеты)

Для диеты 9 приготовление блюд без сахара

Применение диеты ОВД при неостром течении заболевания

День диеты – 6

Завтрак

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	Каша гречневая (вязкая) на молоке	205.00	8.96	9.40	37.37	272.12	0.19	1.24	0.05	0.47	124.65	263.36	184.36	3.44
9	Омлет паровой	60.00	9.25	8.55	4.30	128.84	0.04	0.26	0.11	0.26	46.48	101.40	22.80	1.02
8	Масло слив. порциями	10.00	0.05	8.25	0.08	74.80	0.00	0.00	0.04	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
51	Чай с сахаром	200.00	0.40	0.10	15.05	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	40.00	2.24	0.44	15.00	75.60	0.07	0.00	0.00	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56

Второй завтрак

Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Яблоки	170.00	0.00	0.68	16.66	76.50	0.05	6.80	0.02	0.68	17.00	13.60	3.40	1.70

Обед

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
16	Пюре свекольное	105.00	1.54	4.90	0.00	81.80	0.02	2.14	0.00	2.31	35.63	39.19	20.01	1.24
27	Суп из сборных овощей вегетарианский со сметаной	510.00	4.70	7.23	7.98	154.29	0.18	34.19	0.29	2.79	78.00	116.37	51.13	2.17
34	Фрикадельки из говядины (паровые)	100.00	15.48	10.88	7.80	192.06	0.07	0.80	0.02	0.57	12.64	153.26	19.22	2.39
48	Рис отварной	155.00	3.74	43.08	31.95	470.38	0.03	3.14	0.10	18.53	3.58	68.98	24.83	0.74
57	Компот из смеси сухофруктов	200.00	0.46	0.00	29.76	116.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Полдник

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
42	Запеканка творожная с морковью	100.00	15.50	12.28	14.48	234.71	0.05	0.79	0.15	0.40	121.38	171.15	33.01	0.59
50	Чай без сахара	200.00	0.12	0.03	0.02	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
40	Сосиски сардельки отварные	100.00	6.61	7.87	3.25	111.77	0.10	5.00	0.03	0.35	19.60	85.02	16.96	1.08
39	Капуста отварная, запеченная в молочном соусе	220.00	6.54	9.50	13.45	170.01	0.06	32.97	0.07	3.50	186.05	139.79	68.61	1.60
51	Чай с сахаром	200.00	0.40	0.10	15.05	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Второй ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
63	Кефир (порциями)	140.00	4.31	0.07	5.46	43.12	0.06	1.01	0.00	0.00	181.10	136.55	21.56	0.14

Меню стандартной диеты (ОВД)

(Диета заменяет 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15 номерные диеты)

Для диеты 9 приготовление блюд без сахара

Применение диеты ОВД при неостром течении заболевания

День диеты – 7**Завтрак**

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
4	Каша геркулесовая (вязкая) молочная с сахаром с маслом	205.00	9.65	10.18	27.57	238.12	0.16	1.30	0.04	0.53	135.43	217.70	127.41	1.18
6	Сыр порциями	25.00	5.75	5.97	0.00	90.00	0.01	0.17	0.06	0.13	220.00	125.00	8.75	0.25
8	Масло слив. порциями	10.00	0.05	8.25	0.08	74.80	0.00	0.00	0.04	0.10	2.40	3.00	0.00	0.02
51	Чай с сахаром	200.00	0.40	0.10	15.05	56.85	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	40.00	2.24	0.44	15.00	75.60	0.07	0.00	0.00	0.56	14.00	63.20	18.80	1.56

Второй завтрак

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
55	Сок	200.00	0.60	0.00	27.60	108.00	0.04	4.00	0.00	0.00	38.00	40.00	32.00	0.60

Обед

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
17	Морковь тушенная с зел.горошком	105.00	1.90	5.04	1.99	78.30	0.06	6.88	0.36	2.64	33.75	59.14	33.06	0.73
28	Борщ со свежей капустой вегетарианский со сметаной	510.00	5.43	7.23	8.70	214.09	0.13	37.59	0.21	2.74	120.79	135.22	64.16	2.30
31	Котлеты мясные (паровые)	110.00	16.16	12.09	7.32	201.24	0.06	0.00	0.02	0.57	10.87	157.14	19.08	2.45
46	Рагу овощное тушеное в сметанном соусе	210.00	7.83	13.75	7.27	239.93	0.08	12.03	0.20	4.77	50.79	76.24	34.38	0.96
60	Кисель из смородины	200.00	0.18	0.05	28.36	111.29	0.01	33.50	0.00	0.17	10.33	10.78	5.89	0.21
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Полдник

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
70	Печенье сахарное (порциями)	25.00	1.88	2.95	18.60	104.25	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
61	Отвар из шиповника	200.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
21	Огурец соленый	50.00	0.40	0.05	0.80	6.50	0.01	2.50	0.00	0.05	11.50	12.00	7.00	0.30
37	Рыба отварная (горбуша) с маслом, свежей зеленью	105.00	21.71	15.38	0.44	224.14	0.13	3.05	0.07	4.14	16.37	142.68	12.33	0.66
45	Пюре картофельное	200.00	4.20	5.24	0.93	175.24	0.19	7.12	0.18	1.94	48.67	117.84	57.66	1.34
64	Хлеб пшеничный	50.00	3.80	0.40	24.30	119.00	0.05	0.00	0.00	0.55	10.00	32.50	7.00	0.55
65	Хлеб ржаной	50.00	2.80	0.55	18.75	94.50	0.09	0.00	0.00	0.70	17.50	79.00	23.50	1.95

Второй ужин

№ ТК	Наименование блюда	Вес порции, г	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
63	Кефир (порциями)	140.00	4.31	0.07	5.46	43.12	0.06	1.01	0.00	0.00	181.10	136.55	21.56	0.14

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

— Помидоры свежие	Технологическая карта № 10
Свекла отварная	Технологическая карта № 11
— Капуста белокочанная со свеклой	Технологическая карта № 12
Икра кабачковая	Технологическая карта № 14
— Салат из капуста белокочанной с маслом растительным	Технологическая карта № 15
Салат из свежей капусты с морковью	Технологическая карта № 13
— Свекольное пюре	Технологическая карта № 16
— Морковь тушеная с горошком	Технологическая карта № 17
— Сельдь с горошком	Технологическая карта № 19
— Овощи тушеные под сметанным соусом	Технологическая карта № 20
— Огурцы консервированные	Технологическая карта № 21
— Сосиски отварные с горошком консервированным	Технологическая карта № 40
— Сыр порциями	Технологическая карта № 6
— Колбаса докторская	Технологическая карта № 7
— Масло сливочное	Технологическая карта № 8
— Каша гречневая вязкая с сахаром с маслом	Технологическая карта № 1
— Каша пшеничная молочная вязкая с сахаром с маслом	Технологическая карта № 2
— Каша манная молочная вязкая с маслом	Технологическая карта № 3
— Каша рисовая молочная с сахаром с маслом	Технологическая карта № 5
— Каша "Геркулес" молочная вязкая с сахаром с маслом	Технологическая карта № 4
— Омлет паровой	Технологическая карта № 9
— Запеканка творожная с сахаром	Технологическая карта № 41
— Запеканка творожная с сахаром с морковью	Технологическая карта № 42
— Суп гороховый с картофелем на мясном бульоне	Технологическая карта № 22
— Суп с лапшой с курицей	Технологическая карта № 23
— Рассольник на мясном бульоне со сметаной	Технологическая карта № 24
— Щи на мясном бульоне со сметаной	Технологическая карта № 25
— Суп рисовый с кабачками на мясном бульоне со сметаной	Технологическая карта № 26
— Суп из сборных овощей вегетарианский со сметаной	Технологическая карта № 27
— Борщ со свежей капустой вегетарианский со сметаной	Технологическая карта № 28
— Рагу овощное с птицей	Технологическая карта № 32
— Котлеты из кур паровые	Технологическая карта № 36
— Котлета рыбная (горбуша) паровая	Технологическая карта № 38
— Рыба (горбуша) отварная с маслом, зеленью	Технологическая карта № 37
— Гуляш из отварного мяса	Технологическая карта № 29

Бефстроганов из отварного мяса	Технологическая карта № 30
Мясо отварное	Технологическая карта № 18
Фрикадельки мясные отварные	Технологическая карта № 34
Котлета мясная паровая	Технологическая карта № 31
Рулет мясной запеченный	Технологическая карта № 35
Запеканка с картофелем и отварным протертым мясом	Технологическая карта № 33
Капуста отварная, запеченная в молочном соусе	Технологическая карта № 39
Рагу овощное тушеное в сметанном соусе	Технологическая карта № 46
Пюре картофельное	Технологическая карта № 45
Рис отварной	Технологическая карта № 48
Макароны отварные	Технологическая карта № 49
Греча рассыпчатая	Технологическая карта № 47
Соус белый основной	Технологическая карта № 69
Компот из с/ф	Технологическая карта № 57
Компот из свежих яблок	Технологическая карта № 59
Чернослив	Технологическая карта № 71
Курага	Технологическая карта № 72
Желе лимонное с сахаром	Технологическая карта № 44
Чай без сахара	Технологическая карта № 50
Чай с сахаром	Технологическая карта № 51
Чай с молоком	Технологическая карта № 52
Кофе с молоком с сахаром	Технологическая карта № 53
Какао с молоком и сахаром	Технологическая карта № 54
Сок	Технологическая карта № 55
Напиток из шиповника	Технологическая карта № 61
Кисель клюквенный	Технологическая карта № 56
Кисель из яблочного сока	Технологическая карта № 58
Кисель из черной смородины	Технологическая карта № 60
Кефир	Технологическая карта № 63
Молоко кипяченое	Технологическая карта № 62
Фрукты	Технологическая карта № 66, 67, 68
Печенье сахарное	Технологическая карта № 70
Пирожки печеные с капустой	Технологическая карта № 43
Хлеб пшеничный	Технологическая карта № 64
Хлеб ржаной	Технологическая карта № 65

Технологическая карта №1

Наименование: Каша гречневая (вязкая) на молоке с сахаром и маслом

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Крупа гречневая	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00
Молоко 2.5 %-ной жирности	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00
Вода питьевая	95.00	95.00	95.00	95.00	95.00	95.00
Сахар-песок	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
соль йодированная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
Изделие каша гречневая	-	200.00	-	-	200.00	-
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Выход:	-	-	205.00	-	-	205.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 205.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал
10.12	9.32	31.14	247.03

Минералы и витамины

в 205.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
125.93	208.79	148.50	2.10	0.13	1.30	0.04	0.29

Технология приготовления

Подготовленную крупу засыпать в кипящую подсоленную воду с молоком и варить до готовности. При подаче кашу полить растопленным доведенным до кипения сливочным маслом. Для диеты ЩД готовить кашу в протертом виде, потери при протирании составят - 5%, выход 195 (190/5). Для диеты НБД блюдо готовить без соли.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Вязкая каша представляет собой густую массу. При температуре 60-70°C она держится на тарелке горкой, не расплываясь. Отпускают вязкие каши в горячем виде с растопленным сливочным маслом или сахаром.

Органолептические показатели

Внешний вид: Внешний вид: зерна гречки набухшие полностью разваренные, каша заправлена доведенным до кипения сливочным маслом и сахаром.

Цвет: свойственный соответствующему виду крупы.

Консистенция: вязкая, однородная, без комочков.

Вкус и запах: умеренно сладкий и соленые, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла, не допускается вкус подгоревшей каши.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта № 2

Наименование: Каша пшенная (вязкая) на молоке с сахаром и маслом ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порций(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Крупа пшенная	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00
Молоко 2.5 %-ной жирности	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00
Вода питьевая	95.00	95.00	95.00	95.00	95.00	95.00
Сахар-песок	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
соль йодированная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
Изделие каша пшенная	-	200.00	-	-	200.00	-
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Выход:	-	-	205.00	-	-	205.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 205.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
9.80	9.32	32.44	250.90

Минералы и витамины

в 205.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
128.01	189.49	113.75	0.91	0.12	1.30	0.04	0.14

Технология приготовления

Пшеничную крупу перебрать, промыть в теплой и горячей воде, засыпать в кипящую воду и варить не более 10 минут, затем добавить горячее молоко и варить до готовности, в конце варки добавить сахар, соль, вымешать и довести до готовности. При подаче полить кашу растопленным доведенным до кипения сливочным маслом.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Вязкая каша представляет собой густую массу. При температуре 60-70°C она держится на тарелке горкой, не расплываясь. Отпускают вязкие каши в горячем виде с растопленным доведенным до кипения сливочным маслом или сахаром.

Органолептические показатели

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена растопленным доведенным до кипения сливочным маслом и сахаром.

Цвет: свойственный данному виду крупы

Консистенция: однородная вязкая. зерна - мягкая

Вкус и запах: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла свойственный данному виду крупы и молока.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №3

Наименование: Каша манная вязкая молочная с сахаром с маслом ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Крупа манная	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00
Молоко 2.5 %-ной жирности	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00
Вода питьевая	95.00	95.0	95.00	95.00	95.00	95.00
Сахар-песок	5.00	5.00	5.00	5.00	.00	5.00
соль йодированная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
Изделие: каша манная	-	197.00	-	-	197.00	-
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Выход:	-	-	205.00	-	-	205. 0

Пищевая и энергетическая ценность

в 205.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
9.44	8.68	32.80	245.33

Минералы и витамины

в 205.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	В витамин Е, мг
125.94	145.54	94.45	0.41	0.07	1.30	0.04	0.50

Технология приготовления

Манную крупу просеять, всыпать в кипящую подсоленную воду с молоком тонкой струйкой при постоянном помешивании, варить до готовности в течение 15-20 минут в конце варки добавить сахар, вымешать. При подаче кашу полить растопленным доведенным до кипения сливочным маслом.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Отпускают кашу в горячем виде с маслом сливочным доведенным до кипения в количестве, указанном в рецептуре.

Органолептические показатели

Внешний вид: зерна крупы полностью разварившиеся, утратили форму.

Цвет: белый или светло - кремовый

Консистенция: жидкая, на тарелке расплывается, но ложка положенная выпуклой стороной на поверхность каши не тонет.

Вкус и запах: манной каши в сочетании с молоком и маслом.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта № 4

Наименование: Каша геркулесовая (вязкая) молочная с сахаром с маслом ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Хлопья овсяные "Геркулес"	30.00	30.0	30.00	30.00	30.00	30.00
Молоко 2.5 %-ной жирности	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00
Вода питьевая	95.00	95.00	95.00	95.00	95.00	95.00
Сахар-песок	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
соль йодированная	0.50	0.50	0.5	0.50	0.50	0.50
Изделие каша геркулесовая	-	200.00	-	-	200.00	-
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Выход:	-	-	205.00	-	-	205.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 205.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
9.65	1.18	27.57	38.12

Минералы и витамины

в 205.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
135.43	217.70	127.41	1.18	0.16	1.30	0.04	0.53

Технология приготовления

Овсяные хлопья "Геркулес" всыпать в кипящую подсоленную воду с молоком и варить при периодическом помешивании до готовности. При подаче кашу полить растопленным доведенным до кипения сливочным маслом. Для диеты ЩД кашу готовить в протертом виде, потери при протирании составят - 5%, выход - 195 (190/5). Для диеты НБД блюдо готовить без соли.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Отпускают кашу в горячем виде с растопленным доведенным до кипения сливочным маслом и сахаром.

Органолептические показатели

Внешний вид: зерна набухшие полностью разваренные каша заправлена сливочным маслом и сахаром

Цвет: свойственный данному виду крупы

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкая

Вкус и запах: умеренно сладкий и соленый с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла, свойственный данному виду крупы и молока

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №5

Наименование: Каша рисовая вязкая молочная с сахаром с маслом ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Крупа рисовая	50.00	50 00	50.00	50.00	50.00	50.00
Молоко 2.5 %-ной жирности	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00
Вода питьевая	95.00	95.00	95.00	95.00	95.00	95.00
Сахар-песок	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
соль йодированная	1.00	1.00	.00	1.00	1.00	1.00
Изделие: каша	-	197.00	-	-	197.00	-
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Выход:	-	-	205.00	-	-	205.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 205.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
9.85	8.88	48 04	311.26

Минералы и витамины

в 205.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
123.96	194.55	113.85	0.60	0.06	1.30	0.04	0.25

Технология приготовления

Рис перебрать, промыть в теплой и горячей воде, засыпать в кипящую воду и варить в течение 20 минут до загустения, добавить горячее молоко, перемешать и довести до готовности при медленном кипении. За 3-5 минут до окончания варки добавить смесь белковую композитную сухую, разведенную в 1/3 части рецептурного количества кипяченой воды при температуре 30-35 градусов до однородной массы, сахар, соль, перемешать, довести до готовности. При подаче кашу полить растопленным сливочным маслом. Для диеты ЩД кашу готовить в протертом виде, потери при протирании составят - 5 % выход - 195 (190/5). Для диеты НБД блюдо готовить без соли.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Вязкая каша представляет собой густую массу. При температуре 60-70°C она держится на тарелке горкой, не расплываясь. Отпускают вязкие каши в горячем виде с растопленным сливочным маслом или сахаром.

Органолептические показатели

Внешний вид: зерна риса набухшие полностью разваренные, каша заправлена растопленным доведенным до кипения сливочным маслом и сахаром.

Цвет: свойственный соответствующему виду крупы.

Консистенция: однородная вязкая, зерна - мягкие

Вкус и запах: умеренно сладкий и соленые, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла

Технологическая карта №6

Наименование: Сыр порциями

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Сыр Российский	27.17	25.00	25.00	27.17	25.00	25.00
Выход:	-	-	25.00	-	-	25.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 25.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
5.75	5.9	0.00	90.00

Минералы и витамины

в 25.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
220.00	125.00	8.75	0.25	0.01	0.17	0.06	0.13

Технология приготовления

Сыр разрезать на крупные куски прямоугольной или треугольной формы, зачистить от воска и защитного слоя. Подготовленный сыр нарезать тонкими слайсами толщиной не более 1-2 мм. В х/о - входят потери при очистке и порционировании.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Сыр нарезан тонкими ломтиками

Органолептические показатели

Внешний вид: Ломтики прямоугольной или треугольной формы.

Цвет: Соответствует виду сыра.

Консистенция: Мягкая, не крошась.

Вкус и запах: Соответствует виду сыра.

Технологическая карта №7

Наименование: Колбаса молочная отварная (порционная)

Нормативный документ: Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Колбаса вареная	30.93	30.00	30.00	30.93	30.00	30.00
Выход:	-	-	30.00	-	-	30.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 30.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
3.84	6.66	0.45	77.10

Минералы и витамины

в 30.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, г	Витамин Е, мг
8.70	53.40	6.60	0.51	0.07	0.00	0.00	0.09

Технология приготовления

Подготовленную нарезанную ломтиками колбасу положить в воду, варить с момента закипания в течение 3-5 минут при слабом кипении, затем воду слить.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Колбаса нарезана тонкими ломтиками, аккуратно уложена.

Органолептические показатели

Внешний вид: Кружочки колбасы одинакового размера.

Цвет: Соответствует виду колбасы.

Консистенция: Мягкая, не крошащаяся.

Вкус и запах: Соответствует колбасе.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №8

Наименование: Масло сливочное порциями

Нормативный документ: Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Масло сливочное	10.00	10.00	10 00	10.00	10.00	10.00
Выход:	-	-	0.00	-	-	10.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 10.00 г содержится			
Бел и, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.05	8.25	0.08	74.80

Минералы и витамины

в 10.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
2.40	3.00	0.00	0.02	0.00	0.00	0.4	0.10

Технология приготовления

Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: Кусочки прямоугольной формы.

Цвет: Соответствует виду масла.

Консистенция: Мягкая.

Вкус и запах: Соответствует виду масла.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №9

Наименование: Омлет паровой ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Яйца куриные I кат. *	40.00	40.00	40.00	40.00	40.00	40.00
Молоко 2.5 %-ной жирности	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00
Масло сливочное	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
соль йодированная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
Полуфабрикат:	-	70.00	-	-	70.00	-
Выход:	-	-	60.00	-	-	60.00

Примечания:

* 1 шт.

Пищевая и энергетическая ценность

в 60.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
9.25	8.55	4.30	128.84

Минералы и витамины

в 60.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
46.48	101.40	22.80	1.02	0.04	0.26	0.11	0.26

Технология приготовления

Яйца куриные предварительно обработать согласно действующим санитарным правилам. Обработанные яйца разбить в отдельную посуду, затем вылить в общую емкость, добавить молоко, соль, тщательно размешать. На смазанный маслом (2 г рецептурного количества) противень вылить яично-молочную смесь слоем 2,5-3 см и поставить в паровой шкаф на 10-15 минут. Консистенция омлета нежная, слегка упругая, форма хорошо сохраняется, цвет светло-желтый. При подаче нарезать на порции.

Требования к оформлению, подаче и реализации

При отпуске поливают растопленным доведенным до кипения сливочным маслом.

Органолептические показатели

Внешний вид: поверхность омлета полита сливочным маслом

Цвет: желтый

Консистенция: пышная, сочная

Вкус и запах: свежих вареных яиц, молока и сливочного масла

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №10

Наименование: Помидоры свежие

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порцию(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Помидоры	102.04	100.00	100.00	102.04	100.00	100.00
Выход:	-	-	100.00	-	-	100.00

Примечания:

Пищевая и энергетическая ценность

в 100.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
1.10	0.20	3.80	23.00

Минералы и витамины

в 100.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
14.00	26.00	20.00	0.90	0.06	25.00	0.01	0.70

Технология приготовления

Помидоры вымыть, удалить плодоножку, нарезать на порции. Подавать к мясным или рыбным блюдам.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Подают в качестве подгарнировки к гарниру.

Органолептические показатели

Внешний вид: свойственный продукту

Цвет: красный

Консистенция: мягкая

Вкус и запах: свойственный продукту

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №11

Наименование: Свекла отварная

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Н тто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Свекла п/ф	153.00	153.00	153.00	153.00	153.00	150.00
Выход:	-	-	150.00	-	-	150.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 150.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
2.25	0.14	0.00	59.1

Минералы и витамины

в 150.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
55.48	65.79	32.65	2.10	0.03	3 06	0.00	0.15

Технология приготовления

Свеклу п/ф промывают под проточной водой и отваривают до готовности. При подаче нарезать на крупные дольки (или пропустить через протирочную машину) и прогреть в пароконвектомате при температуре 180°C 3-5 мин.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: ровные дольки
 Цвет: темно-бордовый
 Консистенция: сочная, мягкая
 Вкус и запах: свойственный данному продукту

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №12

Наименование: Салат из белокочанной капусты и свеклы с м/р ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г		На 1 порции(й), г			
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Капуста белокочанная п/ф	159.00	159.00	159.00	159.00	159.00	159.00
Вода питьевая *	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Кислота лимонная	0.20	0.20	0.20	0.20	0.20	0.20
Соль поваренная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
Полуфабрикат: капуста стертая	-	100.00	-	-	100.00	-
Свекла п/ф	35.00	35.00	35.00	35.00	35.00	35.00
Масса припущенной свеклы:	-	30.00	-	-	30.00	-
Сахар-песок	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00
Масло подсолнечное	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Выход:	-	-	140.00	-	-	140.00

Примечания:

* Для лимонной кислоты.

Пищевая и энергетическая ценность

в 140.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	ккал
3.39	10.18	2.99	158.90

Минералы и витамины

в 140.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
89.27	64.54	33.14	0.49	0.05	75.05	0.02	4.43

Технология приготовления

Подготовленную капусту нашинковать (учитывая сезонность с 1 марта капуста проходит тепловую обработку), посыпать солью, добавить разведенную лимонную кислоту (0,2 г на 10 мл воды), растереть, отжать от сока, добавить сахар. Свеклу п/ф промыть под проточной водой, нарезать дольками, припустить в воде до готовности, затем охладить, мелко нашинковать соломкой, соединить с подготовленной капустой. перед подачей заправить растительным маслом. Для диеты НКД блюдо готовить без сахара и соли. Для диеты НБД блюдо готовить без соли.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Салат выложен горкой, заправлен маслом растительным, оформлен зеленью петрушки.

Органолептические показатели

Внешний вид: выложен горкой, заправлен маслом растительным, оформлен зеленью петрушки

Цвет: свойственный входящих в салат продуктам

Консистенция: овощей-хрустящая, не жесткая, сочная

Вкус и запах: приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью, умеренно соленый, без горечи свежей белокочанной капусты в смеси с заправкой.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №13

Наименование: Салат из белокочанной капусты и моркови с м/р ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Капуста белокочанная п/ф	175.00	175.00	175.00	175.00	175.00	175.00
Кислота лимонная	0.20	0.20	0.20	0.20	0.20	0.20
Соль поваренная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
Вода питьевая *	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Масса стертой капусты:	-	110.00	-	-	110.00	-
морковь п/ф	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00
Масса припущенной свеклы:	-	30.00	-	-	30.00	-
Сахар-песок	2.00	2.00	2.00	2.00	.00	2.00
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Выход:	-	-	135.00	-	-	135.00

Примечания:

* Для лимонной кислоты

Пищевая и энергетическая ценность

в 135.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
3.41	5.19	2.00	105.78

Минералы и витамины

в 135.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
89.40	65.35	35.60	0.14	0.06	79.75	0.10	2.28

Технология приготовления

Подготовленную капусту нашинковать, посыпать солью, перетереть до выделения капустного сока и образования мягкой консистенции. Подготовленную морковь нарезать соломкой. Капусту и морковь соединить, добавить разведенную лимонную кислоту (0,2 г на 10 мл воды), сахар, масло растительное, перемешать и оставить на 30 минут. Для диеты НКД блюдо готовить без сахара и соли. Для диеты НБД блюдо готовить без соли.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: капуста и морковь нарезаны тонкой соломкой, лук зеленый нашинкован. Салат заправлен раствором лимонной кислоты, растительным маслом, посыпан зеленью
 Цвет: свойственный входящих в салат продуктам
 Консистенция: овощей-хрустящая, не жесткая, сочная
 Вкус и запах: приятно-кисловатый со слегка ощутимой сладостью, умеренно соленый, без горечи свежей белокочанной капусты в смеси с заправкой.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №14

Наименование: Икра кабачковая

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Икра кабачковая	52.63	50.0	50.00	52.63	50.00	50.00
Выход:			50.00	-	-	50.00

Примечания:

Пищевая и энергетическая ценность

в 50.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
1.00	4.50	4.27	61.00

Минералы и витамины

в 50.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), м	Магний (Mg) мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
20.50	18.50	7.50	0.35	0.01	3.50	0.08	1.55

Технология приготовления

Банку с икрой кабачковой моем, крышку протираем сухой чистой ветошью. Верхний слой икры кабачковой снимаем, затем порционируем.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Икра в виде горки с рисунком

Органолептические показатели

Внешний вид: уложена горкой
 Цвет: светло-коричневый
 Консистенция: мягкая, сочная, однородная
 Вкус и запах: приятный, нежный

Технологическая карта №15

Наименование: Салат из белокочанной капусты

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Капуста белокочанная	98.61	78.89	71.00	98.61	78.89	71.00
Лук зеленый	12.50	10.00	10.00	12.50	10.00	10.00
Вода питьевая *	14.00	14.00	14.00	14.00	14.00	14.00
Кислота лимонная	0.30	0.30	0.30	0.30	0.30	0.30
Сахар-песок	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Соль	0.90	0.90	0.90	0.90	0.90	0.90
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Выход:	-	-	100.00	-	-	100.00

Примечания:

* Для лимонной кислоты.

Пищевая и энергетическая ценность

в 100.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
1.34	5.06	8.38	83.05

Минералы и витамины

в 100.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Желез (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
44.08	24.71	13.16	0.53	0.02	34.95	0.04	2.37

Технология приготовления

Капусту шинкуют (учитывая сезонность с 1 марта, капусту подвергают тепловой обработки, добавляют соль (1,5 г на 100 г), лимонную кислоту и нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают шинкованным зеленым луком или морковью, нарезанной соломкой, добавляют сахар и масло.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Салат заправлен раствором лимонной кислоты, растительным маслом, посыпан зеленью

Органолептические показатели

Внешний вид: капуста и морковь нарезаны тонкой соломкой, лук зеленый нашинкован.
 Цвет: свойственный входящих в салат продуктам
 Консистенция: овощей-хрустящая, не жесткая, сочная
 Вкус и запах: приятно-кисловатый со слегка осязаемой сладостью, умеренно соленый, без горечи свежей белокочанной капусты в смеси с заправкой.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №16

Наименование: Пюре свекольное ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Свекла п/ф	107.00	107.00	107.00	107.00	107.00	107.00
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Выход:	-	-	105.00	-	-	105.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 105.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
1.54	4.90	0.00	1.80

Минералы и витамины

в 105.00 г одержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
35.63	39.19	20.01	1.24	0.02	2.14	0.00	2.31

Технология приготовления

Свеклу промыть, отварить в воде без соли, протереть, добавить масло растительное и соль, прогреть при температуре 80°C при непрерывном помешивании.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: протертая свекольная масса, аккуратно уложенная, подравненная и с нанесенным узором

Цвет: темно-бордовый

Консистенция: густая, пышная, однородная

Вкус и запах: свойственный данному продукту

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №17

Наименование: Морковь тушеная с зел.горошком ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
морковь п/ф	75.00	75.00	75.00	75.00	75.00	75.00
Масса припущенной моркови:	-	67.00	-	-	67.00	-
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
соль йодированная	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25
Горошек зеленый консервированный	38.46	25.00	25.00	8.46	25.00	25.00
Петрушка (зелень)	6.76	5.00	5.00	6.76	5.00	5.00
Вода питьевая	50.00	50.00	50.00	50.00	50.00	50.00
Выход:	-	-	105.00	-	-	105.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 105.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
1.90	5.04	1.99	78.30

Минералы и витамины

в 105.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
33.75	59.14	33.06	0.73	0.06	6.88	0.36	2.64

Технология приготовления

Подготовленную морковь нарезать мелкими кубиками и припустить с маслом в небольшом количестве воды до готовности, протереть, добавить зеленый горошек, прогретый и отделенный от бульона, затем все перемешать, довести до кипения, тушить при слабом кипении до готовности. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: припущенные овощи сохранили форму нарезки

Цвет: оранжевый

Консистенция: мягкая, сочная

Вкус и запах: припущенной моркови, сливочного масла, вкус умеренно соленый

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №18

Наименование: Мясо отварное (говядина)

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетт и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфа б	Нетт о
морковь п/ф	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
лук репчатый п/ф	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Соль поваренная	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Говядина (вырезка)	109.57	80.65	50.00	109.57	80.65	50.00
Изделие мясо отварное	-	50.00	-	-	50.00	-
Выход:	-	-	50.00	-	-	50.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 50.00 г содержит			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
9.65	1.29	0.00	50.61

Минералы и витамины

в 50.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
5.04	84.71	10.60	1.31	0.03	0.30	0.01	0.21

Технология приготовления

Подготовленное мясо закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды) и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой. Для улучшения вкуса и аромата вареного мяса в бульон при варке добавляют коренья и репчатый лук. Соль и специи кладут в бульон за 15-20 мин до готовности мяса, лавровый лист - за 5 мин. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Требования к оформлению, подаче и реализации

На гарнир к отварным мясopодуктам рекомендуется подавать отварные или припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис и другие рассыпчатые каши.

Органолептические показатели

Внешний вид: отварное мясо нарезано ломтиками поперек волокон

Цвет: от серого до темно-серого

Консистенция: мягкая, нежная, сочная

Вкус и запах: определенного вида вареного мяса, умеренно соленый.

Калькулятор _____

Зав. производством _____

Технологическая карта №19

Наименование: Сельдь с с зел.горошком ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Сельдь соленая	79.37	50.00	50.00	79.37	50.00	50.00
Горошек зеленый консервированный	76.92	50.00	50.00	76.92	50.00	50.00
Петрушка (зелень)	4.05	3.00	3.00	4.05	3.00	3.00
Выход:	-	-	100.00	-	-	100.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 100.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.36	8.66	3.49	133.47

Минералы и витамины

в 100.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Вит. мин С, г	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
53.35	148.85	48.55	1.11	0.07	9.50	0.07	1.00

Технология приготовления

Сельдь без головы и кожи с костями вымочить, тушку нарезать на порции. Банки с зеленым горошком промыть, протереть, прогреть, бульон отделить. Выход сельди с костью - 62 г, выход без костей - 50 г.

Выход зеленого горошка (консервированного) составляет 50 г.

При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: Сельдь аккуратно нарезана, рядом горкой выложен зеленый горошек, украшено зеленью петрушки.

Цвет: Сельди- светло-серый.

Консистенция: Сельди- нежная.

Вкус и запах: Вкус приятный, для маринованной сельди- с ароматом пряностей. сельди с ароматом растительного масла.

Зав. производство _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №20

Наименование: Овощи тушеные

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
морковь п/ф	50.00	50.00	50.00	50.00	50.00	50.00
Капуста белокочанная п/ф	75.00	75.00	75.00	75.00	75.00	75.00
Горошек зеленый консервированный	30.77	20.00	20.00	30.77	20.00	20.00
лук репчатый п/ф	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
Масло подсолнечное	8.00	8.00	8.00	8.00	8.00	8.00
Сметана 20%-ной жирности	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Мука пшеничная в.с.	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00
Соль поваренная	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Вода питьевая	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00
Полуфабрикат: овощи припущенные	-	194.00	-	-	194.00	-
Выход:	-	-	155.00	-	-	155.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 1 5.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
3.35	9.99	3.64	148.90

Минералы и витамины

в 155.00 г содержится							
Кальций (а), мг	Фосфор (Р), мг	Магний (Mg), мг	Желез (Fe), мг	Витамин В1, мг	Вит мин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
60.56	77 37	33.56	0.61	0.07	19.89	0.23	3.88

Технология приготовления

Подготовленные морковь и белокочанную капусту нарезать небольшими кубиками и дольками, припустить отдельно в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла, соли до готовности. Лук репчатый очистить, пассеровать с растительным маслом. Консервированный зеленый горошек прогреть до кипения в отваре и откинуть на сито. Припущенные овощи, зеленый горошек, пассерованный лук соединить, залить сметанным соусом, приготовленным из подсушенной муки сметаны и воды, тушить при слабом кипении до готовности. Для диет НБД, НКД блюдо готовить без соли.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: капуста и морковь нарезана дольками, сохранили форму
 Цвет: продуктов, входящих в блюдо
 Консистенция: мягкая, плотная
 Вкус и запах: тушеных овощей

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №21

Наименование: Огурец соленый

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Огурцы соленые	111.11	100.00	100.00	111.11	100.00	100.00
Выход:	-	-	100.00	-	-	100.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 100.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.80	0.10	1.60	13.00

Минералы и витамины

в 100.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
23.00	24.00	14.00	0.60	0.02	5.00	0.01	0.10

Технология приготовления

Индивидуальную банку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью. Огурцы промывают и удаляют место прикрепления плодоножки.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Подают в качестве подгарнировки к гарниру.

Органолептические показатели

Внешний вид: Огурцы сохранили форму.

Цвет: Оливковый

Консистенция: Огурцы –упругие, хрустящие

Вкус и запах: В меру соленый, приятный.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №22

Наименование: Суп гороховый на м/б ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Горох сухой	35.35	35.00	35.00	35.35	35.0	35.00
лук репчатый п/ф	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
морковь п/ф	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Соль поваренная	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50
Бульон мясной	450.00	450.00	450.00	450.00	450.0	450.00
Выход:	-	-	500.00	-	-	500.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 500.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
9.60	6.2	16.67	171.11

Минералы и витамины

в 500.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, м	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
38.50	93.40	36.70	2.64	0.30	1.80	0.04	2.44

Технология приготовления

Горох перебрать, промыть, заложить в холодную воду на 3-4 часа, варить в этом же бульоне до размягчения, затем добавить нарезанный кубиками картофель, пассерованные в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного морковь, лук репчатый и варить до готовности, затем добавить горячий мясной бульон, соль и довести до кипения. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью.

**Требования к оформлению, подаче и реализации
Органолептические показатели**

Внешний вид: в жидкой части картофель, нарезанный кубиками или дольками, горох в виде целых, неразваренных горошин

Цвет: светло - желтый

Консистенция: картофель и овощи - мягкие, горох - лущеный - пюреобразный

Вкус и запах: меренно соленый, свойственный гороху

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Школьные столовые

Технологическая карта №23

Наименование: Суп лапша на курином бульоне ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Макаронные изделия в.с., яичные	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00	30.00
лук репчатый п/ф	12.00	12.00	12.00	12.00	12.00	12.00
Бульон куриный	450.00	450.00	450.00	450.00	450.00	450.00
морковь п/ф	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
Соль поваренная	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Укроп (зелень)	13.51	10.00	10.00	13.51	10.00	10.00
Полуфабрикат: суп	-	500.00	-	-	500.00	-
Курица 1-й категории	23.26	10.00	10.00	23.26	10.00	10.00
Выход:	-	-	500.00	-	-	500.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 500.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углев ды, г	ккал
5.94	5.89	20.56	170.08

Минералы и витамины

в 500.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
37.27	56.41	19.48	0.99	0.06	5.97	0.14	2.90

Технология приготовления

Для приготовления бульона использовать целые тушки кур, залить водой, довести до кипения, удалить пену, варить при слабом кипении до готовности (1-2 часа). За 30-40 минут до готовности в бульон добавить соль, репчатый лук, морковь. Готовый бульон процедить.

Подготовленные морковь, репчатый лук мелко нашинковать, припустить в небольшом количестве воды или овощного отвара с добавлением масла, соли. Добавить процеженный куриный бульон, ввести заранее отваренную и откинутую на сито лапшу (вермишель), довести до кипения. Вареную курицу нарубить на порции и подать вместе с супом. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью укропа.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: жидкая часть бульона прозрачная. Лапша сохранила форму, на поверхности зелень петрушки

Цвет: бульона - золотистый, лапши - белый с кремовым оттенком

Консистенция: лапши-мягкая, нежная. Соблюдается соотношение жидкой и плотной частей.

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящих в суп, мяса отварной птицы

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №24

Наименование: Рассольник на мясном бульоне со сметаной ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
картофель п\ф	150.00	150.00	150.00	150.00	150.00	150.00
Крупа рисовая	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
морковь п/ф	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00
лук репчатый п/ф	11.00	11.00	11.00	11.00	11.00	11.00
Огурцы соленые	33.33	30.00	30.00	33.33	30.00	30.00
Соль поваренная	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Укроп (зелень)	10.81	8.00	8.00	10.81	8.00	8.00
Бульон мясной	450.00	450.00	450.00	450.00	450.00	450.00
Лавровый лист	0.01	0.01	0.0	0.01	0.01	0.01
Полуфабрикат: суп	-	500.00	-	-	500.00	-
Сметана 20%-ной жирности	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Выход:	-	-	510.00	-	-	510.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 510.00 г содержится			
Бел и, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
7.17	7.43	7.79	237.54

Минералы и витамины

в 510.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфо (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
62.15	158.82	58.24	2.10	0.20	1.73	0.33	0.62

Технология приготовления

Крупу перебрать, промыть, заложить в кипящую воду, варить до полуготовности, отвар слить, а крупу промыть, дать стечь воде. Соленые огурцы или консервированные очистить от кожицы, нарезать соломкой или ромбиком, припустить в небольшом количестве бульона или воды в течение 15 минут. Картофель нарезать брусочками или дольками. Морковь и лук пассеровать в небольшом количестве воды с добавлением масла. В кипящий бульон положить приготовленную крупу, картофель, довести до кипения, добавить пассерованные овощи, через 5-10 минут ввести припущенные огурцы. В конце варки добавить соль. При подаче заправить сметаной, посыпать мелко нарезанной зеленью.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: в жидкой части рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезанные ромбиками или соломкой, картофель - брусочками, коренья - соломкой.

Цвет: желтый, жира на поверхности - желтый, овощей - натуральный.

Консистенция: овощей - сочная, мягкая; огурцов - слегка хрустящая; крупа хорошо разварившаяся, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Вкус и запах: умеренно соленый, с умеренной кислотностью. Запах продуктов входящих в рассольник.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №25

Наименование: Щи из св. капусты с картоф. на мясном бульоне ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб аб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб аб	Нетто
Капуста белокочанная п/ф	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00
картофель п\ф	5 .00	52.00	52.00	52.00	52.00	52.00
морковь п/ф	24.00	24.00	24.00	24.00	24.00	24.00
лук репчатый п/ф	17.00	17.00	17.00	17. 0	17.00	17.00
Соль поваренная	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50
Бульон мясной	450.00	450.00	450.00	450.00	450.00	450.00
Помидоры	29.41	25.00	25.00	29.41	25.00	25.00
Лук зеленый	9.62	7.69	5.00	9.62	7.69	5.00
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Укроп (зелень)	6.76	5.00	5.00	6.76	5.00	5.00
Полуфабрикат: суп	-	500.00	-	-	500.00	-
Сметана 20%-ной жирности	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Выход:	-	-	510.00	-	-	510.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 510.00 г содержится			
Бел и, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
6. 4	7.06	2.00	160.34

Минералы и витамины

в 510.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
94.40	104.17	49.66	1.16	0.12	4 .76	0.25	0.58

Технология приготовления

Подготовленные овощи: морковь, репчатый лук мелко нарезать, пассеровать в масле, в конце добавить томатное пюре или свежие помидоры. Белокачанную капусту зачистить, промыть, нарезать соломкой, залить горячим мясным бульоном, довести до кипения, добавить мелко нарезанный картофель, припущенные овощи, соль и варить на слабом огне до готовности. При подаче суп заправить сметаной и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: в жидкой части щей - капуста, нарезанная шашками, морковь, лук, картофель – дольками

Цвет: желтый, жира на поверхности - оранжевый; овощей - натуральный

Консистенция: капуста упругая, овощи мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Вкус и запах: капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый.

Пассерованных овощей, капусты

Технологическая карта №26

Наименование: Суп рисовый с кабачками на мясном бульоне со сметаной ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порц и(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Н тто и полуфа б	Нетто
Крупа рисовая	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.0
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.0	5.00	5.00
Соль поваренная	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50
морковь п/ф	15.00	15.00	15.00	15.00	5.00	15.00
Кабачки	83.64	67.00	67.00	83.64	67.00	67.00
Укроп (зелень)	13.51	10.00	10.00	13.51	10.00	10.00
Бульон мясной	450.00	450.00	450.00	450.00	450.00	50.00
лук репчатый п/ф	12.00	12.00	12.00	12.00	12.00	12.00
Полуфабрикат: суп	-	500.00	-	-	500.00	-
Сметана 10%-ной жирности	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Выход:	-	-	510.00	-	-	510.00

Пищевая и энергитическая ценность

в 510.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
5.17	6.23	18.60	157.61

Минералы и витамины

в 510.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
51.92	70.25	31.41	0.85	0.05	11.02	0.16	0.48

Технология приготовления

В кипящую воду ввести пассерованный, с добавлением масла, лук репчатый. Морковь мелко нарезать, припустить в небольшом количестве воды, соединить с припущенными овощами. Рис перебрать, промыть, заложить в кипящую воду, варить на слабом огне 20-30 минут, затем добавить овощи, пассерованные и припущенные, нарезанные мелкими кубиками кабачки, посолить и варить до готовности. При подаче готовый суп заправить сметаной и посыпать мелко нарезанной зеленью. Для диеты ЩД блюдо готовить в протертом виде.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: в жидкой части супа овощи нарезаны кубиками

Цвет: золотистый

Консистенция: овощи мягкие, крупа хорошо разварившаяся

Вкус и запах: продуктов, входящих в суп

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №27

Наименование: Суп из сборных овощей вегетарианский со сметаной ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Капуста цветная	106.84	55.56	50.00	106.84	55.56	50.00
Фасоль стручковая замороженная	25.53	23.00	23.00	25.50	23.00	23.00
Горошек зеленый консервированный	38.46	25.00	25.00	38.46	25.00	25.00
лук репчатый п/ф	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
картофель п\ф	50.00	50.00	50.00	50.00	50.00	50.00
морковь п/ф	15.0	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
Укроп (зелень)	13.51	10.00	10.00	13.51	10.00	10.00
Томатная паста	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Соль поваренная	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Вода питьевая	450.00	450.00	450.00	450.00	450.00	450.00
Полуфабрикат:		500.00	-	-	500.00	-
Сметана 20%-ной жирности	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Выход:	-	-	510.00	-	-	510.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 510.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
4.70	7.23	7.98	154.29

Минералы и витамины

в 510.00 г содержится							
Кальций (Ca), м	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
78.00	116.37	51.13	2.17	0.18	34.19	0.29	2.79

Технология приготовления

Подготовленные овощи: морковь, лук мелко нарезать, припустить в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла. В кипящую воду положить мелко нашинкованную свежую капусту или цветную, мелко нарезанный картофель, овощную фасоль и варить 10-15 минут, затем добавить припущенные овощи, консервированный зеленый горошек, помидоры свежие или томат-пюре и варить до готовности 10-15 минут. При подаче готовый суп посыпать мелко нарезанной зеленью и заправить сметаной.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: в жидкой части овощи нарезаны соломкой, картофель - брусочками

Цвет: желтый, жира – оранжевый, овощей - натуральные

Консистенция: соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Вкус и запах: кисло-сладкий, умеренно соленый, продуктов входящих в суп

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №28

Наименование: Борщ со свежей капустой вегетарианский со сметаной ОВД

Нормативный документ: Техничко Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и пол фаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Укроп (зелень)	13.51	10.00	10.00	13.51	10.00	10.00
Свекла п/ф	90.00	90.00	90.00	90.00	90.00	90.00
Капуста белокочанная п/ф	90.00	90.00	90.00	90.00	90.00	90.00
лук репчатый п/ф	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
картофель п\ф	60.00	60.00	60.00	60.00	60.00	60.00
морковь п/ф	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Томатная паста	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Соль поваренная	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Вода питьевая	450.00	450.00	450.00	450.00	450.00	450.00
Мука пшеничная в.с.	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Сахар-песок	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00
Полуфабрикат:	-	500.00	-	-	500.00	-
Сметана 20%-ной жирности	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Выход:	-	-	510.00	-	-	510.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 510.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Угл воды, г	ккал
5.43	7.23	8.70	214. 9

Минералы и витамины

в 510.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
120.79	135.22	64.16	2.30	0.13	37.59	0.21	2.74

Технология приготовления

Подготовленные овощи : морковь. репчатый лук мелко нарезать, припустить в небольшом количестве воды с добавлением масла. Свеклу мелко нарезать, тушить в небольшом количестве воды с добавлением оставшегося мас. за 5-10 минут до окончания тушения добавить томатную пасту или свежие помидоры. В кипящий бульон заложить свежую капусту, нашинкованную соломкой, довести до кипения, затем добавить нарезанный брусочками картофель варить 10-15 минут, ввести пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варить борщ при слабом кипении до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавить соль, сахар, специи и заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой и довести до готовности. При подаче суп посыпать мелко нарезанной зеленью укропа, заправить сметаной.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: в жидкой части борща овощи сохранили форму нарезки, на поверхности – жир, сметана

Цвет: бульона - малиново-красный, жира - оранжевый

Консистенция: свеклы, овощей, мяса – мягкая, капусты – упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Вкус и запах: кисло-сладкий, умеренно соленый, продуктов входящих в борщ

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №29

Наименование: Гуляш из отварного мяса ОВД

Нормативный документ: Техничко Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Говядина (вырезка)	177.51	13.65	81.00	177.51	130.65	81.00
лук репчатый п/ф	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Мука пшеничная в.с.	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00
Томатная паста	5.00	5.00	5.00	5.0	5.00	5.00
Бульон мясной	70.00	70.00	70.00	70.00	70.00	70.00
Соль поваренная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
Выход:	-	-	115.00	-	-	115.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 115.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
16.7	6.85	3.66	147.01

Минералы и витамины

в 115.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
12.16	147.77	20.29	2.35	0.06	3.75	0.01	2.66

Технология приготовления

Подготовленное мясо отварить крупным куском до полуготовности, охладить. Лук нашинковать и пассеровать с добавлением растительного масла. Отварное мясо нарезать мелкими кубиками по 20-30 г, залить мясным бульоном или кипяченой водой, добавить пассерованную томатную пасту и тушить в закрытой посуде. Затем добавить пассерованный лук, соль и тушить еще 30-40 минут до готовности.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Отпускают гуляш с соусом и гарниром

Органолептические показатели

Внешний вид: мясо нарезанное кубиками, в соусе уложено на тарелку, сбоку- гарнир

Цвет: мяса - серый, соуса - светло-коричневый

Консистенция: мяса - мягкая, сочная, соуса - однородная слегка вязкая

Вкус и запах: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый; мяса с ароматом овощей

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №30

Наименование: Бефстроганов из отварного мяса ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Полуфабрикат: мяса отварного	-	30.00	-	-	30.00	-
Изделие: соус	-	25.00	-	-	25.00	-
Говядина (вырезка)	65.74	48.39	30.00	65.74	48.39	30.00
морковь п/ф	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00
Мука пшеничная в.с.	2.50	2.50	2.50	2.50	2.50	2.50
Масло подсолнечное	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00
Сметана 20%-ной жирности	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Молоко 3.5%-ной жирности	25.00	25.00	25.00	25.00	25.00	25.00
соль йодированная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
Выход:	-	-	55.00	-	-	55.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 55.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
6.83	5.28	2.99	87.02

Минералы и витамины

в 55.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
34.05	82.07	33.92	0.85	0.03	0.49	0.03	1.53

Технология приготовления

Подготовленное мясо (массой не более 2 кг) заложить в горячую воду(на 1 кг мяса-1.5 л воды) и варить при слабом кипении, для улучшения вкуса и аромата отварного мяса в бульон за 25-30 минут до готовности добавить морковь. Отварное мясо нарезать брусочками длиной 30-40 мм и соединить с отварной протертой морковью, залить сметанным соусом, приготовленным из молока, подсушенной муки, соли и сметаны, и тушить в течение 5-10 минут при слабом кипении. Подавать бефстроганов вместе с соусом и гарниром.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Отпускают бефстроганов вместе с соусом, гарнир подают отдельно. Гарниры - картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, крокеты картофельные.

Органолептические показатели

Внешний вид: отварное мясо, нарезанное тонкими брусочками длиной 3-4 см, массой 5-7 гр с протертой морковью в соусе, уложен на тарелку

Цвет: мяса- серый, соуса - оранжевый с матовым оттенком

Консистенция: мяса- мягкая, соуса - однородная, слегка вязкая

Вкус и запах: вареного мяса, умеренно соленый. мяса с ароматом сметаны, моркови

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №31

Наименование: Котлеты мясные (паровые) ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Говядина (котлетное мясо)	120.92	89.00	89.00	120.92	89.00	89.00
Вода питьевая	21.00	21.00	21.00	21.00	21.00	21.00
Хлеб выс. сорт формовой	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
соль йодированная	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Масса полуфабриката:	-	125.00	-	-	125.00	-
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Выход:	-	-	110.00	-	-	110.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 110.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
16.16	12.09	7.32	201.24

Минералы и витамины

в 110.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
10.87	157.14	19.08	2.45	0.06	0.00	0.02	0.57

Технология приготовления

Измельченное на мясорубке мясо соединяют с пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно замоченным в молоке, добавляют соль, репчатый лук, яйцо обрабатывают в соответствии с Санитарными правилами и перемешивают. Из готовой котлетной массы разделяют изделия котлеты - овально-приплюснутой формы с заостренным концом. Котлеты запекают без предварительного обжаривания при температуре 250-280°C в течение 20-25 мин в жарочном шкафу или в пароконвектомате при температуре 180-200°C в течение 20-30 мин. При отпуске изделия поливают соусом.

Требования к оформлению, подаче и реализации

При раздаче блюдо должно иметь температуру +60..+65°C.

Органолептические показатели

Внешний вид: форма котлет - овально-приплюснутая с заостренным концом или биточков овально-приплюснутая или шницели плоскоооальной формы, сбоку подлит соус и уложен гарнир
 Цвет: корочки - коричневый, на разрезе - светло-серый
 Консистенция: пышная, сочная, однородная
 Вкус и запах: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №32

Наименование: Рагу овощное с птицей

Нормативный документ: Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
картофель п/ф	72.80	72.80	72.80	72.80	72.80	72.80
морковь п/ф	15.20	15.20	15.20	15.20	15.20	15.20
лук репчатый п/ф	8.80	8.80	8.80	8.80	8.80	8.80
Масло подсолнечное	5.60	5.60	5.60	5.60	5.60	5.60
Цыпленок 1-й категории	67.21	65.60	65.60	67.21	65.60	65.60
Томатное пюре	5.60	5.60	5.60	5.60	5.60	5.60
Мука пшеничная в.с.	0.80	0.80	0.80	0.80	0.80	0.80
Соль поваренная	1.60	1.60	1.60	1.60	1.60	1.60
Выход:	-	-	160.00	-	-	160.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 160.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
15.36	11.58	3.99	261.05

Минералы и витамины

в 160.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
41.29	218.81	53.59	2.09	0.15	15.63	0.11	2.98

Технология приготовления

Предварительно отварить обработанную тушку курицы. Мякоть вареных кур очистить от костей, мелко нарезать. Картофель мелко нарезать и отварить до полуготовности, отвар слить. Мелко нарезанные морковь и лук пассеровать в небольшом количестве воды с добавлением масла. Подготовленную курицу соединить с пассерованными овощами, отварным картофелем, добавить соль, пассерованную до розового цвета муку, развести куриным бульоном или водой и тушить до готовности.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Отпускают рагу с соусом и гарниром

Органолептические показатели

Внешний вид: мясо вместе с соусом и гарниром уложены на тарелочку, овощи сохранили форму нарезки

Цвет: оранжевый

Консистенция: сочная, мягкая

Вкус и запах: приятный, продуктов входящих в рагу

Технологическая карта №33

Наименование: Картофельная запеканка с мясом ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
картофель п\ф	170.00	170.00	170.00	170.00	170.00	170.00
Яйца куриные 1 кат. *	8.00	8.00	8.00	8.00	8.00	8.00
Сметана 20%-ной жирности	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Молоко 3.5%-ной жирности	31.57	31.57	30.00	31.57	31.57	30.00
Сухари панировочные	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00
соль йодированная	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Масса молуфабриката:	-	262.00	-	-	262.00	-
Говядина (вырезка)	100.81	74.19	46.00	100.81	74.19	46.00
Масса отварного мяса:	-	46.00	-	-	46.00	-
Масло подсолнечное	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Выход:	-	-	225.00	-	-	225.00

Примечания:

* 1/5 шт.

Пищевая и энергетическая ценность

в 225.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
14.87	11.02	3.62	287.00

Минералы и витамины

в 225.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
65.43	231.13	84.47	3.02	0.21	13.76	0.21	3.59

Технология приготовления

Мясо промыть, зачистить от сухожилий, отварить, охладить, пропустить 2 раза через мясорубку, посолить, хорошо вымешать. Картофель очистить, промыть, сварить, пропустить вместе с горячим молоком через протирочную машину, посолить, добавить сырое яйцо, масло и хорошо вымешать. На противень, смазанный маслом (2 г рецептурного количества) и посыпанный панировочными сухарями, выложить 1/2 картофельного пюре, положить слой вареного рубленого мяса, сверху накрыть оставшейся половиной картофельного пюре, смазать сметаной и запечь в жарочном шкафу при температуре 250° -280° ° (или в пароконвектомате при температуре 180°С до образования румяной корочки на поверхности изделия. При подаче нарезать на порции.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Запеканку можно готовить в виде рулета или зраз. При раздаче блюдо должно иметь температуру +60..+65°С

Органолептические показатели

Внешний вид: поверхность ровная, с легкой румяной корочки

Цвет: белый, фарш-серый

Консистенция: рыхлая, нежная, фарш сочный

Вкус и запах: картофеля и мяса, солоноватый картофеля и мяса

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №34

Наименование: Фрикадельки мясные (паровые)

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Говядина (котлетное мясо)	59.00	42.00	42.00	57.07	42.00	42.00
Хлеб выс. сорт формовой	8.00	8.00	8.00	8.00	8.00	8.00
Вода питьевая	11.00	11.00	11.00	11.00	11.00	11.00
Соль поваренная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
лук репчатый п/ф	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00
Полуфабрикат фрикадельки	-	59.00	-	-	59.00	-
Фрикадельки готовые	-	55.00	-	-	55.00	-
Выход:	-	-	55.00	-	-	55.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 50.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
7.74	5.44	3.90	96.03

Минералы и витамины

в 50.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
6.32	76.63	9.61	1.20	0.03	0.40	0.01	0.28

Технология приготовления

Мясо промыть, зачистить, пропустить через мясорубку 2 раза (либо используем говяжий фарш п/ф), смешать с размоченным в воде хлебом, добавить репчатый лук, снова пропустить через мясорубку, посолить, хорошо выбить котлетную массу. Затем сформовать шарики и готовить в пароконвектомате на пару при температуре 80°-100°С до готовности 15-20 минут. При подаче можно полить растопленным сливочным маслом Для диеты НКД подавать без масла.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Отпускают с гарниром и сливочным маслом или соусом. Гарниры - каши вязкие, макаронные изделия отварные, пюре картофельное, пюре из моркови или свеклы. Соус - молочный.

Органолептические показатели

Внешний вид: фрикадельки в виде шариков с равномерной без трещин мягкой корочкой
 Цвет: коричневый
 Консистенция: в меру плотная, сочная, однородная
 Вкус и запах: тушеного мяса

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №35

Наименование: Рулет мясной запеченный

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб аб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб аб	Нетто
Масло сливочное *	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Яйца куриные 1 кат. **	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
соль йодированная	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Хлеб выс. сорт формовой	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
Вода питьевая	22.00	22.00	22.00	22.00	22.00	22.00
Говядина (котлетное мясо)	105.98	78.00	78.00	105.98	78.00	78.00
Полуфабрикат	-	123.00	-	-	123.00	-
Выход:	-	-	105.00	-	-	105.00

Примечания:

* для смазывания

** 1/4 шт.

Пищевая и энергетическая ценность

в 105.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
2.40	2.69	7.37	63.71

Минералы и витамины

в 105.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
8.80	28.07	3.17	0.41	0.02	0.00	0.03	0.25

Технология приготовления

Размороженное мясо промыть, зачистить от сухожилий, пропустить через мясорубку (решетки с диаметром 9 и 5 мм) 2 раза, смешать с размоченным в воде и отжатым хлебом, снова пропустить через мясорубку, посолить и хорошо выбить. В котлетную массу добавить сырые яйца и хорошо перемешать. Затем котлетную массу разложить на салфетку и придать изделию форму рулета, который уложить на противень, смазанный маслом (2 г рецептурного количества). Поверхность рулета смазать яйцом, слелать 2-3 прокола и запекать в жарочном кафу при температуре 250-280 градусов около часа до готовности.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Запеканку можно готовить в виде рулета или зраз. При раздаче блюдо должно иметь температуру +60..+65°C

Органолептические показатели

Внешний вид: поверхность ровная, с легкой румяной корочки

Цвет: белый, фарш-серый

Консистенция: рыхлая, нежная, фарш сочный

Вкус и запах: картофеля и мяса, солоноватый картофеля и мяса

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №36

Наименование: Котлеты биточки из кур (паровые) ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
соль йодированная	0.47	0.47	0.47	0.47	0.47	0.47
филе куринное	112.22	104.88	72.95	112.22	104.88	72.95
Хлеб выс. сорт подовый	15.16	15.16	15.16	15.16	15.16	15.16
Молоко 3.5%-ной жирности	1.89	1.89	1.89	1.89	1.89	1.89
Масло подсолнечное	1.89	1.89	1.89	1.89	1.89	1.89
Масса полуфабриката:	-	97.58	-	-	97.58	-
Масло сливочное	4.74	4.74	4.74	4.74	4.74	4.74
Выход:	-	-	90.00	-	-	90.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 90.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
7.20	5.20	3.79	91.09

Минералы и витамины

в 90.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
12.04	15.41	9.06	0.11	0.01	0.06	0.00	0.97

Технология приготовления

Филе куриной грудки предварительно разморозить, промыть под проточной водой, пропустить

через мясорубку 2 раза, добавить размоченный в молоке пшеничный хлеб, вновь пропустить через мясорубку, добавить соль, тщательно вымесить, хорошо выбить. Из котлетной массы сформировать котлеты (удлиненной формы) или биточки (круглоприплюснотой формы), уложить в сотейник, смазанный растительным маслом (2 г рецептурного количества) и варить на пару (или в пароконвектомате на пару при температуре 80°-100°С до готовности. При подаче котлеты можно полить сливочным маслом.

Требования к оформлению, подаче и реализации

При раздаче блюдо должно иметь температуру +60..+65°С.

Органолептические показатели

Внешний вид: форма котлет - овально-приплюснутая с заостренным концом или биточков овально-приплюснутая или шницели плоскоовальной формы, сбоку подлит соус и уложен гарнир

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

Консистенция: пышная, сочная, однородная

Вкус и запах: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №37

Наименование: Рыба отварная (горбуша) с маслом, свежей зеленью ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
морковь п/ф	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00
соль йодированная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
Горбуша	170.00	119.00	119.00	170.00	119.00	119.00
Петрушка (зелень)	6.76	5.00	5.00	6.76	5.00	5.00
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Выход:	-	-	105.00	-	-	105.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 105.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
21.71	15.38	0.44	224.14

Минералы и витамины

в 105.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
16.37	142.68	12.33	0.66	0.13	3.05	0.07	4.14

Технология приготовления

Обработанную непластованную рыбу разобрать на филе с кожей и реберными костями, промыть, нарезать на кусочки (по одному на порцию). Куски выложить в один ряд в посуду кожей вверх, залить горячей водой, уровень которой должен быть на 3-5 см выше поверхности рыбы, добавить морковь, соль. Когда жидкость закипит, удалить пену и варить рыбу до готовности без кипения при температуре 85-90 градусов в течение 5-7 минут, считая с момента закипания воды. Хранить рыбу в горячем бульоне не более 30-40 минут. При подаче полить маслом, посыпать свежей зеленью петрушки.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: целый отварной кусок рыбы уложен на тарелку и полит маслом или соусом, сбоку гарнир

Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти у рыбы

Вкус и запах: рыбы в сочетании с соусом или маслом, умеренно соленый, рыбный с ароматом соуса

Технологическая карта №38

Наименование: Котлета рыбная (горбуша) паровая

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Хлеб выс. сорт формовой	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00	18.00
Молоко 2.5 %-ной жирности	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00
Соль поваренная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
Горбуша	136.36	75.00	75.00	136.36	75.00	75.00
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Яйца куриные 1 кат.	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00
Полуфабрикат котлеты	-	59.00	-	-	59.00	-
Изделие котлеты	-	50.00	-	-	50.00	-
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Выход:	-	-	105.00	-	-	105.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 105.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
17.12	12.18	9.67	219.91

Минералы и витамины

в 105.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин C, мг	Витамин A, мг	Витамин E, мг
43.31	181.44	40.89	0.74	0.14	0.37	0.06	3.60

Технология приготовления

Подготовленное филе рыбы без кожи и костей (филе промышленное разморозить) измельчить на мясорубке (решетки 9 и 5 мм) вместе с замоченным в молоке пшеничным хлебом, добавить соль, яйцо, все тщательно перемешать, пропустить вновь через мясорубку и выбить. Из рыбной котлетной массы сформовать котлеты или биточки по 2 штуки на порцию и варить на пару или в емкости, залитой водой до готовности в течение 10-20 минут (или в пароконвектомате на пару при температуре 80°-100°С). При подаче полить растительным маслом. Для диеты НКД блюдо подавать без растительного масла.

Требования к оформлению, подаче и реализации

При отпуске котлеты или биточки гарнируют, поливают сливочным маслом или соусом. Гарниры - каши вязкие, картофель отварной, пюре картофельное, пюре из кабачков, пюре из тыквы, капуста, тушенная с яблоками. Соусы - молочный, сметанный.

Органолептические показатели

Внешний вид: котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом, сбоку гарнир
 Цвет: светло-серый
 Консистенция: сочная, нежная,
 Вкус и запах: продуктов, входящих в блюдо, запах рыбы.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №40

Наименование: Сосиски сардельки отварные с зеленым горошком (консервированным)

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Сосиски "Молочные"	51.25	50.00	50.00	51.25	50.00	50.00
Горошек зеленый консервированный	76.92	50.00	50.00	76.92	50.00	50.00
Выход:	-	-	100.00	-	-	100.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 50.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
6.61	7.87	3.25	111.77

Минералы и витамины

в 50.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
19.60	85.02	16.96	1.08	0.10	5.00	0.03	0.35

Технология приготовления

Сосиски или сардельки (искусственную оболочку предварительно снимают) кладут в подсолённую кипящую воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении 3-5 мин, сардельки 7-10 минут. Во избежание повреждения натуральной оболочки и ухудшения вкуса сосиски и сардельки не следует хранить в горячей воде.

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают чистой ветошью. Горошек консервированный прогревают в собственном отваре, помешивая, при температуре 90°С в течение 5 мин, отвар сливают, охлаждают до температуры 65° С.

Требования к оформлению, подаче и реализации

При отпуске сосиски или сардельки гарнируют и поливают маслом, горошек в качестве подгарнировки

Органолептические показатели

Внешний вид: Сосиски уложены на тарелку, рядом аккуратно уложен горошек, форма и цвет зеленого горошка не должны измениться

Цвет: сосисок-светло-розовый, горошка - зеленый

Консистенция: Сосиски, сардельки упругие, плотные, сочные, горошка - мягкая

Вкус и запах: мясной, умеренно соленный, горошек – умеренно соленный

Технологическая карта №41

Наименование: Запеканка творожная с сахаром ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Сметана 20%-ной жирности	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Творог полужирный *	81.66	80.00	80.00	81.66	80.00	80.00
Крупа манная	8.00	8.00	8.00	8.00	8.00	8.00
Сахар-песок	7.00	7.00	7.00	7.00	7.00	7.00
Яйца куриные I кат. **	7.00	7.00	7.00	7. 0	7.00	7.00
Масло сливочное	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Соль поваренная	0.15	0.15	0.15	0.15	0.15	0.15
Вода питьевая	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00
Молоко 3.5%-ной жирности	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Масса полуфабриката:	-	130.00	-	-	130. 0	-
Выход:	-	-	110.00	-	-	110.00

Примечания:

* Масса протертого творога

** 1/бшт.

Пищевая и энергетическая ценность

в 110.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
18.34	12.41	17.05	252.89

Минералы и витамины

в 110.00 г содержится							
К альций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
141.50	199.31	29.49	0.59	0.05	0.28	0.07	0.37

Технология приготовления

Яйцо обрабатывается в соответствии с санитарными правилами. Творог протереть, смешать с предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцом, сахаром и солью. Тщательно вымесить, подготовленную массу выложить слоем 3-4 см на смазанный маслом (2 г рецептурного количества) противень или форму. Поверхность массы разровнять, смазать сметаной (5 г), запекать в жарочном шкафу в течение 20-30 минут при температуре 200°-250°С (или в пароконвектомате при температуре 200°-220°С, 11-20 минут) до образования на поверхности изделия румяной корочки. При подаче запеканку нарезать на куски квадратной или прямоугольной формы. Для диеты НКД блюдо готовить без сахара и соли.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: порционные куски без трещин и подгорелых мест

Цвет: корочки- золотисто-желтый, на разрезе - белый, соуса - светло-коричневый

Консистенция: однородная, нежная, мягкая

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо. Слабовыраженный - творога

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №42

Наименование: Запеканка творожная с морковью ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Сметана 20%-ной жирности	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Творог полужирный	65.33	64.00	64.00	65.33	64.00	64.00
Крупа манная	6.00	6.00	6.00	6.00	6.00	6.00
Сахар-песок	6.00	6 00	6.00	6.00	6.00	6.00
Яйца куриные I кат. *	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00
Масло сливочное	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Соль поваренная	0.15	0.15	0.15	0.15	0.15	0.15
Вода питьевая	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Молоко 3.5%-ной жирности	10.00	10 00	10.00	10.00	10.00	10.00
морковь п/ф	22.00	22.00	22.00	22.00	22.00	22.00
Масло сливочное **	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Масса полуфабриката:	-	119.00	-	-	119.00	-
Выход:	-	-	100.00	-	-	100.00

Примечания:

* 1/10 шт.

** для смазывания

Пищевая и энергетическая ценность

в 100.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
15.50	12.28	14.48	234.71

Минералы и витамины

в 100.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
121.38	171.15	33.01	0.59	0.05	0.79	0.15	0.40

Технология приготовления

Очищенную и промытую сырую морковь нарезать соломкой, припустить с молоком и сливочным маслом до готовности, охладить до 50-60 градусов. Яйцо обрабатывается в соответствии с санитарными правилами. В охлажденную массу добавить протертый творог, яйца, сахар, манную крупу, ванилин (растворенный в горячей воде), соль и тщательно вымесить. Подготовленную массу выложить слоем 3-4 см на смазанный маслом (2 г рецептурного количества) противень или форму. Поверхность массы разровнять, смазать яйцом (1/10 часть рецептурной нормы яйца), запекать в жарочном шкафу в течение 20-30 минут при температуре 200°-250°С (или в пароконвектомате при температуре 200°-220°С 11-20 минут) до образования на поверхности изделия румяной корочки. При подаче запеканку нарезать на куски квадратной или прямоугольной формы. Готовую запеканку можно подавать под сметанным или сладким соусом, соответственно увеличив выход, химический состав и энергоценность готового блюда. Для диеты НБД блюдо готовить без соли.

**Требования к оформлению, подаче и реализации
Органолептические показатели**

Внешний вид: порционные куски без трещин и подгорелых мест

Цвет: корочки- золотисто-желтый, на разрезе - белый, соуса - светло-коричневый

Консистенция: однородная, нежная, мягкая

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо. Слабовыраженный - творога

Технологическая карта №43

Наименование: Пирожки печеные с капустой

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Мука пшеничная в.с.	37.12	37.12	37.12	37.12	37.12	37.12
Сахар-песок	2.67	2.67	2.67	2.67	2.67	2.67
Мargarин столовый молочный	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00
Меланж	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00
Соль поваренная	0.45	0.45	0.45	0.45	0.45	0.45
Дрожжи прессованные	1.34	1.34	1.33	1.34	1.34	1.33
Вода питьевая	9.86	9.86	9.86	9.86	9.86	9.86
Тесто дрожжевое	-	58.00	-	-	58.00	-
Соль поваренная	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25
Фарш из свежей капусты	-	25.00	-	-	25.00	-
Капуста белокочанная п/ф	30.00	30.00	30.0	30.00	30.00	30.00
Масло подсолнечное	1.75	1.75	1.75	1.75	1.75	1.75
Масса готовой капусты	-	22.50	-	-	22.50	-
лук репчатый п/ф	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Масло подсолнечное	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75	0.75
Масса пассерованного лука	-	2.50	-	-	2.5	-
Меланж	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50	1.50
Масло подсолнечное	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25	0.25
Мука пшеничная в.с. *	1.74	1.74	1.74	1.74	1.74	1.74
Выход:	-	-	75.00	-	-	75.00

Примечания:* На подпыл

Пищевая и энергетическая ценность

в 75.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
5.22	6.72	27.13	198.22

Минералы и витамины

в 75.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
22.85	46.11	9.65	0.45	0.08	14.00	0.02	1.84

Технология приготовления

Яйцо обрабатывается в соответствии с санитарными правилами. Дрожжевое тесто приготовленное опарным способом, выкладывают на подсыпанный мукой стол отрезают от его кусок массой 1-1,5кг, закатывают его в жгут и делят на куски требуемой массы. Затем куски формируют в шарики, делают им расстояния 5-6мин и раскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5-1см. На середину каждой лепешки кладут фарш (капустный, рисовый, с мясом и луком и др.) и защипывают края, придавая форму "лодочки", "полумесяца", цилиндрическую и др. Сформированные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки. За 5-10 мин перед выпечкой изделия смазывают яйцом. Пирожки выпекают при температуре 200°-240°С, 8-10минут (или в пароконвектомате при температуре 180°С, 8-12 минут).

Требования к оформлению, подаче и реализации

Органолептические показатели

Внешний вид: Форма "лодочки", "полумесяца", цилиндрическая.

Цвет: Поверхности - светло-коричневый, на разрезе: теста - кремовый, фарша - соответствует виду фарша.

Консистенция: Пористая, хорошо пропеченная.

Вкус и запах: Вкус - свойственный изделиям из дрожжевого теста. Запах - свойственный выпеченному дрожжевому тесту. без аромата перекисшего теста

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Школьные столовые

ООО "Кулинар"

Технологическая карта №44

Наименование: Желе лимонное

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Н тто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Лимон (свежий)	23.81	10.00	10.00	23.81	10.00	10.00
Сахар-песок	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00
Желатин пищевой	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Вода питьевая	130.00	130.00	130.00	130.00	130.00	130.00
Выход:	-	-	150.00	-	-	150.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 150.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
4.45	0.03	19.69	94.91

Минералы и витамины

в 150.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
3.84	1.72	0.85	0.06	0.00	1.80	0.00	0.02

Технология приготовления

С лимона срезать цедру, мелко нарезать ее, положить в кипящую воду, прокипятить в течение 2-3 минут, снять с плиты, закрыть крышкой, дать настояться, затем процедить, добавить сахар, довести до кипения, ввести замоченный в холодной кипяченой воде и растворенный желатин, вновь довести до кипения, влить отжатый лимонный сок, размешать, разлить в формочки и поставить на холод на 1,5-2 часа для застывания. При подаче нарезать на порции. Для диеты НКД готовить без сахара.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Органолептические показатели

Внешний вид: студнеобразная прозрачная блестящая масса из сока лимона.

Цвет: соответствует цвету лимона .

Вкус и запах: вкус кисло-сладкий, со свойственным ароматом лимона, без горьковатого привкуса.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №45

Наименование: Пюре картофельное ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
картофель п\ф	220.00	220.00	220.00	220.00	220.00	220.00
Молоко 2.5 %-ной жирности	40.03	40.03	38.00	40.03	40.03	38.00
Масло подсолнечное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Соль поваренная	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50	0.50
Выход:	-	-	250.00	-	-	250.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 250.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
5.25	6.55	1.17	219.05

Минералы и витамины

в 250.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
60.84	147.30	72.08	1.67	0.24	8.90	0.23	2.42

Технология приготовления

Очищенный картофель промыть, отварить в подсоленной воде до готовности, отвар слить. Горячий картофель пропустить через протирочную машину, затем, непрерывно помешивая, добавить в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растительное масло. Смесь перемешать до пышной однородной массы.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: протертая картофельная масса, аккуратно уложенная, подравненная и с нанесенным узором

Цвет: от светло-кремового до кремового или белый

Консистенция: густая, пышная, однородная

Вкус и запах: картофельного пюре, умеренно соленый, нежный с выраженным привкусом кипяченого молока и сливочного масла. свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока

Технологическая карта №46

Наименование: Рагу овощное тушеное в сметанном соусе ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
картофель п\ф	52.00	52.00	52.00	52.00	52.00	52.00
лук репчатый п/ф	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
морковь п/ф	33.00	33.00	33.00	33.00	33.00	33.00
Капуста белокочанная п/ф	40.00	40.00	40.00	40.00	40.00	40.00
Кабачки	49.93	40.00	40.00	49.93	40.00	40.00
Мука пшеничная в.с.	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Масло подсолнечное	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Сметана 20%-ной жирности	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Соль поваренная	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Вода питьевая	70.00	70.00	70.00	70.00	70.00	70.00
Масса полуфабриката:	-	256.00	-	-	256.00	-
Выход:	-	-	210.00	-	-	210.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 210.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
7.83	13.75	7.27	239.93

Минералы и витамины

в 210.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
50.79	76.24	34.38	0.96	0.08	12.03	0.20	4.77

Технология приготовления

Овощи предварительно очистить, промыть. Нарезанные дольками или кубиками картофель, морковь припустить в небольшом количестве воды, репчатый лук пассеровать с добавлением масла. Капусту белокочанную нарезать мелкими шашками и припустить. Из подсушенной муки, сметаны, овощного отвара или кипяченой воды приготовить сметанный соус. Картофель и овощи соединить с соусом и тушить 10-15 минут. После этого добавить нарезанные кабачки, очищенные от кожицы и семян, припущенную белокочанную капусту и тушить еще 15-20 минут. Добавить соль и довести до готовности.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: овощи нарезаны кубиками, капуста соломкой, овощи сохранили первоначальную форму нарезки.

Цвет: светло-оранжевый

Консистенция: овощей – мягкая

Вкус и запах: вкус умеренно соленый, слегка острый. Запах овощей, не допускается запах подгорелых овощей

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №47

Наименование: Каша гречневая рассыпчатая

Нормативный документ: Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Крупа гречневая	69.00	69.00	69.00	69.00	69.00	69.00
Соль поваренная	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Вода питьевая	104.00	104.00	104.00	104.00	104.00	104.00
Изделие каша гречневая	-	143.00	-	-	143.00	-
Масло сливочное	7.00	7.00	7.00	7.00	7.00	7.00
Выход:	-	-	150.00	-	-	150.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 150.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
8.55	7.89	42.05	277.84

Минералы и витамины

в 150.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
15.17	203.57	135.24	4.54	0.21	0.00	0.03	0.62

Технология приготовления

Перед варкой каши крупу перебирают и промывают в специальном промаркированном баке. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость, всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть. При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают сливочным маслом доведенным до кипения.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие мягкие сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются
 Цвет: свойственный данному виду крупы
 Консистенция: однородная, крупинки плотные рассыпчатая
 Вкус и запах: свойственный данному виду крупы

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №48

Наименование: Рис отварной

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Крупа рисовая	54.00	54.00	54.00	54.00	54.00	54.00
Вода питьевая	113.00	113.00	113.00	113.00	113.00	113.00
Соль поваренная	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Масло сливочное	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Изделие: Рис отварной	-	129.17	-	-	129.17	-
Выход:	-	-	155.00	-	-	155.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 155.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
3.74	43.08	31.95	470.38

Минералы и витамины

в 155.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
3.58	68.98	24.83	0.74	0.03	3.14	0.10	18.53

Технология приготовления

Рис перебрать, промыть в теплой и горячей воде, засыпать в кипящую, подсоленную воду, удалить всплывшие пустотелые зерна и варить до готовности. Откинуть рис на сито, добавить доведенное до кипения сливочное масло, тщательно перемешать, прогреть. Подавать в теплом виде на гарнир. Для диет НБД, НКД блюдо готовить без соли.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Температура подачи не ниже 65 градусов

Органолептические показатели

Внешний вид: Зерна риса хорошо набухшие, сохранившие форму, слегка разделяющиеся.

Цвет: от белого до кремового.

Консистенция: однородная, мягкая, рассыпчатая.

Вкус и запах: свойственные рисовой каше, с ароматом сливочного масла.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №49

Наименование: Макароны изделия отварные

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г		На 1 порции(й), г			
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Макаронные изделия в.с.	52.27	52.27	52.27	52.27	52.27	52.27
соль йодированная	1.60	1.60	1.60	1.60	1.60	1.60
Масло сливочное	8.53	8.53	8.53	8.53	8.53	8.53
Выход:	-	-	160.00	-	-	160.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 160.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
5.37	7.46	31.83	213.57

Минералы и витамины

в 160.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
4.19	37.46	7.11	0.79	0.06	0.00	0.03	0.87

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды. Макароны варят 20-30 минут, вермишель 10-12 минут, лапшу 20-25 минут. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом 1/3-1/2 от нормы, чтобы они не склеивались и не образовалось комков. Остальной частью масла макароны заправляются непосредственно перед отпуском.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Температура подачи не ниже 65 градусов

Органолептические показатели

Внешний вид: Макароны изделия сохранили форму, легко отделяются друг от друга

Цвет: Белый с кремовым оттенком

Консистенция: Мягкая, упругая в меру плотная

Вкус и запах: Свойственный отварным макаронным изделиям, умеренно соленый.

Технологическая карта №50

Наименование: Чай без сахара

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Чай черный байховый	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Вода питьевая	204.00	204.00	204.00	204.00	204.00	204.00
Выход:	-	-	200.00	-	-	200.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.80	0.20	0.16	0.00

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Технология приготовления

Заварить чай в емкости. Перед завариванием емкость ополоснуть горячей водой. всыпать чай, залить кипятком. оставить на 5-6 минут для настаивания, процедить. После этого чай влить в котел со вскипеющей горячей водой, размешать и настаивать еще 5-10 минут.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: Жидкость -золотисто - коричневого цвета, налита в стакан.

Цвет: Золотисто-коричневый.

Консистенция: Жидкая.

Вкус и запах: Вкус чуть терпкий. Запах свойственный чаю.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №51

Наименование: Чай с сахаром

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Чай черный байховый	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Вода питьевая	204.00	204.00	204.00	204.00	204.00	204.00
Сахар-песок	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Выход: (200/10)	-	-	210.00	-	-	210.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.40	0.10	15.05	56.85

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Технология приготовления

Заварить чай в емкости. Перед завариванием емкость ополоснуть горячей водой, всыпать чай, залить кипятком, оставить на 5-6 минут для настаивания, процедить. После этого чай влить в котел со вскипевшей горячей водой, добавить сахар, размешать и настаивать еще 5-10 минут. Сахар можно подавать отдельно порционно.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Подача охлажденным при t 8-10°C. В горячем виде при t не ниже 75°C.

Органолептические показатели

Внешний вид: Жидкость -золотисто - коричневого цвета, налита в стакан.

Цвет: Золотисто-коричневый

Консистенция: Жидкая.

Вкус и запах: Вкус сладкий, чуть терпкий. Запах свойственный чаю.

Калькулятор _____

Зав. производством _____

Технологическая карта №52

Наименование: Чай с молоком

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Чай черный байховый	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00
Молоко 2.5 %-ной жирности	53.00	50.00	50.00	53.00	50.00	50.00
Вода питьевая	153.00	153.00	153.00	153.00	153.00	153.00
Выход:	-	-	200.00	-	-	200.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
1.49	1.33	2.51	27.56

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
63.60	63.60	47.70	0.05	0.02	0.69	0.01	0.00

Технология приготовления

Заварить чай в емкости. Перед завариванием емкость ополоснуть горячей водой, всыпать чай, залить кипятком, оставить на 5-6 минут для настаивания, процедить. После этого чай влить в котел со вскипящей горячей водой, добавить горячее молоко, довести до кипения. Горячее кипяченое молоко можно подавать отдельно в молочнике.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: жидкость серовато-белого цвета, налит в стаканы

Цвет: серовато-белый

Консистенция: жидкая

Вкус и запах: свойственный молоку и чаю

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №53

Наименование: Кофе с молоком

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
кофейный напиток	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Молоко 2.5 %-ной жирности	105.00	100.00	100.00	105.00	100.00	100.00
Сахар-песок	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
Вода питьевая	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00
Выход:	-	-	215.00	-	-	215.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 215.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
3.62	4.39	20.03	120.90

Минералы и витамины

в 215.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
126.00	126.00	126.00	0.10	0.04	1.37	0.03	0.10

Технология приготовления

Посуду ополоснуть кипятком, насыпать кофе, залить кипятком, довести до кипения. Емкость отодвинуть на край плиты, закрыть крышкой, настаивать в течение 5-8 минут, чтобы осадок опустился на дно. Полученный кофе процедить, добавить горячее кипяченое молоко, сахар, перемешать и довести до кипения.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Температура подачи 65°C

Органолептические показатели

Внешний вид: Кофейный напиток налит в стакан или чашку

Цвет: Светло-коричневый

Консистенция: Жидкая

Вкус и запах: Сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока. Аромат кофейного напитка и кипяченого молока

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №54

Наименование: Какао с молоком

Нормативный документ: Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Какао порошок	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Молоко 2.5 %-ной жирности	105.00	100.00	100.00	100.00	105.00	100.00
Вода питьевая	120.00	120.00	120.00	120.00	120.00	120.00
Сахар-песок	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Выход:	-	-	210.00	-	-	210.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
3.71	3.14	25.31	132.99

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
125.12	146.20	107.00	0.98	0.04	1.30	0.02	0.01

Технология приготовления

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (100 мл) и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: Жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан.

Цвет: Светло-шоколадный.

Консистенция: Жидкая.

Вкус и запах: Сладкий, с привкусом какао и молока/

Технологическая карта №55

Наименование: Сок

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Сок	200.00	200.00	200.00	200.00	200.00	200.00
Выход:	-	-	200.00	-	-	200.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.60	0.00	27.60	108.00

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
38.00	40.00	32.00	0.60	0.04	4.00	0.00	0.00

Технология приготовления

Упаковку с соком предварительно промыть проточной водой, протереть ветошью. Сок разлить в стаканы или выдать в фабричной упаковке поштучно.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Сок выпускаемый промышленностью разливают в стаканы порциями по 100-200 мл непосредственно перед отпуском.

Органолептические показатели

Внешний вид: Сок налит в стакан

Цвет: Соответствует соку

Консистенция: Жидкая

Вкус и запах: Соответствует соку

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №56

Наименование: Кисель из клюквы ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Клюква *	32.00	30.00	30.00	32.00	30.00	30.00
Вода питьевая	180.00	180.00	180.00	180.00	180.00	180.00
Сахар-песок	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00
Крахмал картофельный	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00
Выход:	-	-	200.00	-	-	200.00

Примечания:

* Масса сока из ягод- 25г.

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.08	0.00	27.30	107.12

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин C, мг	Витамин A, мг	Витамин E, мг
5.25	6.48	2.28	0.08	0.00	2.01	0.00	0.20

Технология приготовления

Клюкву перебрать, промыть, протереть и отжать сок. Мезгу залить горячей водой, варить 10-15 минут, процедить. Из сахара и отвара приготовить сироп, влить крахмал, разведенный в холодной воде, довести до кипения, добавить черносмородиновый сок, размешать, охладить, разлить в стаканы.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Кисель средней густоты охлаждают, при отпуске разливают по 200 г в стаканы или вазочки по 150 г, можно посыпать сахаром в количестве 5-8% от нормы, предусмотренной рецептурой. Кисели подают охлажденными до температуры 12-14° С.

Органолептические показатели

Внешний вид: кисель без частичек ягод или плодов, комочков и пленок, поверхность гладкая, разлит в стаканы

Цвет: ягод и плодов, из которых приготовлен кисель

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная

Вкус и запах: кисло-сладкий вкус; аромат соответствует плодам или ягодам, из которых приготовлен кисель

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №57

Наименование: Компот из сухофруктов ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Смесь сухофруктов	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00
Сахар-песок	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
Вода питьевая	165.00	165.00	165.00	165.00	165.00	165.00
Выход:	-	-	200.00	-	-	200.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.23	0.00	24.04	92.20

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Технология приготовления

Сушеные плоды перебрать, удалить посторонние примеси, тщательно промыть в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные сухофрукты залить горячей водой, нагреть до кипения, добавить сахар, варить 10-20 минут. Время варки сухофруктов: груши - 1-2 часа, яблоки - 20-30 минут, чернослив, урюк, курага - 10-20 минут, изюм - 5-10 минут. Компот должен настояться (начинать готовить утром), отпустить охлажденным. Для диеты ЩД варенные сухофрукты протереть и вновь довести до кипения.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Компоты отпускают охлажденными до температуры 12-15°C по 150-200 г на порцию.

Органолептические показатели

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму жидкая часть прозрачная
 Цвет: коричневый
 Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая
 Вкус и запах: сладкий, с хорошо выраженным привкусом сухофруктов.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №58

Наименование: Кисель из яблочного сока ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Вода питьевая	95.00	95.00	95.00	95.00	95.00	95.00
Сахар-песок	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00	10.00
Крахмал картофельный	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Виноградный сок	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00	100.00
Выход:	-	-	200.00	-	-	200.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.21	0.00	27.68	105.00

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
17.22	16.93	12.16	0.20	0.02	1.34	0.00	0.00

Технология приготовления

Воду довести до кипения, добавить сахар, затем влить крахмал, разведенный в холодной воде, добавить фруктовый сок и довести до кипения. Подавать в охлажденном виде. Для разведения крахмала берут на 1 г крахмала 5 г воды.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Кисель средней густоты охлаждают, при отпуске разливают по 200 г в стаканы или вазочки по 150 г, можно посыпать сахаром в количестве 5-8% от нормы, предусмотренной рецептурой. Кисели подают охлажденными до температуры 12-14° С.

Органолептические показатели

Внешний вид: кисель без частичек ягод или плодов, комочков и пленок, поверхность гладкая, разлит в стаканы

Цвет: ягод и плодов, из которых приготовлен кисель

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная

Вкус и запах: кисло-сладкий вкус; аромат соответствует плодам или ягодам, из которых приготовлен кисель

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №59

Наименование: Компот из свежих яблок ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порци(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Яблоки (свежие)	68.18	60.00	60.00	68.18	60.00	60.00
Сахар-песок	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00	15.00
Вода питьевая	140.00	140.00	140.00	140.00	140.00	140.00
Выход:	-	-	200.00	-	-	200.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.24	0.24	20.85	83.85

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
6.00	4.80	1.20	0.60	0.02	2.40	0.01	0.24

Технология приготовления

Свежие яблоки промыть, удалить семенные коробочки, нарезать дольками, заложить в кипящую воду с сахаром и варить при слабом кипении 6-8 минут, затем охладить. Или подготовленные сушеные плоды залить горячей водой, нагреть до кипения, всыпать сахар и варить до готовности 20-30 минут. Для диеты ЩД вареные яблоки протереть и вновь довести до кипения. Компот из сушеных плодов настаивать 10-12 часов.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: Сироп прозрачный, яблоки зачищены от сердцевины и плодоножки, нарезаны дольками.

Цвет: Присущий вареным плодам в сиропе.

Консистенция: Компота-жидкая, плодов-мягкая.

Вкус и запах: Вкус кисло-сладкий. Запах концентрированный, приятный.

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №60

Наименование: Кисель из смородины ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Смородина черная *	31.65	25.00	25.00	31.65	25.00	25.00
Вода питьевая	180.00	180.00	180.00	180.00	180.00	180.00
Сахар-песок	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00
Крахмал картофельный	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00
Выход:	-	-	200.00	-	-	200.00

Примечания:

* Масса сока из ягод- 25г.

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.18	0.05	28.36	111.29

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
10.33	10.78	5.89	0.21	0.01	33.50	0.00	0.17

Технология приготовления

Смородину черную перебрать, промыть, протереть и отжать сок. Мезгу залить горячей водой, варить 10-15 минут, процедить. Из сахара и отвара приготовить сироп, влить крахмал, разведенный в холодной воде, довести до кипения, добавить черносмородиновый сок, размешать, охладить, разлить в стаканы.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Кисель средней густоты охлаждают, при отпуске разливают по 200 г в стаканы или вазочки по 150 г, можно посыпать сахаром в количестве 5-8% от нормы, предусмотренной рецептурой. Кисели подают охлажденными до температуры 12-14° С.

Органолептические показатели

Внешний вид: кисель без частичек ягод или плодов, комочков и пленок, поверхность гладкая, разлит в стаканы

Цвет: ягод и плодов, из которых приготовлен кисель

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная

Вкус и запах: кисло-сладкий вкус; аромат соответствует плодам или ягодам, из которых приготовлен кисель

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №61

Наименование: Отвар из шиповника ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Вода питьевая	200.00	200.00	200.00	200.00	200.00	200.00
Плоды шиповника сушеные	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00	20.00
Выход:	-	-	200.00	-	-	200.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.00	0.00	0.00	0.00

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Технология приготовления

Сушеные плоды шиповника промыть холодной водой, измельчить, залить кипятком из расчета 20 г на 200 г воды. Кипятить 10 минут в нержавеющей посуде с плотно закрытой крышкой. Настоять 3-4 часа в прохладном месте, процедить.

Требования к оформлению, подаче и реализации

Температура подачи +14°C.

Органолептические показатели

Внешний вид: напиток налит в стакан

Цвет: темно-красный.

Консистенция: жидкая

Вкус и запах: кисло-сладкий, с привкусом плодов шиповника

Технологическая карта №62

Наименование: Молоко кипяченое ОВД

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Молоко 3.5%-ной жирности	210.44	210.44	200.00	210.44	210.44	200.00
Выход:	-	-	200.00	-	-	200.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 200.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
5.58	7.00	9.38	122.00

Минералы и витамины

в 200.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
240.00	240.00	240.00	0.20	0.08	2.60	0.06	0.20

Технология приготовления

Молоко кипятят в посуде , предназначенной для этих целей, а затем охлаждают и разливают в стаканы

Требования к оформлению, подаче и реализации

Температура подачи 14 гр.С.

Органолептические показатели

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности

Цвет: Белый, кремовый

Консистенция: жидкая

Вкус и запах: характерный для кипяченого молока, сладковатый, аромат - приятный

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №63

Наименование: Кефир (порциями)

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Кефир нежирный	143.73	143.73	143.73	143.73	143.73	143.73
Выход:	-	-	140.00	-	-	140.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 150.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
4.62	0.08	5.85	46.20

Минералы и витамины

в 150.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
194.04	146.30	23.10	0.15	0.06	1.08	0.00	0.00

Технология приготовления

Упаковку с кефиром промыть про проточной водой, протереть чистой ветошью. Кефир 3,2 % жирности разлить в стаканы. Потери при порционировании составляют - 3,5 %.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: стакан с густой белой жидкостью
 Цвет: белый или светло-кремовый
 Консистенция: жидкая, сметанообразная
 Вкус и запах: молочно-кислый, кисломолочных продуктов

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №64

Наименование: Хлеб пшеничный

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Хлеб выс. сорт формовой	150.00	150.00	150.00	150.00	150.00	150.00
Выход:	-	-	150.00	-	-	150.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 150.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
11.40	1.20	72.90	357.00

Минералы и витамины

в 150.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
30.00	97.50	21.00	1.65	0.16	0.00	0.00	1.65

Технология приготовления

Хлеб хранят на стеллажах, в шкафах. Ржаной и пшеничный хлеб хранят отдельно. Дверцы в шкафах для хлеба должны иметь отверстия для вентиляции. При уборке шкафов крошки следует сметать с полок специальными щетками и не реже 1 раза в неделю тщательно протирать полки с использованием 1%-ного раствора уксусной кислоты.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: ровные ломтики хлеба
 Цвет: хлеба
 Консистенция: мягкая
 Вкус и запах: свежего хлеба

Технологическая карта №65

Наименование: Хлеб ржаной

Нормативный документ: Сборник рецептур на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Хлеб ржаной формовой	140.00	140.00	140.00	140.00	140.00	140.00
Выход:	-	-	140.00	-	-	140.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 140.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
7.84	1.54	52.50	264.60

Минералы и витамины

в 140.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
49.00	221.20	65.80	5.46	0.25	0.00	0.00	1.96

Технология приготовления

Хлеб хранят на стеллажах, в шкафах. Ржаной и пшеничный хлеб хранят отдельно. Дверцы в шкафах для хлеба должны иметь отверстия для вентиляции. При уборке шкафов крошки следует сметать с полок специальными щетками и не реже 1 раза в неделю тщательно протирать полки с использованием 1%-ного раствора уксусной кислоты.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: стакан с густой белой жидкостью
 Цвет: белый или светло-кремовый
 Консистенция: жидкая, сметанообразная
 Вкус и запах: молочно-кислый, кисломолочных продуктов

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №66

Наименование: Яблоки

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Яблоки (свежие)	227.00	227.00	227.00	227.00	227.00	227.00
Выход:	-	-	227.00	-	-	227.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 227.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.00	0.91	22.25	102.15

Минералы и витамины

в 227.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин C, мг	Витамин A, мг	Витамин E, мг
22.70	18.16	4.54	2.27	0.07	9.08	0.02	0.91

Технология приготовления

Яблоки тщательно промыть и раздать поштучно.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: целые плоды или яблоки, уложены на десертную тарелку

Цвет: соответствует виду плодов

Консистенция: соответствует виду плодов

Вкус и запах: соответствует виду плодов

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №67

Наименование: Бананы свежие

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Бананы свежие	250.00	250.00	250.00	250.00	250.00	250.00
Выход:	-	-	250.00	-	-	250.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 250.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
3.75	1.25	52.50	240.00

Минералы и витамины

в 250.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
20.00	70.00	105.00	0.00	0.10	25.00	0.00	0.00

Технология приготовления

Бананы тщательно промыть и раздать поштучно.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: целые плоды или яблоки, уложены на десертную тарелку

Цвет: соответствует виду плодов

Консистенция: соответствует виду плодов

Вкус и запах: соответствует виду плодов

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №68

Наименование: Груша

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Груша (свежая)	220.00	220.00	220.00	220.00	220.00	220.00
Выход:	-	-	220.00	-	-	220.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 220.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.00	0.66	20.90	92.40

Минералы и витамины

в 220.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
41.80	35.20	26.40	5.06	0.04	11.00	0.00	0.88

Технология приготовления

Груши тщательно промыть и раздать поштучно.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: целые плоды или яблоки, уложены на десертную тарелку

Цвет: соответствует виду плодов

Консистенция: соответствует виду плодов

Вкус и запах: соответствует виду плодов

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №69

Наименование: Соус белый основной со сметаной и зеленью

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Масло сливочное	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00	4.00
Мука пшеничная в.с.	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Сметана	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
Укроп	1.40	1.00	1.00	1.40	1.00	1.00
Соль поваренная	0.30	0.30	0.30	0.30	0.30	0.30
Выход:	-	-	50.00	-	-	50.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 50.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.48	2.11	1.86	29.17

Минералы и витамины

в 50.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
2.45	4.90	0.99	0.06	0.01	0.36	0.01	0.07

Технология приготовления

Муку подсушить при температуре 110-120 градусов без жира до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. Подсушенную муку охладить до 60-70 градусов, растереть со сливочным маслом, влить четвертую часть горячего бульона (отвара или воды), вымешать до образования однородной массы, затем постепенно добавить оставшийся бульон (отвар или воду) и варить на слабом огне 10-15 минут. В конце варки добавить соль, сметану, зелень и варить еще 3-5 минут при слабом кипении.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: однородная масса, без комочков неразварившейся муки, пленки и всплывшего жира
 Цвет: от белого до светло-кремового
 Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная
 Вкус и запах: свежей сметаны и продуктов, входящих в блюдо, умеренно соленый

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №70

Наименование: Печенье сахарное (порциями)

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Печенье сахарное	25.00	25.00	25.00	25.00	25.00	25.00
Выход:	-	-	25.00	-	-	25.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 25.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
1.88	2.95	18.60	104.25

Минералы и витамины

в 25.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

Технология приготовления

Печенье раздать поштучно или по весу, выход можно корректировать с учетом показателей пищевой и энергетической ценности.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: целое, ровное, без отломов

Цвет: желтый, кремовый

Консистенция: плотная

Вкус и запах: в меру сладкое, приятное

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №71

Наименование: Чернослив

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порци(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Чернослив	100.00	75.00	75.00	100.00	75.00	75.00
Выход:	-	-	75.00	-	-	75.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 75.00 г содержится			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.00	0.00	43.80	181.50

Минералы и витамины

в 75.00 г содержится							
Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин B1, мг	Витамин C, мг	Витамин A, мг	Витамин E, мг
60.00	62.25	76.50	2.25	0.01	2.25	0.01	1.35

Технология приготовления

Чернослив перебрать, промыть, залить горячей кипяченой водой из расчета (100 мл на 50 г чернослива) оставить на 30-60 минут для полного набухания. Подавать чернослив размоченным вместе отваром или без него.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: целые плоды уложены на десертную тарелку

Цвет: темно-синий

Консистенция: соответствует виду плодов

Вкус и запах: соответствует виду плодов

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Технологическая карта №72

Наименование: Курага

Нормативный документ: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания 2013г.

Наименование сырья и полуфабрикатов	На 1 порцию, г			На 1 порции(й), г		
	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто	Брутто	Нетто и полуфаб	Нетто
Абрикосы без косточки (курага)	50.00	50.00	50.00	50.00	50.00	50.00
Выход:	-	-	50.00	-	-	50.00

Пищевая и энергетическая ценность

в 50.00 г содержится

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ккал
0.00	0.00	27.50	117.00

Минералы и витамины

в 50.00 г содержится

Кальций (Ca), мг	Фосфор (P), мг	Магний (Mg), мг	Железо (Fe), мг	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг
80.00	73.00	52.50	1.60	0.05	2.00	0.29	2.75

Технология приготовления

Курагу промыть, залить небольшим количеством кипяченой воды, оставить на 30-60 минут для набухания, отпускать в десертных тарелках.

Требования к оформлению, подаче и реализации**Органолептические показатели**

Внешний вид: целые плоды уложены на десертную тарелку

Цвет: темно-синий

Консистенция: соответствует виду плодов

Вкус и запах: соответствует виду плодов

Зав. производством _____

Калькулятор _____