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

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

**Номер рецептуры:** 162

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

М.Т.Лабзина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| I порц. | | 100 порц. | |
| Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Картофель 2014 | 80,000000 | 60,000000 | 8,000000 | 6,00000 |
| Лук репчатый 2014 | 14,000000 | 12,000000 | 1,400000 | 1,20000 |
| Морковь свежая 2014 | 15,000000 | 12,000000 | 1,500000 | 1,20000 |
| Масло сливочное 2014 | 7,000000 | 7,000000 | 0,700000 | 0,70000 |
| Соль йодированная 2014 | 2,000000 | 2,000000 | 0,200000 | 0,20000 |
| Лавровый лист 2014 | 0,100000 | 0,100000 | 0,010000 | 0,01000 |
| Петрушка свежая 2014 | 3,000000 | 2,000000 | 0,300000 | 0,20000 |
| Консервы Говядина 2014 | 17,500000 | 17,500000 | 1,750000 | 1,75000 |
| Фасоль крупа 2014 | 21,417000 | 21,000000 | 2,141700 | 2,10000 |
| Выход: |  | 316,000000 |  | 31,60000 |
| Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию | | | | |

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

**Технология приготовления:**

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

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

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

**Номер рецептуры:** 145

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

М.Т.Лабзина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| Наименование сырья | 1 порц. | | 100 порц. | |
|  | Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Капуста белокачанная 2014 | 75,000000 | 60,000000 | 7,500000 | 6,00000 |
| Картофель 2014 | 48,000000 | 36,000000 | 4,800000 | 3,60000 |
| Морковь свежая 2014 | 15,000000 | 12,000000 | 1,500000 | 1,20000 |
| Лук репчатый 2014 | 14,400000 | 12,000000 | 1,440000 | 1,20000 |
| Масло подсолнечное 2014 | 3,000000 | 3,000000 | 0,300000 | 0,30000 |
| Соль йодированная 2014 | 3,000000 | 3,000000 | 0,300000 | 0,30000 |
| Петрушка свежая 2014 | 3,000000 | 2,000000 | 0,300000 | 0,20000 |
| Лавровый лист 2014 | 0,100000 | 0,100000 | 0,010000 | 0,01000 |
| Томатная паста 2014 | 3,000000 | 3,000000 | 0,300000 | 0,30000 |
| Чеснок свежий 2014 | 3,000000 | 2,000000 | 0,300000 | 0,20000 |
| Выход: |  | 300,000000 |  | 30,00000 |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г): | 3,157 | Са (мг): | 73 704,00 |
| Жиры (г): | 3,335 | Мд (мг): | 36 366,00 |
| Углеводы (г): | 15,260 | Fe (мг): | 1 360,20 |
| Эн. ценность (ккал): | 105,084 | С (мг): | 51 690,00 |

**Технология приготовления:**

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

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

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

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп лапша - домашняя

**Номер рецептуры:** 170

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

М.Т.Лабзина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порц. | | 100 порц. | |
| Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Морковь свежая 2014 | 15,000000 | 12,000000 | 1,500000 | 1,200000 |
| Лук репчатый 2014 | 14,000000 | 12,000000 | 1,400000 | 1,200000 |
| Масло сливочное 2014 | 6,000000 | 6,000000 | 0,600000 | 0,600000 |
| Мука пшеничная 2014 | 22,000000 | 22,000000 | 2,200000 | 2,200000 |
| Яйцо 2014 | 150,000000 | 6,000000 | 15,000000 | 0,600000 |
| Соль йодированная 2014 | 2,000000 | 2,000000 | 0,200000 | 0,200000 |
| Лавровый лист 2014 | 0,100000 | 0,100000 | 0,010000 | 0,010000 |
| Петрушка свежая 2014 | 3,OOGOOO | 2,000000 | 0,300000 | 0,200000 |
| Выход: |  | 300,000000 |  | 30,000000 |
| Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию | | | | |

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

**Технология приготовления:**

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

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

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

Рекомендуется суп подать с зеленью.

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

**Номер рецептуры:** 442

**Наименование сборника рецептур:** 2008 г.для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова.

М.Т.Лабзина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| Наименование сырья | 1 порц. | | 100 порц. | |
|  | Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Мясо т/б говядина 2014 | 79,000000 | 79,000000 | 7,900000 | 7,90000 |
| Картофель 2014 | 267,000000 | 200,000000 | 26,700000 | 20,00000 |
| Лук репчатый 2014 | 24,000000 | 20,000000 | 2,400000 | 2,00000 |
| Масло сливочное 2014 | 12,000000 | 12,000000 | 1,200000 | 1,20000 |
| Томатная паста 2014 | 7,000000 | 7,000000 | 0,700000 | 0,70000 |
| Соль йодированная 2014 | 1,000000 | 1,000000 | 0,100000 | 0,10000 |
| Чеснок свежий 2014 | 3,000000 | 2,000000 | 0,300000 | 0,20000 |
| Петрушка свежая 2014 | 3,000000 | 2,000000 | 0,300000 | 0,20000 |
| Выход: |  | 300,000000 |  | 30,00000 |

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

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

**Технология приготовления:**

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

Обжаренное мясо и овощи уложить слоями, добавить томатное пюре, соль, перец чёрный молотый и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрыть крышкой и тушить до готовности. 3а 5-10 мин до окончания тушения ввести лавровый лист, чеснок. При подаче рекомендуется посыпать мелко рубленной зеленью.

**Наименование кулинарного изделия (блюда):**  Жаркое по - домашнему

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

**Номер рецептуры:** 499

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

М.Т.Лабзина

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

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г): | 23,478 | Са (мг): | 28 260,000 |
| Жиры (г): | 24,961 | Мд (мг): | 29 840,000 |
| Углеводы (г): | 12,162 | Fe (мг): | 2 461,000 |
| Эн. ценность (ккал): | 367,110 | С (мг): | 2 124,000 |

**Технология приготовления:**

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

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Котлета рубленная из птицы

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

**Наименование сборника рецептур:** 2008 г.для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова,

М.Т.Лабзина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| Наименование сырья | 1 порц. | | 100 порц. | |
|  | Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Печень говяжья 2014 | 89,000000 | 74,000000 | 8,900000 | 7,40000 |
| Картофель'2014 | 309,000000 | 232,000000 | 30,900000 | 23,20000 |
| Лук репчатый 2014 | 21,000000 | 18,000000 | 2,100000 | 1,80000 |
| Масло сливочное 2014 | 6,000000 | 6,000000 | 0,600000 | 0,60000 |
| Масло подсолнечное 2014 | 4,000000 | 4,000000 | 0,400000 | 0,40000 |
| Сухари панировачные 2014 | 5,000000 | 5,000000 | 0,500000 | 0,50000 |
| Соль йодированная 2014 | 1,000000 | 1,000000 | 0,100000 | 0,10000 |
| Выход: |  | 243,000000 |  | 24,30000 |

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г): | 23,013 | Са (мг): | 52 090,00 |
| Жиры (г): | 12,987 | Мд (мг): | 92 600,00 |
| Углеводы (г): | 60,259 | Fe (мг): | 9 296,00 |
| Эн. ценность (ккал): | 451,690 | С (мг): | 93 270,00 |

**Технология приготовления:**

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

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

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Запеканка картофельная с печенью

**Номер рецептуры:** 480

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г): | 0,631 | Са (мг): | 17 530,00 |
| Жиры (г): | 6,037 | Мд (мг): | 12 580,00 |
| Углеводы (г): | 5,163 | Fe (мг): | 397,00 |
| Эн. ценность (ккал): | 78,150 | С (мг): | 3 950,00 |

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рыба тушенная с овощами

**Номер рецептуры:** 340

**Наименование сборника рецептур:** 2008 г.для предприятий общественного питания, Л.Е.Годунова

М.Т.Лабзина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порц. | | 100 порц. | |
| Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Путассу потрошенный 2014 | 122,000000 | 122,000000 | 12,200000 | 12.200000 |
| Морковь свежая 2014 | 23,000000 | 18,000000 | 2,300000 | 1.800000 |
| Лук репчатый 2014 | 10,000000 | 8,000000 | 1,000000 | 0,800000 |
| Томатная паста 2014 | 4,000000 | 4,000000 | 0.400000 | 0,400000 |
| Масло подсолнечное 2014 | 6,000000 | 6,000000 | 0,600000 | 0,600000 |
| Сахар 2014 | 2,000000 | 2,000000 | 0,200000 | 0.200000 |
| Соль йодированная 2014 | 2,000000 | 2,000000 | 0,200000 | 0,200000 |
| Лавровый лист 2014 | 0,100000 | 0,100000 | 0.010000 | 0.010000 |
| Выход: |  | 150,000000 |  | 15,000000 |
| **Химический** состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию | | | | |

**Технология приготовления:**

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

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

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

**Номер рецептуры:** 472

**Наименование сборника рецептур:** 2008 г.для предприятий общественного питания, Л.Е.Годунова

М.Т.Лабзина “•

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порц. | | 100 порц. | |
| Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Мясо т/б говядина 2014 | 76,000000 | 76,000000 | 7,600000 | 7.60000 |
| Рис 2014 | **22,000000** | **22,000000** | **2,200000** | 2.20000 |
| Лук репчатый 2014 | 30,000000 | 25,000000 | 3,000000 | 2.50000 |
| Мука пшеничная 2014 | **11,000000** | **11,000000** | **1,100000** | 1.10000 |
| Масло подсолнечное 2014 | **11,000000** | **11,000000** | **1,100000** | 1.10000 |
| Соль йодированная 2014 | **1,000000** | **1,000000** | **0,100000** | **0,1 оооос** |
| Томатная паста 2014 | 3,000000 | 3,000000 | 0,300000 | 0.30000 |
| Морковь свежая 2014 | 5,000000 | 4,000000 | 0,500000 | 0.40000 |
| Выход: |  | 165,000000 |  | **16,50000** |
| Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г): | 17,493 | Са (мг): | 25 510.00 |
| Жиры (г): | 23,577 | Мд (мг): | 37 300,00 |
| Углеводы (г): | 27,344 | Fe (мг): | 2 777,00 |
| Эн. ценность (ккал): | 391,680 | С (мг): | 4 600,00 |

**Технология приготовления:**

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

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

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

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

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

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

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| Наименование сырья | 1 порц. | | 100 порц. | |
|  | Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Лук репчатый 2014 | 6,000000 | 5,000000 | 0,600000 | 0,500000 |
| Сахар 2014 | 2,000000 | 2,000000 | 0,200000 | 0,200000 |
| Масло подсолнечное 2014 | 2,500000 | 2,500000 | 0,250000 | 0,250000 |
| Капуста квашеная 2014 | 56,122000 | 40,000000 | 5,612200 | 4,000000 |
| Выход: |  | 50,000000 |  | 5,000000 |
| Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию | | | | |
|  | Белки (г): | 1,094 | Са (мг): | 28 858,560 |
|  | Жиры (г): | 2,566 | Мд (мг): | 9 819,520 |
|  | Углеводы (г): | 4,172 | Fe (мг): | 390,732 |
|  | Эн. ценность (ккал): | 45,823 | С (мг): | 17 436,600 |

**Технология приготовления:**

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

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Салат изквашеной капусты

**Номер рецептуры:** 62

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

М.Т.Лабзина

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

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порц. | | 100 порц. | |
| Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Печень говяжья 2014 | 85,000000 | 70,000000 | 8,500000 | 7,000000 |
| Мука пшеничная 2014 | 3,000000 | 3,000000 | 0,300000 | 0,300000 |
| Масло подсолнечное 2014 | 4,000000 | 4,000000 | 0,400000 | 0,400000 |
| Томатная паста 2014 | 3,000000 | 3,000000 | 0,300000 | 0,300000 |
| Соль йодированная 2014 | 1,000000 | 1,000000 | 0,100000 | 0,100000 |
| Лавровый лист 2014 | 0,100000 | 0,100000 | 0,010000 | 0,010000 |
| Выход: |  | 100,000000 |  | 10,000000 |
| Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию | | | | |

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

**Технология приготовления:**

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

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

**Номер рецептуры:** 444

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

М.Т.Лабзина

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

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Макаронные изделия тотварные  
**Номер рецептуры:** 299/519

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

М.Т.Лабзина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| Наименование сырья | 1 порц. | | 100 порц. | |
|  | Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Макаронные изделия 2014 | 68,000000 | 68,000000 | 6,800000 | 6,80000 |
| Масло сливочное 2014 | 7,000000 | 7,000000 | 0,700000 | 0,70000 |
| Соль йодированная 2014 | 1,000000 | 1,000000 | 0,100000 | 0,10000 |
| Выход: |  | 200,000000 |  | 20.00000 |

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

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

**Технология приготовления:**

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

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

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Борщ "Сибирский"

**Номер рецептуры:** 137

**Наименование сборника рецептур:** 2008 г. для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова

М.Т.Лабзина

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

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г): | 12,642 | Са (мг): | 82 770.00 |
| Жиры (г): | 11,521 | Мд (мг): | 51 570,00 |
| Углеводы (г): | 19,957 | Fe (мг): | 3 280,00 |
| Эн. ценность (ккал): | 235,730 | С (мг): | 27 150,00 |

**Технология приготовления:**

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

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

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

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

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

**Номер рецептуры:** 160

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

М.Т.Лабзина

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

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

**Технология приготовления:**

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

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

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

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

**Номер рецептуры:** 162

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

М.Т.Лабзина

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

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

**Технология приготовления:**

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

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

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

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рассольник ленинградский со сметаной

**Номер рецептуры:** 154

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

М.Т.Лабзина

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г): | 4,219 | Са (мг): | 5.200 |
| Жиры (г): | 6,975 | Мд (мг): | 46,000 |
| Углеводы (г): | 27,977 | Fe (мг): | 1,700 |
| Эн. ценность (ккал): | 193,0501С (мг): | | 12,732 |

**Технология приготовления:**

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

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

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша гречневая рассыпчатая

**Номер рецептуры:** 513

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

М.Т.Лабзина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порц. | | 100 порц. | |
| Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Гречка 2014 | 50,000000 | 50,000000 | 5,000000 | 5,000000 |
| Масло сливочное 2014 | 5,000000 | 5,000000 | 0,500000 | 0,500000 |
| Вода | 142,000000 | 142,000000 | 14,200000 | 14,200000 |
| Соль йодированная 2014 | 1,000000 | 1,000000 | 0,100000 | 0,100000 |
| Выход: |  | 150,000000 |  | 15,000000 |
| Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г): | 6,340 | Са (мг): | 14,800 |
| Жиры (г): | 5,275 | Мд (мг): | 100,000 |
| Углеводы (г): | 28,615 | Fe (мг): | 1,900 |
| Эн. ценность (ккал): | 187,050 | С (мг): |  |

**Технология приготовления:**

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

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

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Икра свекольная

**Номер рецептуры:** 110

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

М.Т.Лабзина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порц. | | 100 порц. | |
| Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Свекла столовая 2014 | 96,000000 | 75,000000 | 9,600000 | 7,500000 |
| Лук репчатый 2014 | 21,000000 | 18,000000 | 2,100000 | 1,800000 |
| Масло подсолнечное 2014 | 8,000000 | 8,000000 | 0,800000 | 0,800000 |
| Сахар 2014 | 1,000000 | 1,000000 | 0,100000 | 0,100000 |
| Соль йодированная 2014 | 1,000000 | 1,000000 | 0,100000 | 0,100000 |
| Выход: |  | 100,000000 |  | 10,000000 |
| Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию | | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г): | 2,300 | Са (мг): | 39,000 |
| Жиры (г): | 6,800 | Мд (мг): | 18,000 |
| Углеводы (г): | 11,700 | Fe (мг): | 6,600 |
| Эн. ценность (ккал): | 119,000 | С (мг): | 6,600 |

**Технология приготовления:**

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

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Гуляш из говядины

**Номер рецептуры:** 443

**Наименование сборника рецептур:** 2008 г.для предприятий общественного питания, Л.Е.Годунова,

М.Т.Лабзина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| Наименование сырья | 1 порц. | | 100 порц. | |
|  | Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Мясо т/б говядина 2014 | 79,000000 | 79,000000 | 7,900000 | 7,90000 |
| Масло подсолнечное 2014 | 5,000000 | 5,000000 | 0,500000 | 0,50000 |
| Лук репчатый 2014 | 18,000000 | 15,000000 | 1,800000 | 1,50000 |
| Томатная паста 2014 | 5,000000 | 5,000000 | 0,500000 | 0,50000 |
| Соль йодированная 2014 | 1,000000 | 1,000000 | 0,100000 | 0,10000 |
| Выход: |  | 125.000000 |  | 12,50000 |

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

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

**Технология приготовления:**

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

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

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

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

**Номер рецептуры:** 490

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

М.Т.Лабзина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
| 1 порц. | | 100 порц. | |
| Брутто, г. | Нетто, г. | Брутто, кг. | Нетто, кг. |
| Мясо ПТИЦЫ 2014 | 114,000000 | 114,000000 | 11,400000 | 11,400000 |
| Лук репчатый 2014 | 3,000000 | 2,000000 | 0,300000 | 0,200000 |
| Соль йодированная 2014 | 1,000000 | 1,000000 | 0,100000 | 0,100000 |
| Выход: |  | 80,000000 |  | 8,000000 |
| Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию | | | | |

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

**Технология приготовления:**

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

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование кулинарного изделия (блюда):** | | | | | | | | | | | | | | | | | Баклажаны тушеные с помидорами | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Номер рецептуры:** | | | | | | | 106 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сборника рецептур:** | | | | | | | | | | | | | 2008 г.для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сырья** | | | | | | | | | | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **1 порц.** | | | | | | | **100 порц.** | | | | | | | | |
|  | **Брутто, г.** | | | | | | **Нетто, г.** | **Брутто, кг.** | | **Нетто, кг.** | | | | | | |
|  | Баклажаны 2014 | | | | | | | | | | | 71,200000 | | | | | | 67,600000 | 7,120000 | | 6,760000 | | | | | | |
|  | Томаты свежие 2014 | | | | | | | | | | | 56,000000 | | | | | | 48,000000 | 5,600000 | | 4,800000 | | | | | | |
|  | Масло подсолнечное 2014 | | | | | | | | | | | 8,000000 | | | | | | 8,000000 | 0,800000 | | 0,800000 | | | | | | |
|  | Соль йодированная 2014 | | | | | | | | | | | 1,000000 | | | | | | 1,000000 | 0,100000 | | 0,100000 | | | | | | |
|  | Чеснок свежий 2014 | | | | | | | | | | | 1,300000 | | | | | | 1,000000 | 0,130000 | | 0,100000 | | | | | | |
|  | **Выход:** | | | | | | | | | | |  | | | | | | **100,000000** |  | | **10,000000** | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Белки (г): | | | | | | 1,600 | Са (мг): | | 24,500 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Жиры (г): | | | | | | 8,180 | Мg (мг): | | 18,200 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Углеводы (г): | | | | | | 5,700 | Fe (мг): | | 0,800 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Эн. ценность (ккал): | | | | | | 104,400 | С (мг): | | 7,000 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Технология приготовления:** | | | | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Очищенные баклажаны, нарезанные кружочками,и свежие помидоры, нарезанные крупными дольками, слегка обжаривают по отдельности на масле. Обжаренные баклажаны заливают соусом, с добавлением воды 15 - 20% к массе обжареных баклажан , солят и тушат 15 - 20 мин. В конце тушения добавляют толчённый чеснок обжаренные помидоры. Отпускают по 50 - 100 г на порцию. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование кулинарного изделия (блюда):** | | | | | | | | | | | | | | | | | Макаронные изделия отварные | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Номер рецептуры:** | | | | | | | 299/519 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сборника рецептур:** | | | | | | | | | | | | | 2008 г.для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сырья** | | | | | | | | | | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **1 порц.** | | | | | | | **100 порц.** | | | | | | | | | | |
|  | **Брутто, г.** | | | | | | **Нетто, г.** | **Брутто, кг.** | | | | **Нетто, кг.** | | | | | | |
|  | Макаронные изделия 2014 | | | | | | | | | | | 70,000000 | | | | | | 70,000000 | 7,000000 | | | | 7,000000 | | | | | | |
|  | Масло сливочное 2014 | | | | | | | | | | | 10,000000 | | | | | | 10,000000 | 1,000000 | | | | 1,000000 | | | | | | |
|  | Соль йодированная 2014 | | | | | | | | | | | 1,000000 | | | | | | 1,000000 | 0,100000 | | | | 0,100000 | | | | | | |
|  | **Выход:** | | | | | | | | | | |  | | | | | | **200,000000** |  | | | | **20,000000** | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Белки (г): | | | | | | 7,780 | Са (мг): | | | | 19,400 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Жиры (г): | | | | | | 8,160 | Мg (мг): | | | | 10,000 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Углеводы (г): | | | | | | 49,480 | Fe (мг): | | | | 1,000 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Эн. ценность (ккал): | | | | | | 270,000 | С (мг): | | | |  | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Технология приготовления:** | | | | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды ( на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли ). Макароны варят 20-30 минут, лапшу 20-25 минут, вермишель 10-12 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитываая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом (1/3 - 1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью сливочного масла заправляют непосредственно перед отпуском. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование кулинарного изделия (блюда):** | | | | | | | | | | | | | | | | | Помидоры свежие | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Номер рецептуры:** | | | | | | | 27 а | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сборника рецептур:** | | | | | | | | | | | | | 2008 г.для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сырья** | | | | | | | | | | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **1 порц.** | | | | | | | **100 порц.** | | | | | | | | |
|  | **Брутто, г.** | | | | | | **Нетто, г.** | **Брутто, кг.** | | | **Нетто, кг.** | | | | | |
|  | Томаты свежие 2014 | | | | | | | | | | | 59,000000 | | | | | | 50,000000 | 5,900000 | | | 5,000000 | | | | | |
|  | **Выход:** | | | | | | | | | | |  | | | | | | **50,000000** |  | | | **5,000000** | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Белки (г): | | | | | | 0,550 | Са (мг): | | | 7,000 | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Жиры (г): | | | | | | 0,000 | Мg (мг): | | | 10,000 | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Углеводы (г): | | | | | | 1,900 | Fe (мг): | | | 0,450 | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Эн. ценность (ккал): | | | | | | 12,000 | С (мг): | | | 12,500 | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** | |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование кулинарного изделия (блюда):** | | | | | | | | | | | | | | | | | Сок фруктовый | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Номер рецептуры:** | | | | | | | 7048 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сборника рецептур:** | | | | | | | | | | | | | 2008 г.для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сырья** | | | | | | | | | | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **1 порц.** | | | | | | | **100 порц.** | | | | | | | | | |
|  | **Брутто, г.** | | | | | | **Нетто, г.** | **Брутто, кг.** | | | **Нетто, кг.** | | | | | | |
|  | Сок фруктовый 2014 | | | | | | | | | | | 200,000000 | | | | | | 200,000000 | 20,000000 | | | 20,000000 | | | | | | |
|  | **Выход:** | | | | | | | | | | |  | | | | | | **200,000000** |  | | | **20,000000** | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Белки (г): | | | | | | 1,000 | Са (мг): | | | 14,000 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Жиры (г): | | | | | | 0,200 | Мg (мг): | | | 8,000 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Углеводы (г): | | | | | | 20,200 | Fe (мг): | | | 2,800 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Эн. ценность (ккал): | | | | | | 92,000 | С (мг): | | | 4,000 | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Технология приготовления:** | | | | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сборник рецептур 1996 г, стр.76, № 135(III) Сок из банок или тетрапаков налить в стаканы непосредственно перед отпуском. Тетрапак перед отпуском промыть моющим раствором. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование кулинарного изделия (блюда):** | | | | | | | | | | | | | | | | | Суп картофельный с рисом | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Номер рецептуры:** | | | | | | | 160 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сборника рецептур:** | | | | | | | | | | | | | 2008 г.для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сырья** | | | | | | | | | | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **1 порц.** | | | | | | | **100 порц.** | | | | | | | | | |
|  | **Брутто, г.** | | | | | | **Нетто, г.** | **Брутто, кг.** | | | | **Нетто, кг.** | | | | | |
|  | Картофель 2014 | | | | | | | | | | | 120,000000 | | | | | | 90,000000 | 12,000000 | | | | 9,000000 | | | | | |
|  | Рис 2014 | | | | | | | | | | | 6,000000 | | | | | | 6,000000 | 0,600000 | | | | 0,600000 | | | | | |
|  | Морковь свежая 2014 | | | | | | | | | | | 15,000000 | | | | | | 12,000000 | 1,500000 | | | | 1,200000 | | | | | |
|  | Лук репчатый 2014 | | | | | | | | | | | 14,000000 | | | | | | 12,000000 | 1,400000 | | | | 1,200000 | | | | | |
|  | Масло сливочное 2014 | | | | | | | | | | | 4,000000 | | | | | | 4,000000 | 0,400000 | | | | 0,400000 | | | | | |
|  | Соль йодированная 2014 | | | | | | | | | | | 2,000000 | | | | | | 2,000000 | 0,200000 | | | | 0,200000 | | | | | |
|  | Петрушка свежая 2014 | | | | | | | | | | | 3,000000 | | | | | | 2,000000 | 0,300000 | | | | 0,200000 | | | | | |
|  | **Выход:** | | | | | | | | | | |  | | | | | | **300,000000** |  | | | | **30,000000** | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Белки (г): | | | | | | 3,400 | Са (мг): | | | | 36,500 | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Жиры (г): | | | | | | 3,500 | Мg (мг): | | | | 41,300 | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Углеводы (г): | | | | | | 26,500 | Fe (мг): | | | | 1,500 | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Эн. ценность (ккал): | | | | | | 151,300 | С (мг): | | | | 30,700 | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Технология приготовления:** | | | | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Лук и морковь нарезать мелким кубиком (0,5\*0,5 см) и пассеровать. Картофель, петрушку нарезать средним кубиком (1\*1см) В кипящий бульон или воду положить подготовленый картофель, пассерованные овощи и варить до готовности. За 5-10 мин до окончания варки положить соль. Подготовленную крупу рисовую положить в бульон или воду одновременно с пассерованными овощами. Посыпать зеленью. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование кулинарного изделия (блюда):** | | | | | | | | | | | | | | | | | Шницель рубленнный из говядины | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Номер рецептуры:** | | | | | | | 465 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сборника рецептур:** | | | | | | | | | | | | | 2008 г.для предприятий общественного питания, Л.Е.Голунова, М.Т.Лабзина | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Наименование сырья** | | | | | | | | | | | **Расход сырья и полуфабрикатов** | | | | | | | | | | | | | | |
|  | **1 порц.** | | | | | | | **100 порц.** | | | | | | | |
|  | **Брутто, г.** | | | | | | **Нетто, г.** | **Брутто, кг.** | | **Нетто, кг.** | | | | | |
|  | Мясо т/б говядина 2014 | | | | | | | | | | | 109,000000 | | | | | | 109,000000 | 10,900000 | | 10,900000 | | | | | |
|  | Яйцо 2014 | | | | | | | | | | | 150,000000 | | | | | | 6,000000 | 15,000000 | | 0,600000 | | | | | |
|  | Сухари панировачные 2014 | | | | | | | | | | | 12,000000 | | | | | | 12,000000 | 1,200000 | | 1,200000 | | | | | |
|  | Масло подсолнечное 2014 | | | | | | | | | | | 10,000000 | | | | | | 10,000000 | 1,000000 | | 1,000000 | | | | | |
|  | Соль йодированная 2014 | | | | | | | | | | | 2,000000 | | | | | | 2,000000 | 0,200000 | | 0,200000 | | | | | |
|  | **Выход:** | | | | | | | | | | |  | | | | | | **100,000000** |  | | **10,000000** | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию** | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Белки (г): | | | | | | 17,500 | Са (мг): | | 18,000 | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Жиры (г): | | | | | | 24,900 | Мg (мг): | | 28,000 | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Углеводы (г): | | | | | | 9,000 | Fe (мг): | | 1,600 | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Эн. ценность (ккал): | | | | | | 331,000 | С (мг): | |  | | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Технология приготовления:** | | | | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Нарезанное на куски мясо измельчают на мясорубке, добавляют воду, соль, перц чёрный молотый, перемешивают, после чего формуют полдуфабрикаты в виде плоско-овальной формы, смочить в льезоне, запанировать в просеянных сухарях и жарить с двух сторон и довести до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин..  При отпуске шницель гарнировать и полить жиром. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |