

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 292

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Булочка сдобная

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ДеЛи плюс, 2022 г..

Код по ОКУД

№ рецептуры

292

## Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Мука пшеничная 1 сорта	кг	0,067	0,067
Молоко пастеризованное 3,2% жирности		0,03	0,03
Масло сливочное	кг	0,005	0,005
Сахар-песок	кг	0,008	0,008
Яйцо куриное целое	шт40гр	0,125	0,125
Дрожжи прессованные (*эргостерин)		0,0012	0,0012
Выход готового блюда		100	

## Технология приготовления и оформления блюда:

Из теста, приготовленного опарным способом, формуют шарики. При укладывании на противень расстояние между шариками теста должно быть 8–10 см. После этого противень ставят в теплое влажное место для расстойки. За 5–10 мин до выпечки булочки равномерно смазывают меланжем, посыпают сахарным песком и выпекают при 230 град. в течение 10 мин. Требования к качеству: булочки должны быть круглыми от золотисто-желтого до светло-коричневого цвета; поверхность – блестящая, тесто хорошо пропечено.

## Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	347	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	472
Белки (г)	53	ВитаминВ2 (г)	2	Кальций (г)	312
Жиры (г)	46	ВитаминС (г)	2	Магний (г)	126
Углеводы (г)	84	ВитаминРР (г)	4	Фосфор (г)	821
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	11

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 276**Наименование блюда  
Источник рецептуры

Блины с молоком сгущенным

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б.Никитюка. 2022 год

Код по ОКУД

№ рецептуры

276

**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Мука пшеничная 1 сорта	кг	0,075	0,075
Яйцо куриное целое	шт40гр	0,25	0,25
Сахар-песок	кг	0,003	0,003
Молоко пастеризованное 3,5% жирности	кг	0,118	0,118
Дрожжи прессованные (*эргостерин)		0,003	0,003
Соль поваренная пищевая	кг	0,0003	0,0003
Масло подсолнечное	кг	0,005	0,005
Масло сливочное	кг	0,01	0,01
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности		0,02	0,02
Выход готового блюда		170	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

В небольшом количестве воды или молока растворяют соль, сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до температуры 30-35оС, добавляют муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы. Затем вливают растопленное сливочное масло и снова перемешивают и оставляют в теплом месте на 3-4 часа. В процессе брожения тесто перемешивают. Блины выпекают с обеих сторон диаметром 15см. отпускают по 3 шт на порцию.

**Требования к оформлению и подаче блюд:**

Внешний вид: блины одинакового размера и толщины, хорошо прожарены

Консистенция: пышная, мягкая

Цвет: от желтого до золотистого

Вкус: свежесдобитого дрожжевого теста, приятный, слабосоленый

Запах: выпеченных блинов.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	418	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	462
Белки (г)	12	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	164
Жиры (г)	22	ВитаминС (г)	2	Магний (г)	50
Углеводы (г)	70	ВитаминРР (г)	2	Фосфор (г)	219
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	2

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 279

Код по ОКУД

№ рецептуры

279

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Оладьи  
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ДеЛи плюс, 2022 г..

Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Мука пшеничная 1 сорта	кг	0,08	0,08
Яйцо куриное целое	шт40гр	0,05	0,05
Сахар-песок	кг	0,002	0,002
Молоко пастеризованное 3,5% жирности	кг	0,048	0,048
Дрожжи прессованные (*эргостерин)		0,0014	0,0014
Соль поваренная пищевая	кг	0,002	0,002
Масло подсолнечное	кг	0,008	0,008
Джем из абрикосов			
Выход готового блюда		165	

Технология приготовления и оформления блюда:

В небольшом количестве смеси воды и молоком растворяют соль, сахар-песок, добавляют дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой и молоком, подогретыми до температуры от 35 до 40 °С, добавляют просеянную муку пшеничную, яйцо и перемешивают до образования однородной массы. Тесто замешанное оставляют в теплом месте на 3-4 часа. В процессе брожения тесто перемешивают (обминают). Оладьи выпекают с обеих сторон. Толщина оладий должна быть не менее 5-6 мм. Отпускают оладьи по 2-3 штуки на порцию. Оладьи подают с маслом сливочным (предварительно растопленным и доведенным до кипения) или с молоком сгущенным, или с медом, или с джемом.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	437	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	917
Белки (г)	35	ВитаминВ2 (г)	1	Кальций (г)	187
Жиры (г)	33	ВитаминС (г)	1	Магний (г)	71
Углеводы (г)	72	ВитаминРР (г)	2	Фосфор (г)	511
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	7

Утверждаю:

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 149

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Вареники ленивые отварные

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ДеЛи плюс, 2022 г..

Код по ОКУД  
№ рецептуры

149

## Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Творог	кг	0,075	0,073
Мука пшеничная 1 сорта	кг	0,011	0,011
Яйцо куриное целое	шт40гр	0,108	0,108
Молоко сгущенное с сахаром 5,0% жирности	кг	0,011	0,011
Масло сливочное	кг	0,005	0,005
Сахар-песок	кг	0,004	0,004
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности		0,02	0,02
Выход готового блюда		130	

## Технология приготовления и оформления блюда:

Творог протирают, добавляют к нему просеянную муку пшеничную, продукт яичный, сахар-песок, соль поваренную йодированную (1/2 часть от рецептурной нормы) и тщательно перемешивают до получения однородной массы.

Затем массу раскатывают пластом толщиной 10-12 мм и нарезают на полоски шириной 25 мм. Полоски нарезают на кусочки прямоугольной или треугольной формы.

Подготовленные вареники (полуфабрикат) отваривают в подсоленной воде (1/2 часть от рецептурной нормы) при слабом кипении в течение 4-5 мин. Готовые вареники вынимают шумовкой.

## Требования к оформлению и подаче блюд:

Температура подачи: 65±5°C.

## Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	222	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	62
Белки (г)	21	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	204
Жиры (г)	17	ВитаминС (г)	1	Магний (г)	34
Углеводы (г)	24	ВитаминРР (г)	1	Фосфор (г)	268
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	1

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 154**

Наименование блюда

Запеканка творожно-манная

Источник рецептуры

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б.Никитюка. 2022 год

Код по ОКУД

№ рецептуры

154

**Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Творог жирный 18,0% жирности	кг	0,046	0,046
Крупа манная	кг	0,003	0,003
Сахар-песок	кг	0,002	0,002
Яйцо куриное целое	шт40гр	0,05	0,05
Масло сливочное	кг	0,002	0,002
Сметана 25,0% жирности	кг	0,002	0,002
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности		0,005	0,005
Выход готового блюда		55	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления

Протертый творог смешивают с предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом противень. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин, при температуре 220-250 °С до образования на поверхности румяной корочки.

Отпускают со сгущенным молоком.

**Требования к оформлению и подаче блюд:**

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки, без трещин и подгорелых мест

Консистенция: однородная, нежная, мягкая

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе - белый,

Вкус, творога и продуктов, входящих в блюдо

Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	130	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	63
Белки (г)	6	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	8
Жиры (г)	4	ВитаминС (г)		Фосфор (г)	65
Углеводы (г)	6	ВитаминРР (г)		Железо (г)	
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)			

Утверждаю:

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 151

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Сырники из творога с картофелем  
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: Делли плюс, 2022 г.

Код по ОКУД  
№ рецептуры

150

## Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Творог	кг	0,031	0,03
Мука пшеничная 1 сорта	кг	0,007	0,007
Яйцо куриное целое	шт40гр	0,05	0,05
Масло подсолнечное	кг	0,003	0,003
Картофель	кг	0,021 (кг)	0,021
Масло сливочное	кг	0,002	0,002
Соус сметанный №222	г	10	10
Выход готового блюда		60	

## Технология приготовления и оформления блюда:

В протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, соль, сахар, ванилин (предварительно растворенный в горячей воде). Массу хорошо перемешивают, придают ей форму

батончика толщиной 5 – 6 см, нарезают поперек, панируют в муке, формируют в виде круглых биточков толщиной 1,5 см, выпекают в духовом шкафу при температуре 220-280 0С с обеих сторон в течение 5-7 мин. Отпускают сырники по 2 шт. со сгущенным молоком.

## Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид: изделия правильной, кругло- приплюснутой формы, поверхность без трещин, равномерно пропеченная, политы молоком сгущенным.

Консистенция: мягкая, умеренно плотная, пышная.

Цвет: корочки- золотистый, на разрезе- светло- кремовый или желтоватый.

Вкус: сладкий, свойственный творогу, без излишней кислотности, умеренно соленый.

Запах: запеченного творога с молоком сгущенным.

## Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	126	ВитаминВ1 (г)	Натрий (г)	29
Белки (г)	10	ВитаминВ2 (г)	Кальций (г)	94
Жиры (г)	8	ВитаминС (г)	Магний (г)	16
Углеводы (г)	11	ВитаминРР (г)	Фосфор (г)	124
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)	Железо (г)	

Утверждаю:

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 37

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Салат из свеклы с курагой

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б.Никитюка. 2022 год

Код по ОКУД

№ рецептуры

37

## Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Х Свекла	кг	0,067	0,04
Свекла	кг	0,096	0,075
Масло подсолнечное	кг	0,006	0,006
Изюм чистый	кг	0,01	0,01
Выход готового блюда		100	

## Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: свеклу промывают в проточной воде в течение 5 минут. Вареную свеклу нарезаю соломкой, добавляют мелко нарезанную курагу и изюм, заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 14±2°С.

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов, заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

## Требования к оформлению и подаче блюд:

Салат укладывают горкой.

## Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	134	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	135
Белки (г)	4	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	29
Жиры (г)	6	ВитаминС (г)	8	Фосфор (г)	108
Углеводы (г)	11	ВитаминРР (г)		Железо (г)	2
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)			

Утверждаю:

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 26

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Салат картофельный с луком  
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б.Никитюка. 2022 год

Код по ОКУД  
№ рецептуры

26

## Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Картофель	кг	0,124 (кг)	0,084
Лук зеленый		0,012	0,012
Масло подсолнечное	кг	0,005	0,005
Выход готового блюда		100	

## Технология приготовления и оформления блюда:

Очищенный вареный картофель нарезают мелкими ломтиками, смешивают с шинкованным зеленым луком или нарезанным полукольцами репчатым луком, заправляют растительным маслом.

## Требования к оформлению и подаче блюд:

Салат укладывают горкой в салатник или на тарелку. Оптимальная температура блюда 14°C.

## Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	94	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	13
Белки (г)	2	ВитаминС (г)	1	Фосфор (г)	18
Жиры (г)	5	ВитаминРР (г)		Железо (г)	
Углеводы (г)	10	ВитаминЕ (г)	1		
ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	9		

Утверждаю:



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20

Код по ОКУД

№ рецептуры

20

Наименование блюда

Салат из свежих помидоров со сладким перцем

Источник рецептуры

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ДеЛи плюс, 2022 г..

Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Помидоры свежие	кг	0,07	0,06
Лук зеленый		0,015	0,012
Перец сладкий		0,03	0,023
Масло подсолнечное	кг	0,006	0,006
Соль поваренная пищевая	кг	0,00025	0,00025
Выход готового блюда		100	

Технология приготовления и оформления блюда:

Помидоры, огурцы режут тонкими ломтиками, перец соломкой, лук шинкуют. Овощи смешивают, поливают растительным маслом

Сведения о пищевой ценности блюда:

Белки (г)	ВитаминPP (г)	Кальций (г)	15
ВитаминЕ (г)	ВитаминС (г)	Магний (г)	4
ВитаминА (г)	Железо (г)	Натрий (г)	98
ВитаминВ1 (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	2
ВитаминВ2 (г)	Калорийность (Ккал)	Фосфор (г)	7

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 42

Код по ОКУД

№ рецептуры

42

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Салат из моркови с яблоком  
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ДеЛи плюс, 2022 г..

Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Яблоки	кг	0,035	0,025
Морковь	кг	0,147	0,075
Сахар-песок	кг	0,001	0,001
Выход готового блюда		100	

Технология приготовления и оформления блюда:

Морковь сортируют, моют очищают. Очищенную морковь промывают в проточной воде в течение 5 минут. нарезают соломкой. Очищенные яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают тонкими ломтиками. Морковь соединяютс с яблоками, добавляют сахар.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	78	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	25
Белки (г)	1	ВитаминС (г)	2	Фосфор (г)	37
Жиры (г)	5	ВитаминРР (г)	1	Железо (г)	
Углеводы (г)	7	ВитаминЕ (г)	1		
ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	18		

Утверждаю:

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 211**Наименование блюда  
Источник рецептуры

Картофель запеченный

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б.Никитюка. 2022 год

Код по ОКУД

№ рецептуры

**211****Состав:**

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Картофель	кг	0,138 (кг)	0,103
Масло подсолнечное	кг	-	0,003
Соль поваренная пищевая	кг	0,0001	0,0001
Выход готового блюда		105	

**Технология приготовления и оформления блюда:**

Технология приготовления: картофель промывают проточной водой, заливают кипятком и проваривают 5-7 минут, после чего отвар сливают. Затем картофель заливают кипящей подсоленной водой (0,6-0,7 л воды на 1 кг картофеля) и варят в течение 25-30 минут до готовности. Затем воду сливают и запекают в жарочном шкафу с добавлением растительного масла.

Температура подачи: 65±5°C.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

**Сведения о пищевой ценности блюда:**

Калорийность (Ккал)	162	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	11
Белки (г)	3	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	23
Жиры (г)	6	ВитаминС (г)	22	Фосфор (г)	59
Углеводы (г)	17	ВитаминРР (г)	2	Железо (г)	1
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)			

Утверждаю:

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 216

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Капуста тушеная

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ДеЛи плюс, 2022 г..

Код по ОКУД

№ рецептуры

216

## Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Капуста белокочанная	кг	0,14	0,114
Морковь	кг	0,003	0,003
Лук	кг	0,004	0,004
Томатное пюре. Консервы	кг	0,003	0,003
Соль поваренная пищевая	кг	0,001	0,001
Масло подсолнечное	кг	0,002	0,002
Мука пшеничная 1 сорта	кг	0,002	0,002
Масло сливочное	кг	0,004	0,004
Петрушка (зелень)	кг	0,003	0,003
Выход готового блюда		100	

## Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: очищенные овощи промывают в проточной воде, нарезанную соломкой капусту белокочанную свежую кладут в котел слоем не более 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), масло сливочное, томат-пасту, припущенную в небольшом количестве воды в течение 5-7 мин, и тушат при периодическом помешивании до полуготовности. Если капуста свежая горчит, ее перед тушением бланшируют в течение 3-5 мин.  
Температура подачи: 65±5°C.  
Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

## Сведения о пищевой ценности блюда:

Белки (г)	2	Витамин PP (г)	Кальций (г)	24
Витамин E (г)		Витамин C (г)	Магний (г)	10
Витамин A (г)		Железо (г)	Натрий (г)	
Витамин B1 (г)		Жиры (г)	Углеводы (г)	7
Витамин B2 (г)		Калорийность (Ккал)	Фосфор (г)	21

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 196

Код по ОКУД  
№ рецептуры

196

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Филе птицы отварное с соусом сметанным  
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ДеЛи плюс, 2022 г.

Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Куры 1 кат.	кг	0,076	0,07
Соль поваренная пищевая	кг	0,0002	0,0002
Лук	кг	0,002	0,002
Масло сливочное	кг	0,002	0,002
Томатная паста	кг	0,001	0,001
Соус сметанный №222	г	30	30
Выход готового блюда		80	

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: подготовленное филе птицы нарезают кусочками весом 15-20 г, закладывают в горячую воду, быстро доводят до кипения, снимают с поверхности бульона пену, добавляют соль, и варят в закрытой посуде до готовности. Соединяют с припущенной томат-пастой и тушат в течение 5-10 мин. Картофель свежий помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Бульон, оставшийся после тушения, сливают и готовят на нем соус красный основной, которым заливают тушеные куски мяса птицы, добавляют нарезанный кубиками картофель, припущенные в небольшом количестве бульона с добавлением масла сливочного нарезанную соломкой морковь, лук репчатый и тушат в закрытой посуде при слабом кипении в течение 15-20 мин до готовности. Отпускают рагу вместе с соусом и гарниром. Температура подачи: 65±5°C. Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	151	ВитаминВ1 (г)		Кальций (г)	6
Белки (г)	4	ВитаминВ2 (г)		Магний (г)	10
Жиры (г)	5	ВитаминС (г)	2	Фосфор (г)	36
Углеводы (г)	3	ВитаминРР (г)	2	Железо (г)	1
ВитаминА (г)		ВитаминЕ (г)			

Утверждаю:

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 197

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Рагу куринное

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ДеЛи плюс, 2022 г..

Код по ОКУД  
№ рецептуры

197

## Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Куры 1 кат.	кг	0,076	0,07
Соль поваренная пищевая	кг	0,0004	0,0004
Морковь	кг	0,017	0,017
Лук	кг	0,01	0,01
Масло подсолнечное	кг	0,003	0,003
Томатное пюре. Консервы	кг	0,005	0,005
Картофель	кг	0,107 (кг)	0,08
Выход готового блюда		175	

## Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: подготовленное филе птицы нарезают кусочками весом 15-20 г, закладывают в горячую воду, быстро доводят до кипения, снимают с поверхности бульона пену, добавляют соль, и варят в закрытой посуде до готовности. Соединяют с припущенной томат-пастой и тушат в течение 5-10 мин. Картофель свежий помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Бульон, оставшийся после тушения, сливают и готовят на нем соус красный основной, которым заливают тушеные куски мяса птицы, добавляют нарезанный кубиками картофель, припущенные в небольшом количестве бульона с добавлением масла сливочного нарезанную соломкой морковь, лук репчатый и тушат в закрытой посуде при слабом кипении в течение 15-20 мин до готовности. Отпускают рагу вместе с соусом и гарниром.

Температура подачи: 65±5°C.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

## Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	311	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	267
Белки (г)	25	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	36
Жиры (г)	29	ВитаминС (г)	7	Магний (г)	36
Углеводы (г)	4	ВитаминРР (г)	10	Фосфор (г)	243
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	2

Утверждаю:

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 188

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Тефтели мясные

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред. В.А.Тутельяна и Д.Б.Никитюка. 2022 год

Код по ОКУД

№ рецептуры

188

## Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Говядина 1 кат.	кг	0,062	0,045
Соль поваренная пищевая	кг	0,001	0,001
Масло подсолнечное	кг	0,006	0,006
Лук	кг	0,007	0,006
Рис	кг	0,007	0,007
Сметана 15,0% жирности	кг	0,01	0,01
Томатное пюре. Консервы	кг	0,005	0,005
Выход готового блюда		110	

## Технология приготовления и оформления блюда:

Перед использованием крупы промывают проточной водой.  
В мясной фарш без хлеба добавляют соль, мелко нарезанный пассерованный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков. Шарики панируют в муке. Полуфабрикаты кладут на противень с маслом и доводят до готовности в жарочном шкафу, при температуре 250-270° С (20-25 мин).  
Температура подачи не ниже 65° С

## Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид: тефтели в виде шариков, с равномерной (без трещин) мягкой корочкой.  
Консистенция: в меру плотная, сочная, однородная.  
Цвет: коричневый.  
Вкусы запах: тушеного мяса

## Сведения о пищевой ценности блюда:

Калорийность (Ккал)	168	ВитаминВ1 (г)		Натрий (г)	580
Белки (г)	13	ВитаминВ2 (г)		Кальций (г)	22
Жиры (г)	15	ВитаминС (г)	3	Магний (г)	26
Углеводы (г)	14	ВитаминРР (г)	4	Фосфор (г)	171
ВитаминаА (г)		ВитаминЕ (г)		Железо (г)	2

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 170

Код по ОКУД

№ рецептуры

170

Наименование блюда  
Источник рецептуры

Бефстроганов из отварной говядины  
Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ДеЛи плюс, 2022 г..

Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Говядина 1 кат.	кг	0,11	0,081
Морковь	кг	0,013	0,01
Лук	кг	0,0025	0,002
Соус сметанный №222	г	50	50
Выход готового блюда		100	

Технология приготовления и оформления блюда:

Подготовленное мясо заливают холодной водой (на 1кг мяса 1-1,5 л воды) так, чтобы куски мяса были полностью покрыты, быстро доводят до кипения, снижают нагрев и варят при слабом кипении. Для улучшения вкуса и аромата отварного мяса в бульон за 25-30 минут до готовности добавляют репчатый лук, морковь и соль. Отварное мясо нарезают брусочками по 3-4 см. толщиной примерно 0,3-0,4 см. Из подсушенной муки, отварной моркови, сметаны, с добавлением масла и бульона готовят соус. Подготовленное мясо кладут в сотейник, заливают соусом и тушат 10-15 минут.

Сведения о пищевой ценности блюда:

Белки (г)	16	ВитаминPP (г)	4	Кальций (г)	23
ВитаминЕ (г)		ВитаминС (г)	1	Магний (г)	25
ВитаминА (г)		Железо (г)	2	Натрий (г)	61
ВитаминВ1 (г)		Жиры (г)	14	Углеводы (г)	4
ВитаминВ2 (г)		Калорийность (Ккал)	220	Фосфор (г)	171

Утверждаю:



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 173

Код по ОКУД

№ рецептуры

173

Наименование блюда

Мясо тушенное

Источник рецептуры

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ДеЛи плюс, 2022 г..

Состав:

Наименование продуктов		Брутто	Нетто
Говядина 1 кат.	кг	0,113	0,083
Морковь	кг	0,005	0,004
Лук	кг	0,005	0,004
Мука пшеничная 1 сорта	кг	0,002	0,002
Масло подсолнечное	кг	0,003	0,003
Томатное пюре. Консервы	кг	0,005	0,005
Выход готового блюда		100	

Технология приготовления и оформления блюда:

Сведения о пищевой ценности блюда:

Утверждаю: