

2 день

Комплексный обед

№ рецептуры	наименование блюда	масса, г	пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	витамины, мг			минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	А	С	Са	Р	Mg	Fe
200/2005	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,33	134,75	0,1		8,33	38,08	87,18	35,3	1,03
608/2005	Котлеты из говядины	1/50	7,78	5,68	17,92	114,38	0,05	14,37	0,075	21,88	83,07	16,07	0,75
968/2005	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,46	5,61	20,78	230,45	0,28	0,045	12	150,6	218,4	52,7	2,6
686/2005	Компот из кураги	200	1,04		26,69	107,44			0,41	41,14	29,2	22,96	0,68
	чурек	30	2,88	0,35	17,74	85,63	0,05			7,47	26,08	4,97	0,38
	маффин	75	5,25	23,25	30	352,5							
	итого:		29,9	40,17	129,46	1025,15							

2 день

МЕНЮ	Наименование и количество продуктов питания подлежащего закладке на 1 чел.															
	карт.	горох	морк	мук	мясо раст.	гов.	я.м.б	молоко	бух.	з.паста	масло слив.	бул.	сах.	соль	хлеб	Макар
I ЗАВТРАК 1) суп карт. с горох. /250гр	0,1 3,5	0,0303 1,40	0,0125 0,69	0,012 0,42	0,005 0,7									0,001 0,015		
2) котл. из гов-ны 50гр					0,003 0,42	0,04 1,24	0,009 0,23	0,012 0,8	0,005 2,13					0,001 0,015		
II ОБЕД 3) каша гречк /150гр									0,001 1,2	0,0053 3,34			0,001 0,015			
III ПОЛДНИК 4) компот из куру 200гр												0,000 0,71	0,02 7,1			
5) Чурек 30гр														0,003 0,75		
IV УЖИН Макарин																1 15
того на 1 человека																
того к выдаче																
ска	35	60	55	35	139	350	25	40	185	40	630	360	55	15	25	15
а сумму	35	1,4	0,69	0,42	1,12	1,24	0,23	1,08	2,13	1,2	3,34	7,2	1,1	0,015	0,75	15
																55,76

Принял повар

Врач (диетсестра)

Выдал кладовщик

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ

Номер рецептуры: 206

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Злобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 87

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	I порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	75	60	93,8	75
***с 1 сентября по 31 октября	80	60	100	75
***с 1 ноября до 31 декабря	85,7	60	107,1	75
***с 1 января по 28-29 февраля	92,3	60	115,3	75
***с 1 марта	100	60	125	75
Горох	16,2	16	20,3	20,3
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Вода	140	140	175	175
ВЫХОД:		200		250

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
200	4,39	4,22	13,06	107,8	30,46	28,24	69,74	1,62	0,18	4,65	0,00
250	5,49	5,28	16,33	134,75	38,08	35,30	87,18	2,03	0,23	5,81	0,00

Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лук мелко рубят. Горох лущеный перебирают, моют, кладут в холодную воду (2-3 л на 1 кг), на 3-4 ч, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения. Затем горох кладут в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель и овощи, горох лущеный в виде разваренных зерен

Консистенция: овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

Цвет: светло-желтый (горчичный)

Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта кулинарного блюда №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: 679

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 315

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	I порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
КРУПА гречневая	60,6	60,6	72,2	72,2	80,8	80,8
*** или ячневая	48,5	48,5	58,2	58,2	64,6	64,6
*** или пшеничная	58,2	58,2	51,8	51,8	77,6	77,6
***или пшено						
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
ВЫХОД:	150		180		200/2	

Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
гречневая											
150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	0,00	0,02
180	8,95	6,73	43,00	276,53	15,57	81,00	250,2	4,73	0,22	0,00	0,02
200	9,94	7,48	47,78	307,26	17,30	90,00	278,0	5,26	0,24	0,00	0,02
ячневая											
150	4,79	4,26	30,83	187,02	39,14	0,02	168,0	0,83	0,09	0,00	0,02
180	5,74	5,11	36,99	224,42	46,96	0,02	201,6	0,99	0,11	0,00	0,02
200	6,38	5,68	41,10	249,36	52,18	0,02	224,0	1,10	0,12	0,00	0,02
пшеничная											
150	6,60	4,38	35,27	213,71	1,22	0,03	162,0	2,43	0,11	0,00	0,02
180	7,92	5,26	42,32	256,45	1,46	0,04	194,4	2,92	0,13	0,00	0,02
200	8,80	5,84	47,02	284,94	1,62	0,04	216,0	3,24	0,14	0,00	0,02
пшеничная											
150	6,60	5,72	37,88	229,50	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00	21,00
180	7,92	6,86	45,45	275,40	19,96	56,81	161,32	1,85	0,20	0,00	25,20
200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00	28,00

Технология приготовления:

Крупы засыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности. При отпуске кашу поливают растопленным прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо разваренные, хорошо отделяются друг от друга
Консистенция: мягкая, рассыпчатая
Цвет: каши гречневой – от светло-коричневого до коричневого, ячневой – сероватый, пшеничной – желтовато-серый
Вкус: умеренно соленый
Запах: каши из данного вида крупы с маслом

