

Источник рецептуры: ТТК № 2127

Технологическая карта № 155

Наименование блюда (изделия): Капуста тушеная с мясом.

Наименование сырья	Расход сырья или полуфабриката							
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Мясо свинина бескостная	70,2	66,6	78,0	74,0	85,8	81,4	97,5	92,5
Капуста свежая	185,4	148,5	206,0	165,0	226,6	181,5	257,5	206,3
Морковь свежая до 01 января	17,0	13,5	18,8	15,0	20,7	16,5	23,5	18,8
или морковь свежая с 01.01	18,0	13,5	20,0	15,0	22,0	16,5	25,0	18,8
Лук репчатый	10,8	9,0	12,0	10,0	13,2	11,0	15,0	12,5
Томатная паста	5,4	5,4	6,0	6,0	6,6	6,6	7,5	7,5
Лавровый лист	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001	0,0013	0,0013
Соль	0,54	0,54	0,6	0,6	0,66	0,66	0,75	0,75
Масло растительное	6,3	6,3	7,0	7,0	7,7	7,7	8,8	8,8
Выход:	-	1/180	-	1/200	-	1/220	-	1/250

Пищевая ценность на 1 порцию:

Белки (г):	9,14/10,15/11,16/12,7
Жиры (г):	19,44/21,6/23,76/27,0
Углеводы (г):	12,42/13,8/15,8/17,3
Эн. Ценность (ккал):	261,2/290,2/319,20/363,0

Технология приготовления:

Капусту свежую перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную капусту свежую шинкуют тонкой соломкой (1,5*1,5мм).

Морковь свежую перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, ошпаривают, шинкуют мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками.

Лук репчатый бланшируют и пассеруют вместе с морковью на масле растительном с добавлением томатной пасты.

Мясо свинины нарезают на кусочки по 20-30 г., соединяют с пассерованными овощами, добавляют воду (из расчета 30 г. на порцию), соль и тушат 20-25 минут.

Затем к мясу с овощами добавляют капусту и тушат до готовности.

За 5 минут до конца тушения добавляют лавровый лист.

Температура подачи: 65 °С

Требования к качеству:

Внешний вид: смесь тушеной капусты с мясом.

Консистенция: сочная, слабо - хрустящая.

Цвет: светло - коричневый.

Вкус: тушеного мяса, овощей и капусты.

Запах: тушеной капусты с мясом с ароматом томата, овощей.

Руководитель службы общественного питания и производства: Петрова Л.П./

Зав. производством: _____ / _____

Составил: Цешкова Е.С.

Источник рецептуры : Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, № 291, Москва 2017 г.

Технологическая карта № 151

Наименование блюда (изделия): Плов из птицы.

Наименование сырья	Расход сырья или полуфабриката							
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Грудка куриная	101,0	82,0	112,0	91,0	111,0	100,0	140,0	114,0
Масло растительное	8,4	8,4	9,3	9,3	10,2	10,2	11,7	11,7
Лук репчатый	10,0	8,4	11,0	9,3	12,0	10,2	14,0	12,0
Морковь до 01.01.	12,0	10,0	13,0	11,0	14,3	12,0	17,0	14,0
или морковь с 01.01	13,0	10,0	14,0	11,0	15,4	12,0	18,0	14,0
Томатная паста	2,4	2,4	2,7	2,7	3,0	3,0	3,3	3,3
Крупа рисовая	42,0	42,0	46,7	46,7	51,4	51,4	58,3	58,3
Вода	100,0	100,0	111,0	111,0	122,0	122,0	139,0	139,0
Соль	0,6	0,6	0,7	0,7	0,8	0,8	0,8	0,8
Зелень сушеная	0,06	0,06	0,07	0,07	0,08	0,08	0,08	0,08
Лавровый лист	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002
<i>Масса тушеной грудки</i>		<i>60,0</i>		<i>67,0</i>		<i>74,0</i>		<i>84,0</i>
<i>Масса готового риса с овощами</i>		<i>120,0</i>		<i>133,0</i>		<i>146,0</i>		<i>166,0</i>
Выход	-	<i>1/180</i>	-	<i>1/200</i>	-	<i>1/220</i>	-	<i>1/250</i>

Пищевая ценность на 1 порцию:

Белки (г):	16,12/17,9/19,7/22,5
Жиры (г):	8,05/8,9/9,8/11,18
Углеводы (г):	32,81/36,5/40,15/45,57
Эн. Ценность (ккал):	268,17/297,7/327,60/372,9

Технология приготовления: Подготовленную грудку куриную без кожи и костей (по одному куску), обжаривают до золотистой корочки, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук, томатную пасту, заливают горячей водой и доводят до кипения (жидкость наливают из расчета нормы воды для рассыпчатой каши), затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 30 – 40 минут в жарочный шкаф.

Температура подачи: 65 С

Требования к качеству:

Внешний вид: обжаренный кусок птицы, рис рассыпчатый.

Консистенция: мяса – мягкая, риса – мягкая.

Цвет: мяса – серый, риса и овощей – от светло- до темно – оранжевого.

Вкус: специфический для тушеного мяса, риса и пассированных овощей, умеренно соленый.

Запах: мяса птицы с ароматом риса и овощей.

Руководитель службы общественного

питания и производства: Петрова Л.Н./

Зав. производством: /

Источник рецептуры: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, № 265, Москва 2017 г.

Технологическая карта № 612

Наименование блюда (изделия): Плов (свинина).

Наименование сырья	Расход сырья или полуфабриката							
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свинина (лопаточная часть)	94,0	89,0	104,0	99,0	114,4	109,0	130,5	124,0
Крупа рисовая	40,8	40,8	45,22	45,22	49,74	49,74	56,44	56,44
Масло растительное	6,0	6,0	6,7	6,7	7,37	7,37	8,3	8,3
Лук репчатый	7,0	6,0	8,0	6,7	8,8	7,37	10,0	8,3
Морковь до 01.01.	12,0	9,6	13,4	10,7	14,74	11,77	16,6	13,3
или морковь с 01.01	12,8	9,6	14,3	10,7	15,73	11,77	17,7	13,3
Томатная паста	-	3,84	-	4,3	-	4,73	-	5,3
Вода	96,0	96,0	107,0	107,0	117,7	117,7	133,0	133,0
Соль	0,6	0,6	0,7	0,7	0,8	0,8	0,8	0,8
Зелень сушеная	0,06	0,06	0,07	0,07	0,08	0,08	0,08	0,08
Лавровый лист	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002	0,002
<i>Масса тушеного мяса</i>		<i>60,0</i>		<i>67,0</i>		<i>74,0</i>		<i>84,0</i>
<i>Масса гарнира</i>		<i>120,0</i>		<i>133,0</i>		<i>146,0</i>		<i>166,0</i>
Выход		1/180		1/200		1/220		1/250

Пищевая ценность на 1 порцию :

Выход, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. Ценность(ккал)
1/180	15,14	33,80	31,06	489,0
1/200	16,82	37,55	34,5	543,23
1/220	18,5	41,3	37,96	597,54
1/250	21,02	46,9	43,13	678,7

Технология приготовления: Нарезанное кусочками мясо посыпают солью, обжаривают, добавляют слегка пассерованные или припущенные с томатной пастой морковь и лук. Мясо и овощи заливает водой, доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. Когда рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25-40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами.

Температура подачи: 65 °С

Требования к качеству:

Внешний вид: мясо нарезано кубиками, кусочки целые, рис рассыпчатый.

Консистенция: мяса – мягкая, риса – мягкая.

Цвет: мяса – серый, риса и овощей – от светло- до темно – оранжевого.

Вкус: тушеного мяса, риса и пассерованных овощей, умеренно соленый.

Запах: мяса с ароматом риса и овощей.

Руководитель службы общественного питания
и производства: Петрова Л.Н./

Технологическая карта № 178

Наименование блюда (изделия): Рагу из свинины.

Наименование сырья	Расход сырья или полуфабриката							
	Брутто г	Нетто г	Брутто г	Нетто г	Брутто г	Нетто г	Брутто г	Нетто г
Мясо свинина бескостная	74,0	70,0	76,0	72,0	84,0	80,0	92,4	88,0
Масло растительное	8,0	8,0	8,2	8,2	9,0	9,0	9,9	9,9
Картофель с 01.09 по 31.10	106,7	80,0	109,7	82,3	121,9	91,4	134,1	100,5
или картофель с 01.11 по 31.12	114,3	80,0	117,6	82,3	130,6	91,4	143,7	100,5
или картофель с 01.01 по 28-29.02	123,0	80,0	126,6	82,3	140,6	91,4	154,7	100,5
или картофель с 01.03 по 30.04	133,3	80,0	137,2	82,3	152,3	91,4	167,5	100,5
или картофель п/ф	83,3	80,0	85,7	82,3	95,2	91,4	104,7	100,5
Морковь до 01.01	21,3	17,0	22,0	17,5	24,3	19,4	26,7	21,3
или морковь с 01.01	22,7	17,0	23,3	17,5	26,0	19,4	28,6	21,3
Лук репчатый	12,0	10,0	12,0	10,3	13,3	11,4	14,6	12,5
Томатная паста	2,4	2,4	2,5	2,5	2,7	2,7	3,0	3,0
Масло растительное	4,0	4,0	4,0	4,1	4,6	4,6	5,1	5,1
Мука пшеничная	2,0	2,0	2,0	2,0	2,3	2,3	2,5	2,5
Соль	0,47	0,47	0,48	0,48	0,5	0,5	0,55	0,55
Лавровый лист	0,004	0,004	0,004	0,004	0,004	0,004	0,004	0,004
Зелень сушеная	0,07	0,07	0,072	0,072	0,08	0,08	0,09	0,09
<i>Масса тушеной свинины</i>	-	50,0	-	52,0	-	57,0	-	63,0
<i>Масса готовых овощей</i>	-	125,0	-	128,0	-	143,0	-	157,0
Выход		1/175		1/180		1/200		1/220

Пищевая ценность на 1 порцию:

Белки (г):	11,68/12,0/13,3/14,63
Жиры (г):	30,06/30,9/34,4/37,84
Углеводы (г):	17,2/17,7/19,7/21,67
Эн. Ценность (ккал):	386,06/396,9/441,6/485,76

Технология приготовления: для приготовления рагу берут кусочки мяса массой 20-30 гр.

Обжаренное мясо заливают горячей водой, добавляют томатную пасту и тушат 30-40 минут. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, которым заливают мясо, кладут морковь, лук, нарезанные дольками и слегка пассерованные или припущенные, тушат еще 10 минут, после чего закладывают обжаренный картофель и доводят до готовности. Отпускают по 2-3 кусочка мяса вместе с соусом и гарниром.

Температура подачи: 65 °С

Требования к качеству:

Внешний вид: кусочки мяса с овощами и гарниром.

Консистенция: мясо мягкое, сочное, овощи - сочные.

Цвет: мяса- коричневый, соуса – красный, овощей- свойственный их виду.

Вкус: тушеного мяса, умеренно солёный.

Запах: тушеного мяса с ароматом овощей.

Руководитель службы общественного питания и производства: Петрова Л.Н./

Зав. производством: /

Исполнитель: Пеленкова Е.С.

Комбинат питания
г. Иркутск



Каждый день

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Фрикадельки для супов

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Фрикадельки замороженный полуфабрикат МУП КП	1шт.	20	100шт.	2,0
<i>Масса готовых фрикаделек</i>	-	<i>18</i>	-	<i>1,8</i>
<i>Выход:</i>	<i>1/18 гр.</i>		-	-

Химический состав блюда на 100 грамм:

Белки (г):	2,78
Жиры (г):	1,53
Углеводы (г):	1,06
Эн. Ценность (ккал):	33,06

Технология приготовления: Фрикадельки припускают в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске.

Требования к качеству:

Внешний вид: фрикадельки одинакового размера.

Консистенция: фрикадельки – упругие, мягкие, сочные.

Цвет: фрикаделек – от белого до серого.

Вкус: свойственный свежеприготовленному изделию из котлетной массы.

Запах: соответствующий изделию из котлетной массы.

Составил:
К.А. Пятницкая
13.09.2023 г.