Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Тефтели из печени и риса с соусом

Номер рецептуры: 465

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2004г., «Хлебпродинформ»., В. Т. Лапшина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Печень говяжья | 61 | 55 | 6,1 | 5,5 |
| Крупа рисовая | 16 | 16 | 1,6 | 1,6 |
| Лук репчатый | 36 | 30 | 3,6 | 3,0 |
| Маргарин столовый | 15 | 15 | 1,5 | 1,5 |
| Соль  | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
| Яйцо  | 20 | 20 | 2,0 | 2,0 |
|  **Масса готовых изделий** |  | **115** |  | **11,5** |
| Соус № 582 | 50 | 50 | 5,0 | 5,0 |
|  |  |  |  |  |
| Выход**:115/050** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 6,39 | Са (мг) | 52 |
| Жиры (г) | 6,97 | Mg (мг) | 57,3 |
| Углеводы (г) | 10,38 | Fe (мг) | 2,03 |
| Эн. ценность (ккал) | 132 | С (мг) | 4,67 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

 Промытую и отделенную от пленки печень пропускают через мясорубку со средней решеткой, соединяют с отварным рисом, мелко нарезанным пассерованным луком репчатым, добавляют сырые яйца, соль, тщательно перемешивают. Массу разделывают в виде шариков (по 5 шт. на порцию), обжаривают на сковороде, заливают соусом белым и тушат 8 – 10 мин.

Отпускают тефтели вместе с соусом, в котором тушились.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Тефтели из печени и риса с соусом

Номер рецептуры: 465

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2004г., «Хлебпродинформ»., В. Т. Лапшина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Печень говяжья | 42,4 | 38,2 | 4,24 | 3,82 |
| Крупа рисовая | 11 | 11 | 1,1 | 1,1 |
| Лук репчатый | 25 | 21 | 2,5 | 2,1 |
| Маргарин столовый | 10,4 | 10,4 | 1,04 | 1,04 |
| Соль  | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
| Яйцо  | 14 | 14 | 1,4 | 1,4 |
|  **Масса готовых изделий** |  | **80** |  | **80** |
| Соус № 582 | 50 | 50 | 5,0 | 5,0 |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 80/050** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 4,05 | Са (мг) | 37 |
| Жиры (г) | 4,85 | Mg (мг) | 40 |
| Углеводы (г) | 7,23 | Fe (мг) | 1,41 |
| Эн. ценность (ккал) | 94 | С (мг) | 3,25 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

 Промытую и отделенную от пленки печень пропускают через мясорубку со средней решеткой, соединяют с отварным рисом, мелко нарезанным пассерованным луком репчатым, добавляют сырые яйца, соль, тщательно перемешивают. Массу разделывают в виде шариков (по 5 шт на порцию), обжаривают на сковороде, заливают соусом белым и тушат 8 – 10 мин.

Отпускают тефтели вместе с соусом, в котором тушились.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Соус белый основной

Номер рецептуры: 582

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2004г., «Хлебпродинформ»., В. Т. Лапшина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Бульон  | 55 | 55 | 5,5 | 5,5 |
| Масло сливочное | 2,5 | 2,5 | 0,25 | 0,25 |
| Мука пшеничная | 2,5 | 2,5 | 0,25 | 0,25 |
| Лук репчатый | 1,2 | 1 | 0,12 | 0,1 |
| Петрушка корень | 0,65 | 0,5 | 0,065 | 0,05 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 50** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 0,9 | Са (мг) | 6,6 |
| Жиры (г) | 2,3 | Mg (мг) | 7,7 |
| Углеводы (г) | 1,9 | Fe (мг) | 1,0 |
| Эн. ценность (ккал) | 32 | С (мг) | 0,45 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

В растопленное сливочное масло всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60 -70 °С, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон. После этого в соус кладут нарезанные петрушку и лук и варят 25 – 30 мин. В конце варки добавляют соль, перец, лавровый лист.. затем соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи. И доводят до кипения.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Плов из говядины.

Номер рецептуры: 443

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2004., «Хлебпродинформ»., В. Т. Лапшина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части) | 171 | 126 | 17,1 | 12,6 |
| Крупа рисовая | 58 | 58 | 5,8 | 5,8 |
| Масло растительное | 9 | 9 | 0,9 | 0,9 |
| Лук репчатый | 10,2 | 8 | 1,02 | 0,8 |
| Морковь  | 17 | 14 | 1,7 | 1,4 |
| Томатное пюре | 13,6 | 13,6 | 1,36 | 1,36 |
| соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Бульон  | 272 | 272 | 27,2 | 27,2 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 250** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 20,4 | Са (мг) | 60,8 |
| Жиры (г) | 22,25 | Mg (мг) | 64 |
| Углеводы (г) | 66 | Fe (мг) | 3,24 |
| Эн. ценность (ккал) | 437,5 | С (мг) | 1,1 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Нарезанное кусочками по 20…30гр мясо посыпают солью, обжаривают, добавляют пассерованные с томатом морковь и лук. Мясо и овощи заливают бульоном, доводят до кипения и всыпают промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25…40 мин. Отпускают , равномерно распределяя вместе с рисом и овощами.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Плов из говядины.

Номер рецептуры: 443

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2004., «Хлебпродинформ»., В. Т. Лапшина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части) | 214 | 157 | 21,4 | 15,7 |
| Крупа рисовая | 68 | 68 | 6,8 | 6,8 |
| Масло растительное | 10 | 10 | 1,0 | 1,0 |
| Лук репчатый | 12 | 10 | 1,2 | 1,0 |
| Морковь  | 20 | 16 | 2,0 | 1,6 |
| Томатное пюре | 16 | 16 | 1,6 | 1,6 |
| соль | 1,5 | 1,5 | 0,15 | 0,15 |
| Бульон  | 320 | 320 | 32,0 | 32,0 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 300** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 24,48 | Са (мг) | 73 |
| Жиры (г) | 26,7 | Mg (мг) | 76 |
| Углеводы (г) | 79,2 | Fe (мг) | 3,9 |
| Эн. ценность (ккал) | 524,4 | С (мг) | 1,5 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Нарезанное кусочками по 20…30гр мясо посыпают солью, обжаривают, добавляют пассированные с томатом морковь и лук. Мясо и овощи заливают бульоном, доводят до кипения и всыпают промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25…40 мин. Отпускают , равномерно распределяя вместе с рисом и овощами.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Яйцо вареное в скорлупе

Номер рецептуры: 367

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Яйцо  | 1шт | 40 | 100 | 4,0 |
| Соль  | 4 | 4 | 0,4 | 0,4 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 1шт/40** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 5,1 | Са (мг) | 27,8 |
| Жиры (г) | 4,6 | Mg (мг) | 5 |
| Углеводы (г) | 0,3 | Fe (мг) | 102 |
| Эн. ценность (ккал) | 63 | С (мг) | - |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Обработанные предварительно яйца погружают в кипящую подсоленную воду и варят 8…10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Сосиски отварные

Номер рецептуры: 476

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Сосиски  | 82 | 80 | 8,2 | 8 |
| соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 80** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 5,6 | Са (мг) | 61,1 |
| Жиры (г) | 12,5 | Mg (мг) | 12,3 |
| Углеводы (г) | 1,5 | Fe (мг) | 0,7 |
| Эн. ценность (ккал) | 163,4 | С (мг) | 0,3 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Сосиски (искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают) кладут в подсоленную кипящую воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении 3…5 мин. Во избежание повреждения натуральной оболочки и ухудшения вкуса сосиски не следует хранить в горячей воде.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Сосиски отварные

Номер рецептуры: 476

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Сосиски  | 102 | 100 | 10,2 | 10 |
| соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 7 | Са (мг) | 76,4 |
| Жиры (г) | 15,6 | Mg (мг) | 15,4 |
| Углеводы (г) | 1,9 | Fe (мг) | 0,87 |
| Эн. ценность (ккал) | 204,2 | С (мг) | 0,36 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Сосиски (искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают) кладут в подсоленную кипящую воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении 3…5 мин. Во избежание повреждения натуральной оболочки и ухудшения вкуса сосиски не следует хранить в горячей воде.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Горбуша припущенная

Номер рецептуры: 404

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Горбуша неразделанная | 145 | 100 | 14,5 | 9,7 |
| Лук репчатый | 4 | 3 | 0,4 | 0,3 |
| Зелень укропа | 4 | 3 | 0,4 | 0,3 |
| соль | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 80** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 19,77 | Са (мг) | 15,1 |
| Жиры (г) | 5,65 | Mg (мг) | 10,4 |
| Углеводы (г) | 0,48 | Fe (мг) | 0,64 |
| Эн. ценность (ккал) | 120,2 | С (мг) | 0,128 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Рыбу размораживают, очищают от чешуи. Отделяют голову, позвоночник и плавники. Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, кладут в посуду в один ряд, подливают горячую воду , солят, добавляют лук репчатый, зелень, специи и припускают 10…15 мин.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Горбуша припущенная

Номер рецептуры: 404

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Горбуша неразделанная | 181 | 125 | 18,1 | 12,5 |
| Лук репчатый | 5 | 4 | 0,5 | 0,4 |
| Зелень укропа | 5 | 4 | 0,5 | 0,4 |
| соль | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 24,72 | Са (мг) | 29,2 |
| Жиры (г) | 5,48 | Mg (мг) | 13 |
| Углеводы (г) | 0,6 | Fe (мг) | 0,8 |
| Эн. ценность (ккал) | 150,25 | С (мг) | 0,16 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Рыбу размораживают, очищают от чешуи. Отделяют голову, позвоночник и плавники. Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, кладут в посуду в один ряд, подливают горячую воду , солят, добавляют лук репчатый, зелень, специи и припускают 10…15 мин.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Котлета говяжья

Номер рецептуры: 555

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Говядина (котлетное мясо) | 69 | 59,2 | 8,0 | 5,92 |
| Хлеб пшеничный | 14,4 | 14,4 | 1,44 | 1,44 |
| Молоко  | 19,2 | 19,2 | 1,92 | 1,92 |
| Мука пшеничная | 8 | 8 | 0,8 | 0,8 |
| Маргарин столовый | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Соль  | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 80** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 12,72 | Са (мг) | 41 |
| Жиры (г) | 16,1 | Mg (мг) | 27 |
| Углеводы (г) | 3 | Fe (мг) | 1,5 |
| Эн. ценность (ккал) | 278 | С (мг) | - |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Нарезанное на куски мясо измельчают на мясорубке, добавляют хлеб предварительно замоченный в молоке, соль, все перемешивают. После повторно пропускают через мясорубку и перемешивают.

 Из готовой котлетной массы разделывают изделия овально – приплюснутой формы с заостренным концом толщиной 2 – 2,5 мм, или биточки, или плоскоовальной формы толщиной 1 см.

 Обваливают в муке и жарят на сковороде 3 – 5 мин. Доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250 -280°С 5 – 7 минут

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Котлета говяжья

Номер рецептуры: 555

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Говядина (котлетное мясо) | 86 | 74 | 10,0 | 7,4 |
| Хлеб пшеничный | 18 | 18 | 1,8 | 1,8 |
| Молоко  | 24 | 24 | 2,4 | 2,4 |
| Мука пшеничная | 10 | 10 | 1,0 | 1,0 |
| Маргарин столовый | 6 | 6 | 0,6 | 0,6 |
| Соль  | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 15,9 | Са (мг) | 51,2 |
| Жиры (г) | 18,2 | Mg (мг) | 33,75 |
| Углеводы (г) | 4 | Fe (мг) | 1,9 |
| Эн. ценность (ккал) | 347,5 | С (мг) | - |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Нарезанное на куски мясо измельчают на мясорубке, добавляют хлеб предварительно замоченный в молоке, соль, все перемешивают. После повторно пропускают через мясорубку и перемешивают.

 Из готовой котлетной массы разделывают изделия овально – приплюснутой формы с заостренным концом толщиной 2 – 2,5 мм, или биточки, или плоскоовальной формы толщиной 1 см.

 Обваливают в муке и жарят на сковороде 3 – 5 мин. Доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250 -280°С 5 – 7 минут

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Тефтели с соусом

Номер рецептуры: 561

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Свинина (котлетное мясо) | 60 | 51 | 6,0 | 5,1 |
| Хлеб пшеничный | 11 | 11 | 1,1 | 1,1 |
| Молоко  | 16 | 16 | 1,6 | 1,6 |
| Лук репчатый | 32 | 26,5 | 3,2 | 2,65 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 0,4 | 0,4 |
| Мука пшеничная | 5,3 | 5,3 | 0,53 | 0,53 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 0,4 | 0,4 |
| Соль  | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
| Соус № 667 | 50 | 50 | 5,0 | 5,0 |
|  |  |  |  |  |
| Выход**:80/50** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 14,8 | Са (мг) | 44 |
| Жиры (г) | 16,4 | Mg (мг) | 38 |
| Углеводы (г) | 10,1 | Fe (мг) | 1,6 |
| Эн. ценность (ккал) | 257 | С (мг) | 1,8 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

В котлетную массу добавляюб измельченный пассерованный лук, перемешивают и формируют в виде шариков по 3…4 шт на порцию, панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1…2 ряда, заливают соусом, в который добавляют 10.20 г воды, и тушат 8…10мин.

Отпускают тефтели с соусом, в котором тушились.

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Тефтели с соусом

Номер рецептуры: 561

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Свинина (котлетное мясо) | 75 | 63,3 | 7,5 | 6,33 |
| Хлеб пшеничный | 13,3 | 13,3 | 1,33 | 1,33 |
| Молоко  | 20 | 20 | 2,0 | 2,0 |
| Лук репчатый | 40 | 33,3 | 4,0 | 3,33 |
| Масло растительное | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Мука пшеничная | 7 | 7 | 0,7 | 0,7 |
| Масло растительное | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Соль  | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
| Соус № 667 | 75 | 75 | 7,5 | 7,5 |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100/80** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 18,5 | Са (мг) | 55 |
| Жиры (г) | 19,1 | Mg (мг) | 47,5 |
| Углеводы (г) | 12,6 | Fe (мг) | 2 |
| Эн. ценность (ккал) | 301 | С (мг) | 2,1 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

В котлетную массу добавляюб измельченный пассерованный лук, перемешивают и формируют в виде шариков по 3…4 шт на порцию, панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1…2 ряда, заливают соусом, в который добавляют 10.20 г воды, и тушат 8…10мин.

Отпускают тефтели с соусом, в котором тушились.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Соус красный основной

Номер рецептуры: 667

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2004г., «Хлебпродинформ»., В. Т. Лапшина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Бульон № 666 | 50 | 50 | 5,0 | 5,0 |
| Масло растительное | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Мука пшеничная | 2,5 | 2,5 | 0,25 | 0,25 |
| Томатное пюре | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Морковь | 5 | 4 | 0,5 | 0,4 |
| Лук репчатый | 1,2 | 1 | 0,12 | 0,1 |
| Сахар | 0,75 | 0,75 | 0,075 | 0,075 |
| Соль | 0,3 | 0,3 | 0,03 | 0,03 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 50** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 0,6 | Са (мг) | 6,1 |
| Жиры (г) | 1,7 | Mg (мг) | 7,0 |
| Углеводы (г) | 1,5 | Fe (мг) | 0,5 |
| Эн. ценность (ккал) | 24 | С (мг) | 0,4 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Нарезанные лук, морковь пассеруют с маслом растительным, добавляют томатное пюре и продолжают пассеровать еще 10…15 мин. Просеянную пшеничную муку пассеруют при температуре 150…160⁰ С, периодически помешивая в наплитной посуде или на противне в жарочном шкафу слоем не более 4 см до приобретения светло-коричневого цвета.

 Охлажденную до 70…80⁰ С мучную пассеровку разводят теплым 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.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Соус красный основной

Номер рецептуры: 667

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2004г., «Хлебпродинформ»., В. Т. Лапшина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Бульон № 666 | 75 | 75 | 7,5 | 7,5 |
| Масло растительное | 1,5 | 1,5 | 0,15 | 0,15 |
| Мука пшеничная | 3,75 | 3,75 | 0,375 | 0,375 |
| Томатное пюре | 7,5 | 7,5 | 0,75 | 0,75 |
| Морковь | 7,5 | 6 | 0,75 | 0,6 |
| Лук репчатый | 1,8 | 1,5 | 0,18 | 0,15 |
| Сахар | 1,1 | 1,1 | 0,11 | 0,11 |
| Соль | 0,4 | 0,4 | 0,04 | 0,04 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 75** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 0,7 | Са (мг) | 6,7 |
| Жиры (г) | 1,9 | Mg (мг) | 8,0 |
| Углеводы (г) | 1,8 | Fe (мг) | 0,8 |
| Эн. ценность (ккал) | 36 | С (мг) | 0,6 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

 Нарезанные лук, морковь пассеруют с маслом растительным, добавляют томатное пюре и продолжают пассеровать еще 10…15 мин. Просеянную пшеничную муку пассеруют при температуре 150…160⁰ С, периодически помешивая в наплитной посуде или на противне в жарочном шкафу слоем не более 4 см до приобретения светло-коричневого цвета.

 Охлажденную до 70…80⁰ С мучную пассеровку разводят теплым 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.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Бульон коричневый

Номер рецептуры: 666

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Кости пищевые ( свиные) | 25 | 25 | 2,5 | 2,5 |
| Вода | 75 | 75 | 7,5 | 7,5 |
| Лук репчатый | 0,7 | 0,6 | 0,07 | 0,06 |
| Морковь | 0,75 | 0,6 | 0,075 | 0,06 |
| укроп зелень | 0,8 | 0,6 | 0,08 | 0,06 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**:50** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 0,9 | Са (мг) | 5,1 |
| Жиры (г) | 2,4 | Mg (мг) | 1,8 |
| Углеводы (г) | 0,1 | Fe (мг) | 0,1 |
| Эн. ценность (ккал) | 14 | С (мг) | 0,1 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

 Сырые кости, промытые и нарубленные на куски длиной 5…7 см, жарят на противне в жарочном шкафу при 160…170⁰ Сс добавлением моркови, лука репчатого 30…40 мин. Когда кости приобретут светло-коричневый цвет, обжаривание прекращают, а жир, выделившийся из костей, сливают.

 Обжаренные кости с подпеченными овощами кладут в котел, заливают горячей водой и варят 5…6 ч при слабом кипении, периодически удаляя жир и пену. Готовый бульон процеживают.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Бульон коричневый

Номер рецептуры: 666

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Кости пищевые ( свиные) | 37,5 | 37,5 | 0,75 | 3,75 |
| Вода | 112,5 | 112,5 | 11,25 | 11,25 |
| Лук репчатый | 1,05 | 0,9 | 0,1 | 0,09 |
| Морковь | 1,125 | 0,9 | 0,112 | 0,09 |
| укроп зелень | 1,2 | 0,9 | 0,12 | 0,09 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**:75** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 1,35 | Са (мг) | 7,6 |
| Жиры (г) | 3,6 | Mg (мг) | 2,7 |
| Углеводы (г) | 0,15 | Fe (мг) | 0,15 |
| Эн. ценность (ккал) | 21 | С (мг) | 0,15 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

 Сырые кости, промытые и нарубленные на куски длиной 5…7 см, жарят на противне в жарочном шкафу при 160…170⁰ Сс добавлением моркови, лука репчатого 30…40 мин. Когда кости приобретут светло-коричневый цвет, обжаривание прекращают, а жир, выделившийся из костей, сливают.

 Обжаренные кости с подпеченными овощами кладут в котел, заливают горячей водой и варят 5…6 ч при слабом кипении, периодически удаляя жир и пену. Готовый бульон процеживают.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Плов из свинины.

Номер рецептуры: 539

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2004., «Хлебпродинформ»., В. Т. Лапшина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Свинина (лопаточная часть, грудинка) | 87 | 74 | 8,7 | 7,4 |
| Крупа рисовая | 68 | 68 | 6,8 | 6,8 |
| Масло растительное | 10 | 10 | 1,0 | 1,0 |
| Лук репчатый | 12 | 10 | 1,2 | 1,0 |
| Морковь  | 19 | 15 | 1,9 | 1,5 |
| Томатное пюре | 15 | 15 | 1,5 | 1,5 |
| соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Бульон костный свиной № 183 | 160 | 160 | 16,0 | 16,0 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**:250** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 24,4 | Са (мг) | 68 |
| Жиры (г) | 23,6 | Mg (мг) | 40,5 |
| Углеводы (г) | 37,3 | Fe (мг) | 1,43 |
| Эн. ценность (ккал) | 402 | С (мг) | 2,48 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Нарезанное кусочками по 20…30гр мясо посыпают солью, обжаривают, добавляют пассерованные с томатом морковь и лук. Мясо и овощи заливают бульоном, доводят до кипения и всыпают промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25…40 мин. Отпускают , равномерно распределяя вместе с рисом и овощами.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Бульон костный свиной

Номер рецептуры: 183

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Кости свинины | 40 | 40 | 4,0 | 4,0 |
| Морковь  | 1,6 | 1,28 | 0,16 | 0,128 |
| Лук репчатый | 1,6 | 1,28 | 0,16 | 0,128 |
| Зелень укропа | 1,1 | 0,8 | 0,11 | 0,08 |
| Вода  | 200 | 200 | 20,0 | 20,0 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 160** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 1,8 | Са (мг) | 5,1 |
| Жиры (г) | 2,1 | Mg (мг) | 2,3 |
| Углеводы (г) | 0,2 | Fe (мг) | 0,1 |
| Эн. ценность (ккал) | 32 | С (мг) |  |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Нарубленные и промытые кости свинины заливают холодной водой, быстро доводят до кипения, а затем варят до готовности при слабом кипении 1…2 часа. В процессе варки снимают пену и жир. За 30…40 мин до готовности бульона в него добавляют подпеченные морковь и лук, зелень укропа. Готовый бульон процеживают.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Котлета из свинины

Номер рецептуры: 555

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Свинина (котлетное мясо) | 70,4 | 60,4 | 7,04 | 6,04 |
| Хлеб пшеничный | 14,4 | 14,4 | 1,44 | 1,44 |
| Молоко  | 19,2 | 19,2 | 1,92 | 1,92 |
| Мука пшеничная | 8 | 8 | 0,8 | 0,8 |
| Маргарин столовый | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Соль  | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
| лук репчатый | 8 | 6 | 0,8 | 0,6 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 80** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 11,7 | Са (мг) | 21 |
| Жиры (г) | 12 | Mg (мг) | 22 |
| Углеводы (г) | 3,3 | Fe (мг) | 1,2 |
| Эн. ценность (ккал) | 208 | С (мг) | - |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Нарезанное на куски мясо измельчают на мясорубке, добавляют хлеб предварительно замоченный в молоке, соль, все перемешивают. После повторно пропускают через мясорубку и перемешивают.

 Из готовой котлетной массы разделывают изделия овально – приплюснутой формы с заостренным концом толщиной 2 – 2,5 мм, или биточки, или плоскоовальной формы толщиной 1 см.

 Обваливают в муке и жарят на сковороде 3 – 5 мин. Доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250 -280°С 5 – 7 минут

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Котлета из свинины

Номер рецептуры: 555

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Свинина (котлетное мясо) | 87 | 74 | 8,7 | 7,4 |
| Хлеб пшеничный | 18 | 18 | 1,8 | 1,8 |
| Молоко  | 24 | 24 | 2,4 | 2,4 |
| Мука пшеничная | 10 | 10 | 1,0 | 1,0 |
| Маргарин столовый | 6 | 6 | 0,6 | 0,6 |
| Соль  | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
| Лук репчатый | 10 | 8 | 1,00 | 0,8 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 14,6 | Са (мг) | 26,25 |
| Жиры (г) | 15 | Mg (мг) | 27,5 |
| Углеводы (г) | 6,2 | Fe (мг) | 1,5 |
| Эн. ценность (ккал) | 246 | С (мг) | - |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Нарезанное на куски мясо измельчают на мясорубке, добавляют хлеб предварительно замоченный в молоке, соль, все перемешивают. После повторно пропускают через мясорубку и перемешивают.

 Из готовой котлетной массы разделывают изделия овально – приплюснутой формы с заостренным концом толщиной 2 – 2,5 мм, или биточки, или плоскоовальной формы толщиной 1 см.

 Обваливают в муке и жарят на сковороде 3 – 5 мин. Доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250 -280°С 5 – 7 минут

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Печень тушеная в соусе

Номер рецептуры: 533

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Печень говяжья  | 137,6 | 113,6 | 13,76 | 11,36 |
| Мука пшеничная | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Маргарин  | 8 | 8 | 0,8 | 0,8 |
| Соль  | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Соус № 698  | 80 | 80 | 0,8 | 0,8 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 80/80** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 12,8 | Са (мг) | 14 |
| Жиры (г) | 13 | Mg (мг) | 12,75 |
| Углеводы (г) | 8,2 | Fe (мг) | 3,75 |
| Эн. ценность (ккал) | 229 | С (мг) | 9,75 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Печень тушеная в соусе

Номер рецептуры: 533

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Печень говяжья  | 172 | 142 | 17,2 | 14,2 |
| Мука пшеничная | 6 | 6 | 0,6 | 0,6 |
| Маргарин  | 10 | 10 | 1,0 | 1,0 |
| Соль  | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Соус № 698  | 100 | 100 | 10,0 | 10,0 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100/100** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 16 | Са (мг) | 40,5 |
| Жиры (г) | 16,25 | Mg (мг) | 16 |
| Углеводы (г) | 10,25 | Fe (мг) | 4,7 |
| Эн. ценность (ккал) | 286,3 | С (мг) | 12,18 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) :Соус сметанный с томатом

Номер рецептуры: 698 +697

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| томатное пюре | 10 | 10 | 1,0 | 1,0 |
| сметана | 25 | 25 | 0,25 | 0,25 |
| мука пшеничная | 7,5 | 7,5 | 0,075 | 0,075 |
| отвар овощной | 75 | 75 | 7,5 | 7,5 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) |  | Са (мг) |  |
| Жиры (г) |  | Mg (мг) |  |
| Углеводы (г) |  | Fe (мг) |  |
| Эн. ценность (ккал) |  | С (мг) |  |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Муку слегка пассеруют без масла, охлаждают, смешивают со сметаной, доведенной до кипения, кладут томатное пюре, размешивают, заправляют солью, варят 5 минут, процеживают и доводят до кипения.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) :Соус сметанный с томатом

Номер рецептуры: 698 +697

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| томатное пюре | 8 | 8 | 0,8 | 0,8 |
| сметана | 20 | 20 | 2,0 | 2,0 |
| мука пшеничная | 6 | 6 | 0,6 | 0,6 |
| отвар овощной | 60 | 60 | 6,0 | 6,0 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**:80** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) |  | Са (мг) |  |
| Жиры (г) |  | Mg (мг) |  |
| Углеводы (г) |  | Fe (мг) |  |
| Эн. ценность (ккал) |  | С (мг) |  |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Муку слегка пассеруют без масла, охлаждают, смешивают со сметаной, доведенной до кипения, кладут томатное пюре, размешивают, заправляют солью, варят 5 минут, процеживают и доводят до кипения.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Куры отварные

Номер рецептуры: 590

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Цыпленок | 148 | 104 | 14,8 | 10,4 |
| Лук репчатый | 2,7 | 2,1 | 0,27 | 0,21 |
| соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 80** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 14,5 | Са (мг) | 29,3 |
| Жиры (г) | 11,68 | Mg (мг) | 15 |
| Углеводы (г) | 0,5 | Fe (мг) | 0,68 |
| Эн. ценность (ккал) | 238 | С (мг) | 1,05 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Цыплят размораживают, моют . Нарубленные на порционные куски птицы кладут в горячую воду, быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют мелко нарезанный лук и специи и варят при слабом кипении до готовности.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Куры отварные

Номер рецептуры: 590

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Цыпленок | 185 | 129 | 18,5 | 12,9 |
| Лук репчатый | 3,3 | 2,7 | 0,33 | 0,27 |
| соль |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 18,2 | Са (мг) | 37 |
| Жиры (г) | 15,6 | Mg (мг) | 19 |
| Углеводы (г) | 0,7 | Fe (мг) | 0,85 |
| Эн. ценность (ккал) | 297,5 | С (мг) | 1,31 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Цыплят размораживают, моют . Нарубленные на порционные куски птицы кладут в горячую воду, быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют мелко нарезанный лук и специи и варят при слабом кипении до готовности.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Шницель рыбный натуральный

Номер рецептуры: 443

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Минтай с головой | 144 | 69 | 14,4 | 6,9 |
| Лук репчатый | 16 | 14 | 1,6 | 1,4 |
| Молоко  | 6,4 | 6,4 | 0,64 | 0,64 |
| Яйцо  | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
| Зелень укропа | 3 | 2 | 0,3 | 0,2 |
| Мука пшеничная | 9,6 | 9,6 | 0,96 | 0,96 |
| Масло растительное | 9 | 9 | 0,9 | 0,9 |
| Соль  | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 80** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 7,35 | Са (мг) | 43,5 |
| Жиры (г) | 5,8 | Mg (мг) | 28 |
| Углеводы (г) | 6,75 | Fe (мг) | 0,85 |
| Эн. ценность (ккал) | 162,3 | С (мг) | 1,4 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, перемешивают с луком, зеленью и пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Подготовленную массу солят, формуют изделия овальной формы, смачивают в яйце, взбитом молоком, панируют в муке, обжаривают с двух сторон на плите в течение 8…10 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин.

 При отпуске шницель поливают маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Шницель рыбный натуральный

Номер рецептуры: 443

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Минтай с головой | 180 | 86 | 18,0 | 8,6 |
| Лук репчатый | 20 | 17,5 | 2,0 | 1,75 |
| Молоко  | 8 | 8 | 0,8 | 0,8 |
| Яйцо  | 3,75 | 3,75 | 0,375 | 0,375 |
| Зелень укропа | 3,75 | 2,5 | 0,375 | 0,25 |
| Мука пшеничная | 12 | 12 | 1,2 | 1,2 |
| Масло растительное | 11,2 | 11,2 | 1,12 | 1,12 |
| Соль  | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Масло сливочное | 6,2 | 6,2 | 0,62 | 0,62 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 9,2 | Са (мг) | 54,5 |
| Жиры (г) | 7,25 | Mg (мг) | 35 |
| Углеводы (г) | 8,44 | Fe (мг) | 0,85 |
| Эн. ценность (ккал) | 203 | С (мг) | 1,4 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, перемешивают с луком, зеленью и пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Подготовленную массу солят, формуют изделия овальной формы, смачивают в яйце, взбитом молоком, панируют в муке, обжаривают с двух сторон на плите в течение 8…10 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин.

 При отпуске шницель поливают маслом.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Жаркое по - домашнему

Номер рецептуры: 531

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Свинина (лопатка, шея) | 174 | 148 | 17,4 | 14,8 |
| Картофель  | 182 | 136 | 18,2 | 13,6 |
| Лук репчатый | 20 | 16 | 2,0 | 1,6 |
| Маргарин столовый | 8 | 8 | 0,8 | 0,8 |
| Томатное пюре | 10,2 | 10,2 | 1,02 | 1,02 |
| Соль  | 1,5 | 1,5 | 0,15 | 0,15 |
|  |  |  |  |  |
| Масса готовых овощей | 170 |  |  |  |
| Масса тушеного мяса | 80 |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 250** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 15,7 | Са (мг) | 16 |
| 10,6Жиры (г) | 19,1 | Mg (мг) | 22 |
| Углеводы (г) | 49 | Fe (мг) | 3 |
| Эн. ценность (ккал) | 437,2 | С (мг) | 4,6 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Мясо нарезают на 2 – 4 куска на порцию массой по 30-40 грамм, картофель и лук – дольками, затем мясо и овощи тушат по отдельности.

Тушеное мясо и овощи кладут в противень слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томат, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности.

 За 5…10 мин до готовности кладут лавровый лист.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Жаркое по - домашнему

Номер рецептуры: 531

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Свинина (лопатка, шея) | 217 | 185 | 21,7 | 18,5 |
| Картофель  | 214 | 160 | 21,4 | 16,0 |
| Лук репчатый | 24 | 18 | 2,4 | 1,8 |
| Маргарин столовый | 9 | 9 | 0,9 | 0,9 |
| Томатное пюре | 12 | 12 | 1,2 | 1,2 |
| Соль  | 1,5 | 1,5 | 0,15 | 0,15 |
|  |  |  |  |  |
| Масса готовых овощей | 200 |  |  |  |
| Масса тушеного мяса | 100 |  |  |  |
| Выход**: 300** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 18,84 | Са (мг) | 20 |
| 10,6Жиры (г) | 22,92 | Mg (мг) | 27 |
| Углеводы (г) | 58,8 | Fe (мг) | 3,7 |
| Эн. ценность (ккал) | 524 | С (мг) | 5,7 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Мясо нарезают на 2 – 4 куска на порцию массой по 30-40 грамм, картофель и лук – дольками, затем мясо и овощи тушат по отдельности.

Тушеное мясо и овощи кладут в противень слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томат, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности.

 За 5…10 мин до готовности кладут лавровый лист.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Пельмени отварные с маслом

Номер рецептуры: 911

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Пельмени (полуфабрикат) промышл произв. | 213 | 213 | 21,3 | 21,3 |
| Масло сливочное | 10 | 10 | 1,0 | 1,0 |
| Соль | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**:230/10** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 17,5 | Са (мг) | 96,2 |
| 10,6Жиры (г) | 18,8 | Mg (мг) | 32 |
| Углеводы (г) | 57,2 | Fe (мг) | 4,1 |
| Эн. ценность (ккал) | 487,2 | С (мг) | 1,0 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Подготовленные пельмени опускают в кипящую подсоленную воду ( на 1 кг пельменей 4 л воды и 20 г соли), доводят до кипения и продолжают варить при слабом кипении 5…7 минут. Когда пельмени всплывут на поверхность, их осторожно вынимают широкой шумовкой с крупными отверстиями или дуршлагом и порционируют по 14…15 шт.на порцию.

 При отпуске поливают маслом сливочным растопленным.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Пельмени отварные с маслом

Номер рецептуры: 911

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Пельмени (полуфабрикат) промышл произв. | 231 | 231 | 23,1 | 23,1 |
| Масло сливочное | 15 | 15 | 1,5 | 1,5 |
| Соль | 4 | 4 | 0,4 | 0,4 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**:250/15** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 19,9 | Са (мг) | 104 |
| 10,6Жиры (г) | 20,4 | Mg (мг) | 35 |
| Углеводы (г) | 62,1 | Fe (мг) | 4,2 |
| Эн. ценность (ккал) | 529,5 | С (мг) | 1,0 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Подготовленные пельмени опускают в кипящую подсоленную воду ( на 1 кг пельменей 4 л воды и 20 г соли), доводят до кипения и продолжают варить при слабом кипении 5…7 минут. Когда пельмени всплывут на поверхность, их осторожно вынимают широкой шумовкой с крупными отверстиями или дуршлагом и порционируют по 14…15 шт.на порцию.

 При отпуске поливают маслом сливочным растопленным.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Гуляш говяжий

Номер рецептуры: 532

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Говядина (лопаточная и подлопаточная части, грудинка, покромка) | 173 | 127 | 17,3 | 12,7 |
| Масло растительное | 7,5 | 7,5 | 0,75 | 0,75 |
| Лук репчатый | 26 | 21 | 2,6 | 2,1 |
| Томатное пюре | 16 | 16 | 1,6 | 1,6 |
| Мука пшеничная | 5,3 | 5,3 | 0,53 | 0,53 |
| Соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
|  |  |  |  |  |
| Масса тушенного мяса |  | 80 |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Масса соуса |  | 100 |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 80/100** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 17 | Са (мг) | 9 |
| Жиры (г) | 15,9 | Mg (мг) | 9 |
| Углеводы (г) | 8,3 | Fe (мг) | 0,7 |
| Эн. ценность (ккал) | 232 | С (мг) | - |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

 Нарезанное кубиками по 20…30 г и обжаренное мясо заливают водой и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа.

 На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25…30 мин . За 10…15 мин до готовности кладут лавровый лист.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Гуляш говяжий

Номер рецептуры: 532

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Говядина (лопаточная и подлопаточная части, грудинка, покромка) | 216 | 159 | 21,6 | 15,9 |
| Масло растительное | 9,3 | 9,3 | 0,93 | 0,93 |
| Лук репчатый | 32 | 27 | 3,2 | 2,7 |
| Томатное пюре | 20 | 20 | 2,0 | 2,0 |
| Мука пшеничная | 7 | 7 | 0,7 | 0,7 |
| Соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
|  |  |  |  |  |
| Масса тушенного мяса |  | 100 |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Масса соуса |  | 125 |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100/125** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 22,25 | Са (мг) | 11,25 |
| Жиры (г) | 18,1 | Mg (мг) | 11,25 |
| Углеводы (г) | 15,6 | Fe (мг) | 0,9 |
| Эн. ценность (ккал) | 321 | С (мг) | - |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

 Нарезанное кубиками по 20…30 г и обжаренное мясо заливают водой и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа.

 На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25…30 мин . За 10…15 мин до готовности кладут лавровый лист.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Азу из говядины с картофелем

Номер рецептуры: 537

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Говядина (боковая и наружные куски тазобедренной части) | 107 | 79 | 10,7 | 7,9 |
| Маргарин  | 10 | 10 | 1,0 | 1,0 |
| Томатное пюре | 12 | 12 | 1,2 | 1,2 |
| Лук репчатый | 24 | 20 | 2,4 | 2,0 |
| Мука пшеничная | 4 | 4 | 0,4 | 0,4 |
| Огурцы соленые | 33 | 20 | 3,3 | 2,0 |
| Картофель  | 213 | 160 | 21,3 | 16,0 |
| Чеснок  | 1 | 0,8 | 0,1 | 0,08 |
| Соль  | 2 | 2 | 0,2 | 0,2 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**:300** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 24,8 | Са (мг) | 17 |
| Жиры (г) | 21,1 | Mg (мг) | 22 |
| Углеводы (г) | 44 | Fe (мг) | 3 |
| Эн. ценность (ккал) | 425 | С (мг) | 4,6 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Мясо, нарезанное брусочками по 10…15 г обжаривают, заливают горячим бульоном добавляют пассерованное томатное пюре и тушат почти до готовности в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут соленые огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют жареный картофель и тушат еще 15…20 мин. За 5…10 мин до готовности кладут лавровый лист. Готовое блюдо заправляют растертым чесноком. Отпускают вместе с соусом и гарниром.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Поджарка из говядины

Номер рецептуры: 499

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Говядина (толстый, тонкий края, верхний и внутренние куски тазобедренной части) | 171 | 126 | 17,1 | 12,6 |
| Масло растительное | 11,2 | 11,2 | 0,112 | 0,112 |
| Лук репчатый | 38 | 32 | 3,8 | 3,2 |
| Томатное пюре | 16 | 16 | 1,6 | 1,6 |
| Соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
|  |  |  |  |  |
| масса жареного мяса |  | **80** |  |  |
| масса пассерованного лука и томата |  | **24** |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**:80/024** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 14,45 | Са (мг) | 18 |
| Жиры (г) | 12,3 | Mg (мг) | 26,3 |
| Углеводы (г) | 8 | Fe (мг) | 0,9 |
| Эн. ценность (ккал) | 227 | С (мг) | - |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

 Мясо, нарезанное брусочками, массой 10…15 г, посыпают солью и жарят до готовности. Затем добавляют мелко нашинкованный пассерованный репчатый лук, томатное пюре и жарят 2…3 мин. Готовое мясо можно подавать совместно с гарниром ( каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, капуста тушеная, свекла тушеная).

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) N \_\_\_

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Поджарка из говядины

Номер рецептуры: 499

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. 2014г., Санкт-Петербург., М. Т. Лабзина**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование сырья  | Расход сырья и полуфабрикатов  |
| 1 порц.  | 100 порц.  |
| брутто, г  | нетто, г  | брутто, кг | нетто, кг |
| Говядина (толстый, тонкий края, верхний и внутренние куски тазобедренной части) | 214 | 158 | 21,4 | 15,8 |
| Масло растительное | 14 | 14 | 1,4 | 1,4 |
| Лук репчатый | 48 | 40 | 4,8 | 4,0 |
| Томатное пюре | 20 | 20 | 2,0 | 2,0 |
| Соль | 2 | 2 | 0,2 | 0,2 |
|  |  |  |  |  |
| масса жареного мяса |  | **100** |  |  |
| масса пассерованного лука и томата |  | **30** |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**:100/030** | -  | -  | -  |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 18 | Са (мг) | 22,5 |
| Жиры (г) | 16,1 | Mg (мг) | 32,8 |
| Углеводы (г) | 10 | Fe (мг) | 1,12 |
| Эн. ценность (ккал) | 283,8 | С (мг) | - |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

 Мясо, нарезанное брусочками, массой 10…15 г, посыпают солью и жарят до готовности. Затем добавляют мелко нашинкованный пассерованный репчатый лук, томатное пюре и жарят 2…3 мин. Готовое мясо можно подавать совместно с гарниром ( каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, капуста тушеная, свекла тушеная).