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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Салат из моркови.

Номер рецептуры: 49

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 |
| Морковь свежая | 65 | 52 | 6,5 | 5,2 |
| сметана | 6 | 6 | 0,6 | 0,6 |
| сахар | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 60** | - | | - | - |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 0,7 | Са (мг) | 45,4 |
| Жиры (г) | 0,1 | Mg (мг) | 18,8 |
| Углеводы (г) | 8,6 | Fe (мг) | 0,5 |
| Эн. ценность (ккал) | 38,1 | С (мг) | 1,1 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

**Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Добавляют сахар, выкладывают горкой и поливают прокипяченной сметаной.**

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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Салат из моркови.

Номер рецептуры: 49

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 |
| Морковь свежая | 108 | 86 | 10,8 | 8,6 |
| сметана | 10 | 10 | 1,0 | 1,0 |
| сахар | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | - | | - | - |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 1,2 | Са (мг) | 75,7 |
| Жиры (г) | 0,17 | Mg (мг) | 31,3 |
| Углеводы (г) | 14,3 | Fe (мг) | 0,8 |
| Эн. ценность (ккал) | 63,5 | С (мг) | 1,83 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

**Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Добавляют сахар, выкладывают горкой и поливают прокипяченной сметаной.**

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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Маринованная свекла

Номер рецептуры: 112

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 |
| Свекла | 128 | 100\* | 12,8 | 10,0 |
| Соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
| Лавровый лист | 0,0001 | 0,0001 | 0,01 | 0,01 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Масса маринада |  | **50** |  |  |
| Сахар | 1,5 | 1,5 | 0,15 | 0,15 |
| Масло растительное | 7 | 7 | 0,7 | 0,7 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| \*Масса вареной очищенной свеклы |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | - | | - | - |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 2,5 | Са (мг) | 32,2 |
| Жиры (г) | 3,2 | Mg (мг) | 20,3 |
| Углеводы (г) | 10,3 | Fe (мг) | 1,3 |
| Эн. ценность (ккал) | 92,8 | С (мг) | - |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Охлажденную очищенную вареную свеклу нарезают кубиками, брусочками, ломтиками или соломкой, заливают горячим маринадом и маринуют 3…4 ч при температуре 0…4 ⁰С. Затем маринад сливают, а свеклу заправляют сахаром. Слитый маринад можно использовать для заправки борщей.

Маринад : в горячую воду кладут соль и лавровый лист, доводят до кипения, настаивают 4…5.ч и процеживают.

При отпуске свеклу заправляют маслом растительным.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Маринованная свекла

Номер рецептуры: 112

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 |
| Свекла | 77 | 60\* | 7,7 | 6,0 |
| Соль | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,5 |
| Лавровый лист | 0,00006 | 0,00006 | 0,006 | 0,006 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Масса маринада |  | **30** |  |  |
| Сахар | 0,9 | 0,9 | 0,09 | 0,09 |
| Масло растительное | 4 | 4 | 0,4 | 0,4 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| \*Масса вареной очищенной свеклы |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 60** | - | | - | - |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 1,5 | Са (мг) | 19,3 |
| Жиры (г) | 1,9 | Mg (мг) | 12,2 |
| Углеводы (г) | 6,2 | Fe (мг) | 0,8 |
| Эн. ценность (ккал) | 55,7 | С (мг) | - |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Охлажденную очищенную вареную свеклу нарезают кубиками, брусочками, ломтиками или соломкой, заливают горячим маринадом и маринуют 3…4 ч при температуре 0…4 ⁰С. Затем маринад сливают, а свеклу заправляют сахаром. Слитый маринад можно использовать для заправки борщей.

Маринад : в горячую воду кладут соль и лавровый лист, доводят до кипения, настаивают 4…5.ч и процеживают.

При отпуске свеклу заправляют маслом растительным.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Салат картофельный с огурцами

Номер рецептуры: 107

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 |
| Картофель | 36 | 25,7 | 3,6 | 2,57 |
| Лук репчатый | 6,5 | 5,2 | 0,65 | 0,52 |
| Огурцы соленые | 19 | 15 | 1,9 | 1,5 |
| Морковь | 7,6 | 6 | 0,76 | 0,6 |
| Масло растительное | 15 | 15 | 1,5 | 1,5 |
| Сахар | 0,45 | 0,45 | 0,045 | 0,045 |
| соль | 0,18 | 0,18 | 0,018 | 0,018 |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 60** | - | | - | - |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 1,02 | Са (мг) | 28,8 |
| 10,6Жиры (г) | 1,92 | Mg (мг) | 11,4 |
| Углеводы (г) | 5,16 | Fe (мг) | 0,42 |
| Эн. ценность (ккал) | 42,6 | С (мг) | 6,6 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Соленые огурцы, очищенные от кожицы, вареную морковь нарезают ломтиками. Очищенный вареный картофель нарезают мелкими ломтиками, смешивают с шинкованным луком. Все овощи соединяют и заправляют маслом с солью и сахаром.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Салат картофельный с огурцами

Номер рецептуры: 107

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 |
| Картофель | 59 | 43 | 5,9 | 4,3 |
| Лук репчатый | 10,3 | 8,7 | 1,03 | 0,87 |
| Огурцы соленые | 31,3 | 25 | 3,13 | 2,5 |
| Морковь | 12,6 | 10 | 1,26 | 1,0 |
| Масло растительное | 25 | 25 | 2,5 | 2,5 |
| Сахар | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| соль | 2 | 2 | 0,2 | 0,2 |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | - | | - | - |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 1,7 | Са (мг) | 48 |
| 10,6Жиры (г) | 3,2 | Mg (мг) | 19 |
| Углеводы (г) | 8,6 | Fe (мг) | 07 |
| Эн. ценность (ккал) | 71 | С (мг) | 11 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Соленые огурцы, очищенные от кожицы, вареную морковь нарезают ломтиками. Очищенный вареный картофель нарезают мелкими ломтиками, смешивают с шинкованным луком. Все овощи соединяют и заправляют маслом с солью и сахаром.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Салат из белокочанной капусты

Номер рецептуры: 108

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 |
| Капуста белокочанная свежая | 98,6 | 78,9 | 9,86 | 7,89 |
| Морковь | 12,5 | 10 | 1,25 | 1,0 |
| Сахар | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| Масло растительное | 5 | 5 | 0,5 | 0,5 |
| соль | 1,5 | 1,5 | 0,15 | 0,15 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | - | | - | - |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 1,5 | Са (мг) | 37,83 |
| Жиры (г) | 4 | Mg (мг) | 13 |
| Углеводы (г) | 8,16 | Fe (мг) | 0,75 |
| Эн. ценность (ккал) | 86,7 | С (мг) | 14,7 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Капусту шинкуют, добавляют соль и нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с нашинкованной морковью, добавляют сахар и масло.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Салат из белокочанной капусты

Номер рецептуры: 108

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 |
| Капуста белокочанная свежая | 59 | 47,3 | 5,9 | 4,73 |
| Морковь | 7,5 | 6 | 0,75 | 0,6 |
| Сахар | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
| Масло растительное | 3 | 3 | 0,3 | 0,3 |
| соль | 1 | 1 | 0,1 | 0,1 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 60** | - | | - | - |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 0,9 | Са (мг) | 22,7 |
| Жиры (г) | 3,4 | Mg (мг) | 7,8 |
| Углеводы (г) | 4,9 | Fe (мг) | 0,6 |
| Эн. ценность (ккал) | 52 | С (мг) | 8,8 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Капусту шинкуют, добавляют соль и нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с нашинкованной морковью, добавляют сахар и масло.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Салат из разных овощей «Степной»

Номер рецептуры: 25

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 |
| Картофель | 18 | 13,2 | 1,8 | 1,32 |
| Морковь | 14,4 | 11,4 | 1,44 | 1,14 |
| Огурцы соленые | 12,6 | 10,2 | 1,26 | 1,02 |
| Лук репчатый | 12 | 10,2 | 1,2 | 1,02 |
| Горошек зеленый консервированный | 10,2 | 10,2 | 1,02 | 1,02 |
| Масло растительное | 2,5 | 2,5 | 0,25 | 0,25 |
| Кислота лимонная | 0,2 | 0,2 | 0,02 | 0,02 |
| сахар | 0,45 | 0,45 | 0,045 | 0,045 |
| соль | 0,2 | 0,2 | 0,02 | 0,02 |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 60** | - | | - | - |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 0,9 | Са (мг) | 8,7 |
| Жиры (г) | 2,4 | Mg (мг) | 7,8 |
| Углеводы (г) | 4,9 | Fe (мг) | 0,6 |
| Эн. ценность (ккал) | 52 | С (мг) | 8,8 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Очищенный сырой картофель нарезают соломкой и бланшируют в подсоленной воде 5 минут. Подготовленную сырую морковь и очищенные от кожицы соленые огурцы нарезают соломкой, лук мелко шинкуют. Картофель и овощи соединяют, добавляют зеленый горошек, заправку и перемешивают.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Салат из разных овощей «Степной»

Номер рецептуры: 25

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 |
| Картофель | 30 | 22 | 3,0 | 2,2 |
| Морковь | 24 | 19 | 2,4 | 1,9 |
| Огурцы соленые | 21 | 17 | 2,1 | 1,7 |
| Лук репчатый | 20 | 17 | 2,0 | 1,7 |
| Горошек зеленый консервированный | 17 | 17 | 1,7 | 1,7 |
| Масло растительное | 4,2 | 4,2 | 0,42 | 0,42 |
| Кислота лимонная | 0,2 | 0,2 | 0,2 | 0,02 |
| сахар | 0,75 | 0,75 | 0,075 | 0,075 |
| соль | 0,3 | 0,3 | 0,03 | 0,03 |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | - | | - | - |

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 1,5 | Са (мг) | 14,5 |
| Жиры (г) | 4 | Mg (мг) | 13 |
| Углеводы (г) | 8,2 | Fe (мг) | 1 |
| Эн. ценность (ккал) | 87 | С (мг) | 14,7 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Очищенный сырой картофель нарезают соломкой и бланшируют в подсоленной воде 5 минут. Подготовленную сырую морковь и очищенные от кожицы соленые огурцы нарезают соломкой, лук мелко шинкуют. Картофель и овощи соединяют, добавляют зеленый горошек, заправку и перемешивают.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Винегрет овощной

Номер рецептуры: 71

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 |
| Картофель | 29 | 21'' | 2,9 | 2,1 |
| Свекла | 19 | 15' | 1,9 | 1,5 |
| Морковь | 13 | 10' | 1,3 | 1,0 |
| Огурцы соленые | 19 | 15 | 1,9 | 1,5 |
| Капуста квашеная | 21 | 15 | 2,1 | 1,5 |
| Лук репчатый | 18 | 15 | 1,8 | 1,5 |
| Масло растительное | 10 | 10 | 1,0 | 1,0 |
| Соль | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 100** | - | | - | - |

'' масса вареных очищенных овощей

Огурцы можно заменить капустой квашеной, капусту квашеную можно заменить огурцами.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 1,4 | Са (мг) | 26,2 |
| Жиры (г) | 10,1 | Mg (мг) | 23 |
| Углеводы (г) | 6,8 | Fe (мг) | 0,9 |
| Эн. ценность (ккал) | 124 | С (мг) | 16,2 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Вареные очищенные картофель, свеклу и морковь, очищенные соленые огурцы нарезают ломтиками, капусту квашеную перебирают, отжимают и шинкуют. Лук репчатый нарезают полукольцами. Подготовленные овощи соединяют, добавляют масло растительное и перемешивают.

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

Наименование кулинарного изделия (блюда) : Винегрет овощной

Номер рецептуры: 71

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 |
| Картофель | 18 | 13'' | 1,8 | 1,3 |
| Свекла | 11,4 | 9' | 1,14 | 0,9 |
| Морковь | 8 | 6' | 0,8 | 0,6 |
| Огурцы соленые | 11,4 | 9 | 1,14 | 0,9 |
| Капуста квашеная | 13 | 9 | 1,3 | 0,9 |
| Лук репчатый | 11 | 9 | 1,1 | 0,9 |
| Масло растительное | 6 | 6 | 0,6 | 0,6 |
| Соль | 0,5 | 0,5 | 0,05 | 0,05 |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| Выход**: 60** | - | | - | - |

'' масса вареных очищенных овощей

Огурцы можно заменить капустой квашеной, капусту квашеную можно заменить огурцами.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Белки (г) | 0,84 | Са (мг) | 15,72 |
| Жиры (г) | 6,06 | Mg (мг) | 13,8 |
| Углеводы (г) | 4,08 | Fe (мг) | 0,6 |
| Эн. ценность (ккал) | 74,4 | С (мг) | 9,72 |

Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов:

Вареные очищенные картофель, свеклу и морковь, очищенные соленые огурцы нарезают ломтиками, капусту квашеную перебирают, отжимают и шинкуют. Лук репчатый нарезают полукольцами. Подготовленные овощи соединяют, добавляют масло растительное и перемешивают.