

Источник рецептуры

Сборник технологических нормативов — Сборник рецептурных блюд и
кулинарных изделий для предприятий общественного питания Ф.Л.Марчук

Таблица 4

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 302,11

Наименование блюда (изделия): Каша гречневая вязкая с маслом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Крупа гречневая	31,8 (г)	31,8
Соль йодированная	0,7	0,7
*Вода	102	102
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	3	3
Выход готового блюда	-	130

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Крупу перебирают, промывают несколько раз, засыпают в кипящую воду, добавляют соль, заправляют растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом, перемешивают и варят до готовности, периодически помешивая. Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид — зерна частично разварены, не разделяются, каша уложенная горкой, сохраняет форму.

Цвет — серый с коричневым оттенком.

Консистенция — вязкая.

Вкус и запах — каши из данного вида крупы, в меру соленый, без признаков затхлости и горечи.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	4,03	Витамин D (мкг)	0,04	Цинк (мг)	
Жиры (г)	3,22	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Калорийность (Ккал)	117,77	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	18,2	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	1
Витамин С (мг)		Кальций (мг)	9,66	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	95,66	Витамин А (мкг)	14,14
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,19
Витамин В1 (мг)	0,14	Магний (мг)	63,75	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,07	Калий (мг)	122	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	1,84
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	7
Витамин Е (мг)	0,28	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	2,16	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог

Источник рецептуры

Картотека блюд лечебного и рационального питания в учреждениях системы
здравоохранения, II том, М.А. Самсонов, Екатеринбург, 1995 г.

15.2

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 420,09

Наименование блюда (изделия): Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами	25 (г)	25
Выход готового блюда	-	25

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Хлеб пшеничный обогащенный нарезают на порционные куски.

*Сведения о пищевой ценности взяты из маркировочного ярлыка на "Хлеб пшеничный с витаминами и железом "Свежий 2" для детей дошкольного и школьного возраста, АО "Уфимское хлебообъединение "Восход".

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – корка слегка выпуклая, без боковых выплывов, мякиш – пропеченный.

Цвет –от светло-желтого до темно-коричневого.

Вкус и запах – свойственный свежему хлебу, без постороннего запаха и привкуса.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	65	Витамин D (мкг)		Цинк (мг)	
Белки (г)	2	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	0,25	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	13,75	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	
Витамин С (мг)		Кальций (мг)	5	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	16,25	Витамин А (мкг)	
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	
Витамин В1 (мг)	0,09	Магний (мг)	3,5	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,05	Калий (мг)	23	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	
Витамин Е (мг)	0,38	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,63	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог

Источник рецептуры

Сборник технологических нормативов — Сборник рецептурных блюд и
кулинарных изделий для предприятий общественного питания Ф.Л.Марчук

Таблица 4

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 430,55

Наименование блюда (изделия): Каша пшенная молочная вязкая с маслом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Крупа пшено шлифованное	31,75 (г)	31,75
Молоко питьевое пастеризованное, фасованное	62 (г)	62
Соль йодированная	0,7	0,7
*Вода	40	40
Сахар-песок	3 (г)	3
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	3	3
Выход готового блюда	-	133

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Крупу перебирают, промывают водой, засыпают в кипящую воду, варят не более 10 мин, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко, соль, сахар, перемешивают и варят до готовности. Заправляют растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом. Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид — зерна крупы полностью разварившиеся и утратившие свою форму.
Цвет — от желтого до кремового.
Консистенция — вязкая.
Вкус и запах — каши из данного вида крупы, в меру соленый, без признаков затхлости и горечи.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	177,59	Витамин D (мкг)	0,07	Цинк (мг)	
Белки (г)	5,47	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	5,21	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	27,06	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	1
Витамин С (мг)	0,81	Кальций (мг)	86,36	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	130,68	Витамин А (мкг)	28,09
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,19
Витамин В1 (мг)	0,16	Магний (мг)	35,19	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,11	Калий (мг)	159	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	1,51
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	21
Витамин Е (мг)	0,13	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,95	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог

Источник рецептуры

Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
школьного питания, ООО Фирма "Партнер", часть 2, Уфа, 2016 г.

263

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 136,8

Наименование блюда (изделия): Ватрушка французская

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Мука пшеничная в/с	21,42 (г)	21,42
Сахар-песок	6,84 (г)	6,84
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	6	6
Творог с массовой долей жира 5% фасованный	30,303 (г)	30
Яйцо куриное пищевое столовое 1 категории	0,057 (шт54)	3,0996
Выход готового блюда	-	60

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Сахар, муку, масло сливочное соединяют и растирают – делают посыпку. На противень высыпаят 2/3 объема посыпки. сверху ровным слоем выливают начинку, равномерно распределяют по всей поверхности. Затем посыпают остальной посыпкой. Для начинки в творог добавляют яйца и все хорошо перемешивают. Выпекают при 180 °С в течение 20 мин.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – ватрушка французская с посыпкой.

Цвет – золотисто-желтый.

Консистенция – пористость мелкая, равномерная.

Вкус и запах – свойственный изделиям с начинкой, без запаха перекисшего теста.

Информация о пищевой ценности

Калорийность (Ккал)	186,86	Витамин D (мкг)	0,16	Цинк (мг)	
Белки (г)	9,06	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Жиры (г)	6,48	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	22,8	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	4
Витамин С (мг)	0,15	Кальций (мг)	56,41	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	92,17	Витамин А (мкг)	44,96
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,02
Витамин В1 (мг)	0,05	Магний (мг)	10,7	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,11	Калий (мг)	66	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	11,3
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	16
Витамин Е (мг)	0,43	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,49	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог

Источник рецептуры

Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для
детского питания, ООО "Фирма Партнер", часть 2, Уфа, 2015

212

ТЕХНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 212,01

Наименование блюда (изделия): Макаронные изделия отварные с маслом

Наименование сырья, пищевых продуктов	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Макаронные изделия	44,287 (г)	44,287
Соль йодированная	1,04	1,04
Масло сливочное "Крестьянское" с м.д.ж. 72,5%	3,4	3,4
*Вода	158,6	158,6
Выход готового блюда	-	130

Технологический процесс изготовления, оформления и подачи блюда (изделия), условия и сроки реализации

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды). Сваренные макаронные изделия откидывают на дуршлаг и перемешивают с растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом. Температура при подаче должна быть не ниже 65 °С. Срок реализации - 2 часа с момента приготовления.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Внешний вид – отварные макаронные изделия легко отделяются друг от друга и сохраняют свою форму.

Цвет – от белого до светло-кремового.

Консистенция – мягкая, но упругая.

Вкус и запах – свойственный продуктам, входящим в блюдо, в меру соленый.

Информация о пищевой ценности

Белки (г)	5,34	Витамин D (мкг)	0,04	Цинк (мг)	
Жиры (г)	3,22	Витамин К (мкг)		Омега 6 (г)	
Калорийность (Ккал)	175,53	Витамин Е (мг)		Омега 3 (г)	
Углеводы (г)	31,27	Витамин В2 (мг)		Йод (мкг)	1
Витамин С (мг)		Кальций (мг)	13,06	Пищевые волокна (г)	
РЭ (мкг)		Фосфор (мг)	39,55	Витамин А (мкг)	15,3
Магний (мг)		Са (мг)		Фенилаланин (мг)	0,23
Витамин В1 (мг)	0,08	Магний (мг)	7,31	Йод (мкг)	
Витамин В2 (мг)	0,02	Калий (мг)	55	Холестерин (мг)	
Фосфор (мг)		Калий (мг)		Селен (мкг)	0,03
Витамин С (мг)		Натрий (мг)		цинк (мг)	
Витамин В6 (мг)		Хлориды (мг)		Фтор (мкг)	10
Витамин Е (мг)	0,7	Витамин А (мкг)		Белки жив.происхожд (г)	
Витамин В1 (мг)		Селен (мкг)		Витамин Д (мкг)	
Fe (мг)		Железо (мг)	0,75	В-каротин (мкг)	

Зав. производством

Технолог