

Первые блюда

В питании школьников приготавливаются горячие заправочные, молочные, пюреобразные и прозрачные супы. Супы можно приготавливать с различными мясными, рыбными и консервированными продуктами.

Овощи для приготовления супов сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением; закладывают овощи только в кипящую воду, нарезав их перед варкой; свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

При приготовлении супов с крупами следует помнить, что крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы перебирают и промывают проточной водой.

При использовании консервированных продуктов потребительскую упаковку перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

При отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо подвергают вторичной термической обработке – кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят в нем при температуре +75°C до раздачи не более 1 часа.

Молочные супы варят на молоке, смеси молока и воды, на сгущенном молоке (согласно таблицы норм взаимозаменяемости). Супы готовят с макаронными изделиями, крупами. Молочные супы варят: с макаронными изделиями – 10-40 мин (в зависимости от сорта), с дроблеными крупами – 10-15 мин, с недроблеными крупами (рисовая, гречневая, перловая, пшено) – 20-30 мин. Молочные супы с макаронными изделиями при длительной варке и хранении быстро густеют. Во избежание этого их следует готовить небольшими партиями с таким расчетом, чтобы реализовать их в течение 20-30 мин. Готовые супы заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи горячих супов +60...+65°C.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ

Номер рецептуры: 206

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

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

Цвет: светло-желтый (горчичный)

Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ

Номер рецептуры: 204

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания / Авт.-сост.:

А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:

А.С.К., 2005, с.86

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	I порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	75	60	93,8	75
***с 1 сентября по 31 октября	80	60	100	75
***с 1 ноября до 31 декабря	85,7	60	107,1	75
***с 1 января по 28-29 февраля	92,3	60	115,3	75
***с 1 марта	100	60	125	75
Крупа пшеничная, перловая	8	8	10	10
или рис, пшено	4	4	5	5
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Вода	150	150	187,5	187,5
ВЫХОД:	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
С пшеничной крупой											
200	2,14	2,24	13,71	83,60	20,88	22,80	66,12	1,04	0,09	6,60	0,00
250	2,68	2,80	17,14	104,50	26,10	28,50	82,65	1,30	0,11	8,25	0,00
С перловой крупой											
200	2,00	2,23	13,60	82,60	20,72	21,20	69,88	0,81	0,08	6,660	0,00
250	2,50	2,79	17,00	103,25	25,90	26,50	87,35	1,01	0,10	8,33	0,00
С рисом											
200	1,58	2,19	11,66	72,60	18,44	20,00	50,04	0,71	0,08	6,60	0,00
250	1,98	2,74	14,58	90,75	23,05	25,00	62,55	0,89	0,10	8,25	0,00
С пшеном											
200	1,74	2,27	11,43	73,20	19,20	21,32	53,36	0,77	0,09	6,60	0,00
250	2,18	2,84	14,29	91,50	24,00	26,65	66,70	0,96	0,11	8,25	0,00

Технология приготовления:

Лук мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и пассеруют. Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную в соответствии с требованиями СанПиНа крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до

окончания варки кладут соль, специи. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с пассерованными овощами.

Суп картофельный с перловой крупой можно приготовить с рыбой, порции рыбы варят отдельно.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель и овощи, крупа хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму

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

Цвет: супа - золотистый, жир на поверхности – светло - оранжевый, овощей – натуральный

Вкус: картофеля, припущенных овощей, умеренно соленый

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 02032

Суп рыбный (консервы сельдевые)

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Консервы из сельдевых рыб натуральные (111316002)	16	16
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	28	28
или Картофель свежий продовольственный	40	28
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	6,4	6,4
или Морковь столовая свежая	8	6,4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4,2	4,2
или Лук репчатый свежий	5	4,2
Масло сливочное	1	1
Крупа Рисовая	4	4
Коренья петрушки сушеные	0,1	0,1
Вода питьевая	75	75
Петрушка (зелень)	0,7	0,5
Соль обогащенная с пониженным содержанием натрия	0,1	0,1
Выход:	-	100

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, г		
Белки	Жиры	Углеводы
4,19	1,68	6,74

Минеральные вещества, мг			
Ca	Mg	P	Fe
37,02	19,66	67,6	0,59

Витамины, мг					
A	B1	B2	PP	C	E
3,2	0,04	0,05	1,21	3,56	0,08

Энергетическая ценность (ккал)
66,18

Технология приготовления: очищенные овощи и зелень петрушки промывают проточной водой не менее 5 минут. Картофель свежий очищенный (полуфабрикат сульфитированный) помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Подготовленный картофель нарезают кубиками. Морковь и лук мелко шинкуют и припускают с корнем петрушки в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного. Крупу рисовую перебирают, промывают. В кипящую воду закладывают подготовленную крупу рисовую, варят 15 минут, вводят картофель и припущенные овощи, варят еще 10-15 минут, затем в кипящий бульон добавляют подготовленные консервы «Сельдевые в собственном со-»

Вариант 3 Собственное производство. Для столовых сырых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): Борщ сибирский с говядиной

Номер рецептуры: № 111; 110103

Наименование сборника рецептур: Сборником рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г.; ТТК

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина крупный кусок охлажденная	8,2	8,1	0,82	0,81
или Говядина крупный кусок замороженная	8,9	8,1	0,89	0,81
Вода (для варки бульона)	90	90	9	9
Масса говядины отварной:		5		0,5
Свекла свежая очищенная полуфабрикат или Свекла столовая свежая	20	20	2	2
Капуста белокачанная очищенная полуфабрикат или Капуста белокачанная свежая	7	7	0,7	0,7
Картофель свежий очищенный полуфабрикат или Картофель свежий продовольственный	4	4	0,4	0,4
Фасоль продовольственная	3	3	0,3	0,3
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	3	3	0,3	0,3
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	3,8	3	0,38	0,3
Лук репчатый свежий	3	3	0,3	0,3
Кислота лимонная	3,6	3	0,36	0,3
Томатная паста	0,01	0,01	0,001	0,001
Масло растительное	1,2	1,2	0,12	0,12
Чеснок	1,6	1,6	0,16	0,16
Сахар-песок	0,5	0,4	0,05	0,04
Бульон мясной (или вода)	1	1	0,1	0,1
Соль	7,5	7,5	7,5	7,5
Сметана 15%	0,2	0,2	0,02	0,02
Выход:	3	3	0,3	0,3
	100		10	

Примечание: при подаче допускается добавлять в блюдо обработанную зелень (МТК 180101) из расчета 0,5 грамма 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	4,14
Жиры (г):	3,47
Углеводы (г):	6,09
Энергетическая ценность (ккал):	67,36

Ca (мг):	61,33
Mg (мг):	13,90
Fe (мг):	0,83
C (мг):	5,54
B1 (мг):	0,04
B2 (мг):	0,04

Технология приготовления:

Примечание: Подготовленный картофель свежий очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течение 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Подготовленное мясо нарезают кубиками закладывают в горячую воду, доводят до кипения 90-110°С, снимают образовавшуюся на поверхности пену, варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Бульон процеживают. Мясо снова закладывают в бульон, доводят до кипения. Очищенные овощи промывают в проточной воде не менее 5 минут. У белокачанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут. Подготовленную капусту белокачанную свежую шинкуют. Свеклу нарезают соломкой и тушат до готовности с добавлением масла растительного, лимонной кислоты и томат-пасты. Фасоль перебирают, моют, кладут в холодную воду (2-3 литра на 1 кг бобовых) на 5-8 часов, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до готовности. Подготовленный картофель нарезают брусочками. Морковь, лук репчатый шинкуют и протушивают в масле растительном с добавлением бульона (или воды) в течение 10 минут.

В кипящий бульон (или воду) 90-110°С закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель и варят 10-15 мин. Затем кладут свеклу тушеную, припущенные морковь, лук репчатый и варят до готовности. Фасоль откидывают, предварительно сваренную до полуготовности, кладут в борщ за 10-15 минут до окончания варки.

За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар-песок, подготовленный и мелкоизмельченный чеснок. Готовый борщ заправляют прокипяченной сметаной и вновь доводят до кипения.

Для буфет-раздаточных: Готовый суп, разливают в изотермическую тару и доставляют на пищеблок, работающий по типу буфет-раздаточной, где порционируют непосредственно перед раздачей. На пищеблоке, работающем по типу буфет-раздаточной осуществляют только поддержание температуры подачи, без повторного разогрева.

Температура подачи:	не ниже 75°С
Срок реализации:	не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблок, работающие по типу буфет-раздаточных
Технолог:	_____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **РАССОЛЬНИК ПЕТЕРБУРГСКИЙ**

Номер рецептуры: 197

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 83

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	80	60	100	75
***с 1 сентября по 31 октября	85,7	60	107,1	75
***с 1 ноября до 31 декабря	92,3	60	115,3	75
***с 1 января по 28-29 февраля	100	60	125	75
***с 1 марта	80	60	100	75
Крупа перловая или рисовая	4	4	5	5
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	4,8	4	6	5
Масло растительное	4	4	5	5
Вода	150	150	187,5	187,5
ВЫХОД:	200		250	

Химический состав данного блюда

В ых од , г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Бе лк и, г	Ж ир ы, г	Уг ле во ды	це Энн ер ос г. ть, ал	Са	Mg	р	Fe	В	С	А
С перловой крупой											
200	1,68	4,09	13,27	96,60	21,16	20,72	57,56	0,78	0,08	6,03	0,00
250	2,10	5,11	16,59	120,75	26,45	25,90	71,95	0,98	0,10	7,54	0,00
С рисовой крупой											
200	1,60	4,09	13,54	97,40	19,96	21,12	50,64	0,75	0,08	6,03	0,00
250	2,00	5,11	16,93	121,75	24,95	26,40	63,30	0,94	0,10	7,54	0,00

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5-10 минут вводят пассированные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части рассольника – огурцы без кожицы и семян, нарезанные ромбиками или соломкой, картофель – брусочками, овощи – соломкой

Консистенция: овощей – мягкая, сочная, огурцов – слегка хрустящая. Перловая крупа хорошо разварена, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Номер рецептуры: 208

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 88

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	75	60	93,8	75
***с 1 сентября по 31 октября	80	60	100	75
***с 1 ноября до 31 декабря	85,7	60	107,1	75
***с 1 января по 28-29 февраля	92,3	60	115,3	75
***с 1 марта	100	60	125	75
Макаронные изделия	8	8	10	10
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Вода	150	150	188	188
ВЫХОД:		200		250

Химический состав данного блюда

В ых од , г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Бе лк и, г	Ж ир ы, г	Уг ле во ды, г	це Энн ер ос г. ть, ал	Са	Mg	р	Fe	В	С	А
200	2,15	2,27	13,71	83,80	19,68	21,60	53,32	0,87	0,09	6,60	0,00
250	2,69	2,84	17,14	104,75	24,60	27,00	66,65	1,09	0,11	8,25	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут подготовленные макароны, доводят до кипения и варят 10-15 минут, затем добавляют картофель, пассерованные морковь, лук и томатное пюре и варят до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с картофелем. При приготовлении супа с вермишелью или фигурными изделиями в кипящий бульон или воду кладут картофель, пассерованные овощи, томатное пюре, а вермишель или фигурные изделия добавляют за 10-15 минут до готовности супа.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель, овощи и макаронные изделия, сохранившие форму

Консистенция: овощи и картофель мягкие, макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

сост.:
К.:

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ**
 Номер рецептуры: 187

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для
 предприятий общественного питания /
 Авт. А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко, М.И.Пересичный.

А.С.К., 2005, с.79

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста свежая	50	40	62,5	50
Картофель молодой до 1 сент.	30	24	37,5	30
***с 1 сентября по 31 октября	32	24	40	30
***с 1 ноября до 31 декабря	34,3	24	42,9	30
***с 1 января по 28-29 февраля	37	24	46,2	30
***с 1 марта	40	24	50	30
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Вода	160	160	200	200
Сметана	10	10	5	5
ВЫХОД:	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	глеводы, г	энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	Р	Fe	В	С	А
200	1,40	3,91	6,79	67,80	34,66	17,8	8,1	0,64	0,05	14,77	0,00
250	1,75	4,89	8,49	84,75	43,33	22,25	10,63	0,80	0,06	18,46	0,00

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 120529

Вариант 3 Собственное производство. Для столовых сырьевых и доготовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным**

Номер рецептуры: № 335; 120529

Наименование сборника рецептур: Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах 2006; ТТК

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Пельмени детские	80	80	8	8
Вода	350	350	35	35
Соль	0,5	0,5	0,05	0,05
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход:		100		10

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр. на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	9,54	Са (мг):	16,04
Жиры (г):	15,25	Mg (мг):	10,51
Углеводы (г):	20,36	Fe (мг):	0,74
Энергетическая ценность (ккал)	212,60	С (мг):	0,00
		В1 (мг):	0,14
		В2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Пельмени детские из полуфабриката промышленного приготовления замороженные закладывают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг пельменей 4 литра воды), доводят до кипения и продолжают варить при слабом кипении 5-7 минут. по окончании варки, воду слить или достать пельмени шумовкой из воды. Заправить прокипяченным сливочным маслом.

Температура подачи: не ниже 65°C

Сроки реализации: не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог _____

Вариант 1 Собственное производство.* Для столовых сырьевых и готовочных. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.), для буфет-раздаточных, не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суп картофельный с горохом**

Номер рецептуры: № 139; 110307-1

Наименование сборника рецептур: Сборником рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г.; ТТК

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	20	20	2	2
или Картофель свежий продовольственный	28,6	20	2,86	2
Горох колотый	8,1	8	0,81	0,8
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4	0,4	0,4
или Морковь столовая свежая	5	4	0,5	0,4
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	4,0	4,0	0,4	0,4
или Лук репчатый свежий	4,8	4,0	0,48	0,4
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Бульон(или вода)	70	70	7	7
Соль	0,2	0,2	0,02	0,02
Выход:		100		10
Масса супа и сухариков (ТК№180601)в г на порцию супа с сухариками: массой 200 г. массой 250 г.		190/10* 240/10*		

В числителе дроби указана масса супа картофельного, в знаменателе – масса сухариков

(*рекомендовано 10 г на порцию)

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	2,15	Са (мг):	15,40
Жиры (г):	2,25	Mg (мг):	15,29
Углеводы (г):	7,82	Fe (мг):	0,79
Энергетическая ценность (ккал):	60,26	С (мг):	2,60
		В1 (мг):	0,09
		В2 (мг):	0,03

Технология приготовления:

Для приготовления блюда используется бульон (или вода), полученный при варке мяса для второго блюда. Бульон процеживают.

Очищенные овощи моют проточной водой в течение 5 минут. Подготовленный картофель нарезают крупными кубиками, очищенную морковь, лук – мелкими кубиками. Морковь и лук припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного в течение 10-15 мин.

Горох перебирают, моют, кладут в холодную воду (2-3 л на 1 кг бобовых): на 3-4 часа, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения. Воду сливают.

Подготовленный горох закладывают в бульон (или воду), доводят до кипения 90-110°C, добавляют картофель, припущенную морковь и варят до готовности.

Для буфет раздаточных: Готовый суп, разливают в изотермическую тару и доставляют на пищеблок, работающий по типу буфет-раздаточной, где порционируют непосредственно перед раздачей. На пищеблоке, работающем по типу буфет-раздаточной осуществляют только поддержание температуры подачи, без повторного разогрева.

Примечание: Подготовленный картофель свежий очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течение 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Суп картофельный с горохом допускается подавать с сухариками.

Температура подачи: не ниже 75°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог _____