

Примерное 12-ти дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День 1(понедельник)																					
Обед																					
1	<u>Салат на выбор:</u>																				
	Поке с курицей и сыром (без заправки)		11,66	7,40	6,18	142,14	9,07	0,07	0,12	44,95	0,19	39,18	149,90	31,56	1,06	225,49	8,46	8,50	11,34	110640	110640
	Салат-коктейль из овощей (без заправки)	120	2,83	1,02	13,70	76,80	13,96	0,11	0,06	6,75	-	37,56	86,58	33,69	1,35	226,17	2,92	0,39	17,58	110332	110332
	Салат «Греческий» с брынзой (без заправки)		2,79	1,85	4,11	108,00	83,45	0,06	0,07	2,63	0,03	66,53	57,26	15,98	0,91	213,86	2,76	1,35	14,64	100001	100001
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	<u>Горячее блюдо на выбор:</u>																				
	Шашлычки куриные по-азиатски	150	34,35	25,37	1,41	375,11	4,39	0,11	0,27	75,25	-	26,87	266,52	41,41	1,94	375,29	10,91	22,89	0,21	100085	100085
	Пенне Аррабиато	220	21,73	16,09	36,72	407,36	42,48	0,17	0,20	18,48	0,89	56,83	244,66	39,82	3,55	549,69	63,01	3,12	68,28	100149	100149
	Сувлаки с курицей	160/120	14,33	12,31	36,32	312,87	15,12	0,17	0,13	24,11	-	52,45	144,08	42,91	2,26	320,26	2,88	9,06	15,83	100647	100647
Картофельные палочки	3,51		1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649	
4	<u>Напиток на выбор (не менее двух):</u>																				
	Сок	200	2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай		-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч	
	Какао на молоке		3,65	3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К
5	Лимон (к чаю)	3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Круассан	1шт.	6,44	30,58	37,92	452,10	-	0,09	0,07	107,52	-	17,09	58,64	9,03	0,80	94,40	11,12	18,16	-	100097	100097
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			43,81	57,81	134,08	1268,96	74,24	0,47	0,47	168,16	0,77	224,38	518,43	123,56	9,44	1476,68	52,86	39,32	82,10		
Полдник																					
1	Ватрушка с творогом	150	16,20	17,70	72,00	512,10	0,41	0,21	0,26	27,02	1,95	169,16	384,26	28,69	1,55	210,37	14,05	23,17	44,99	190304	190306
2	Ацидофилин	200	5,80	6,40	7,60	118,00	1,60	0,08	0,32	40,00	2,00	240,00	196,00	30,00	0,20	290,00	18,00	4,00	40,00	230101	230101
Итого***			22,00	24,10	79,60	630,10	2,01	0,29	0,58	67,02	3,95	409,16	580,26	58,69	1,75	500,37	32,05	27,17	84,99		
Итого за день***			65,81	81,91	213,68	1899,06	76,24	0,77	1,05	235,18	4,72	633,54	1098,69	182,25	11,20	1977,05	84,91	66,49	167,09		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи
*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День 2(вторник)																					
Обед																					
1	<u>Салат на выбор:</u>																				
	Фит-боул с цыпленком (без заправки)		9,88	4,52	14,37	139,56	13,34	0,13	0,12	17,65	-	41,96	140,85	44,14	1,67	278,77	4,11	5,00	27,22	100124	100124
	Салат «Крымский» (без заправки)	120	1,36	0,24	5,09	30,87	28,71	0,07	0,05	-	-	19,62	35,18	23,54	1,07	336,49	2,51	0,49	26,05	110324	110324
	Салат «Фунчоза с овощами» (без заправки)		1,43	1,35	13,30	111,62	51,96	0,08	0,09	16,08	-	36,95	38,95	23,09	0,92	165,88	2,24	1,25	23,33	100009	100009
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	<u>Горячее блюдо на выбор:</u>																				
	Наггетсы с картофелем по-деревенски	220	17,94	9,12	35,76	290,92	15,35	0,24	0,22	77,21	0,21	45,17	221,34	90,76	2,55	1 075,96	16,11	3,44	51,36	100061	100061
	Вок с креветкой в соево-чесночном соусе	220	9,52	3,10	31,47	197,25	19,78	0,08	0,07	34,32	0,03	84,75	165,69	44,28	1,64	230,98	53,29	15,86	45,77	110322	110322
	РУСбургер	140/120	20,28	15,31	28,44	336,76	10,09	0,05	0,16	26,74	0,18	56,36	180,59	24,56	1,95	341,03	0,49	14,96	4,79	100642	100642
	Картофельные палочки		3,51	1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649
4	<u>Напиток на выбор (не менее двух):</u>																				
	Сок		2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч
	Какао на молоке		3,65	3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К
5	Лимон (к чаю)	3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Маффин ванильный	1шт.	4,08	11,44	32,11	248,02	0,08	0,04	0,08	2,11	-	38,68	66,94	18,27	1,20	111,60	6,86	175,20	-	100095	100095
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			32,36	28,53	138,26	959,78	64,58	0,40	0,44	62,69	0,54	247,77	471,27	147,80	9,43	1666,66	44,54	194,92	98,98		
Полдник																					
1	Кекс с цукатами	150	11,09	40,12	87,67	755,53	0,09	0,13	0,23	126,03	1,88	44,71	132,52	18,84	1,89	129,61	13,79	14,48	32,69	170607	170607
2	Кефир	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,06	0,34	40,00	0,20	240,00	190,00	28,00	0,20	292,00	18,00	4,00	40,00	230103	230103
Итого***			16,89	46,52	95,67	873,53	1,49	0,19	0,57	166,03	2,08	284,71	322,52	46,84	2,09	421,61	31,79	18,48	72,69		
Итого за день***			49,25	75,05	233,93	1833,30	66,07	0,59	1,00	228,73	2,62	532,48	793,78	194,65	11,51	2088,28	76,32	213,40	171,67		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи
*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День 3 (среда)																					
Обед																					
1	<u>Салат на выбор:</u>																				
	Кето - салат с цыпленком (без заправки)		9,19	5,71	3,55	100,99	30,52	0,08	0,20	37,27	0,70	55,45	113,68	24,15	1,55	265,02	10,28	11,63	17,50	100402	100402
	Салат «Нисуаз» (без заправки)	120	8,74	3,78	5,78	92,79	12,45	0,09	0,19	20,06	0,57	91,44	122,39	31,72	1,38	299,55	5,48	6,09	25,97	100004	100004
	Эби пока боул (без заправки)		6,14	0,80	6,41	59,77	12,33	0,06	0,07	5,72	0,02	51,15	116,15	38,17	1,44	246,07	36,95	8,03	39,78	110641	110641
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	<u>Горячее блюдо на выбор:</u>																				
	Паста с цыпленком и шпинатом	220	18,49	12,68	38,99	345,93	5,09	0,14	0,21	60,24	1,34	185,90	219,15	33,88	1,66	291,26	18,46	10,04	29,04	100640	100640
	Плов мясной	220	16,84	13,45	46,34	365,44	4,85	0,11	0,15	-	0,66	26,44	229,34	54,84	2,75	413,20	31,81	8,71	83,65	100084	100084
	Чикен Бургер	160/120	17,67	11,11	38,09	325,55	12,23	0,09	0,16	48,96	0,19	63,57	133,98	33,90	1,75	359,15	0,61	3,79	6,27	100067	100067
	Картофельные палочки		3,51	1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649
4	<u>Напиток на выбор (не менее двух):</u>																				
	Сок	200	2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай		-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч	
	Какао на молоке		3,65	3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К
5	Лимон (к чаю)	3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Ватрушка	1шт.	3,96	1,98	25,56	135,71	-	0,05	0,08	19,20	-	39,00	67,20	9,60	0,48	57,60	-	-	-	100185	100185
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			37,79	23,70	135,29	908,62	43,91	0,38	0,52	79,86	1,56	311,14	522,22	127,90	8,94	1427,72	45,96	22,15	106,87		
Полдник																					
1	Пирожок с вишневым джемом	100	5,46	7,05	59,95	324,67	-	0,08	0,04	20,70	0,20	13,37	47,34	8,05	0,68	99,66	7,74	3,52	12,97	190213	190213
2	Печенье	100	7,50	9,80	74,40	417,00	-	0,08	0,05	10,00	-	29,00	90,00	20,00	2,10	110,00	-	-	-	9	9
3	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	2,00	0,12	0,54	56,00	0,20	400,00	340,00	38,00	0,20	292,00	18,00	2,00	40,00	230102	230102
Итого***			20,76	21,85	142,75	849,67	2,00	0,28	0,63	86,70	0,40	442,37	477,34	66,05	2,98	501,66	25,74	5,52	52,97		
Итого за день***			58,54	45,54	278,04	1758,30	45,91	0,67	1,15	166,57	1,96	753,51	999,56	193,95	11,92	1929,38	71,71	27,68	159,84		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи

*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День 4 (четверг)																					
Обед																					
1	<u>Салат на выбор:</u>																				
	Винегрет (без заправки)	120	2,08	0,26	12,64	61,70	10,68	0,08	0,07	-	-	43,50	60,90	29,30	1,20	416,93	6,66	0,59	31,87	110321	110321
	Поке с овощами и яйцом (без заправки)		7,65	5,92	10,09	121,52	21,68	0,08	0,25	12,79	1,37	57,78	132,94	25,21	1,87	224,37	17,19	16,42	37,90	110330	110330
	Салат «Цезарь» (без заправки)		13,55	7,89	11,02	172,24	9,58	0,08	0,12	41,88	0,08	28,25	129,68	22,63	1,18	261,38	0,60	13,56	7,34	100002	100002
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	<u>Горячее блюдо на выбор:</u>																				
	Рисовая лапша с морепродуктами	220	14,01	10,53	46,15	346,71	25,11	0,15	0,11	39,98	0,32	176,02	351,13	66,61	1,74	410,17	142,33	25,37	247,15	100151	100151
	Хот-дог	150	13,10	16,19	34,22	337,02	7,55	0,23	0,20	37,16	0,27	74,76	196,23	30,43	1,97	131,72	7,31	6,84	5,07	100654	100654
	Чикен ролл	150/120	15,79	14,37	34,62	368,31	54,60	0,17	0,16	47,40	0,19	66,61	182,76	42,44	2,21	317,67	2,82	11,36	16,54	100645	100645
	Картофельные палочки		3,51	1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649
4	<u>Напиток на выбор (не менее двух):</u>																				
	Сок	200	2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай		-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч	
	Какао на молоке		3,65	3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К
5	Лимон (к чаю)	3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Пирожок с яблоком	1шт.	2,80	2,35	26,85	143,00	-	0,06	0,06	1,00	-	10,50	54,50	15,50	0,70	95,00	-	-	-	100173	100173
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			33,00	26,61	139,76	954,93	61,16	0,48	0,48	63,99	1,15	273,63	549,17	133,78	9,05	1427,77	70,40	30,77	154,76		
Полдник																					
1	Ватрушка с творогом	150	19,01	11,47	68,57	453,20	0,41	0,21	0,26	27,02	1,95	169,16	384,26	28,69	1,55	210,37	14,05	23,17	44,99	190304	190304
2	Кефир	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,06	0,34	40,00	0,20	240,00	190,00	28,00	0,20	292,00	18,00	4,00	40,00	230103	230103
Итого***			24,81	17,87	76,57	571,20	1,81	0,27	0,60	67,02	2,15	409,16	574,26	56,69	1,75	502,37	32,05	27,17	84,99		
Итого за день***			57,81	42,18	216,33	1505,44	62,96	0,75	1,08	131,01	3,30	682,78	1123,38	190,46	10,80	1930,14	102,45	57,94	239,75		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи

*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День 5 (пятница)																					
Обед																					
1	<u>Салат на выбор:</u>																				
	Салат «Греческий» (без заправки)	120	2,66	2,25	4,74	113,90	84,17	0,06	0,08	16,42	0,12	38,98	67,39	17,37	0,99	220,46	15,02	2,16	19,55	110345	110345
	Салат «Фьюжн» (без заправки)		15,55	10,86	23,42	296,08	50,93	0,18	0,13	21,98	0,36	59,33	179,52	57,72	2,54	250,87	5,16	9,78	13,78	110347	110347
	Салат из хрустящих баклажанов (без заправки)		3,39	3,11	15,49	140,88	60,89	0,11	0,11	0,03	-	32,61	44,64	24,17	1,19	168,42	4,31	3,79	10,11	110339	110339
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	<u>Горячее блюдо на выбор:</u>																				
	Паста Альфредо	220	15,61	10,81	39,25	318,04	2,36	0,13	0,15	37,79	0,98	104,78	162,30	24,78	1,37	220,59	20,81	7,19	24,00	100055	100177
	Крылышки Хрустящие с картофелем по-деревенски	240	34,99	13,94	45,02	565,71	18,33	0,31	0,35	14,05	0,46	58,99	332,52	70,12	2,70	1 392,38	41,85	36,40	60,35	110327	110327
	Бургер А-ля РУС	145/120	21,22	15,22	29,36	345,89	10,12	0,06	0,18	38,06	0,26	59,98	203,90	28,16	2,11	377,66	0,65	16,17	6,76	110636	110636
	Картофельные палочки		3,51	1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649
4	<u>Напиток на выбор (не менее двух):</u>																				
	Сок	200	2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай		-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч	
	Какао на молоке		3,65	3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К
5	Лимон (к чаю)	3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Маффин шоколадный	1шт.	3,40	9,53	26,76	206,68	0,07	0,03	0,07	1,76	-	32,23	55,78	15,23	1,00	93,00	5,71	146,00	-	100101	100101
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			42,67	34,14	142,53	1142,94	93,76	0,46	0,52	47,79	1,13	264,61	529,34	135,41	9,59	1715,16	46,41	177,22	84,32		
Полдник																					
1	Пирожок с клубничным джемом	150	7,96	10,54	88,36	479,64	37,80	0,13	0,08	31,06	0,30	24,69	74,11	14,93	1,40	188,46	11,59	5,15	25,98	190201-1	190201-1
2	Ацидофилин	200	5,80	6,40	7,60	118,00	1,60	0,08	0,32	40,00	2,00	240,00	196,00	30,00	0,20	290,00	18,00	4,00	40,00	230101	230101
Итого***			13,76	16,94	95,96	597,64	39,40	0,21	0,40	71,06	2,30	264,69	270,11	44,93	1,60	478,46	29,59	9,15	65,98		
Итого за день***			56,43	51,08	238,49	1740,58	133,16	0,67	0,92	118,84	3,42	529,29	799,45	180,34	11,19	2193,62	76,00	186,37	150,30		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи
*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День 6 (суббота)																					
Обед																					
1	<u>Салат на выбор:</u>																				
	Салат «Авангард» (без заправки)		16,11	12,24	3,19	190,18	6,24	0,07	0,24	66,17	1,06	63,10	208,05	21,36	1,35	153,57	16,26	18,30	18,59	110338	110338
	Клаб-салат (без заправки)	120	9,50	4,85	7,82	114,25	6,95	0,10	0,15	14,80	0,36	41,11	110,96	26,61	1,23	334,19	5,93	8,30	25,77	100145	100145
	Кето - салат с сыром (без заправки)		9,05	9,91	3,01	136,59	23,31	0,06	0,21	79,06	1,09	105,94	178,69	22,02	1,81	173,26	9,83	14,49	19,14	110642	110642
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	<u>Горячее блюдо на выбор:</u>																				
	Удон с курицей по-тайски	240	16,37	7,76	40,55	302,27	8,00	0,12	0,12	36,26	-	54,20	141,54	42,63	1,71	262,71	34,95	10,95	10,18	100643	100643
	Вок цыпленок Тандури	220	23,96	15,27	35,02	368,22	6,85	0,12	0,23	66,17	0,05	36,16	230,93	51,38	1,80	317,41	18,48	19,91	25,90	100147	100147
	Шримп ролл	140/120	11,98	9,51	38,59	315,82	37,88	0,18	0,10	9,75	0,03	56,55	144,48	52,70	2,65	357,54	33,42	12,64	40,47	100648	100648
	Картофельные палочки		3,51	1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649
4	<u>Напиток на выбор (не менее двух):</u>																				
	Сок	200	2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай		-	-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч
	Какао на молоке		3,65	3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К
5	Лимон (к чаю)	3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Блинчики с топингами	65	2,34	2,44	21,69	119,51	4,21	0,05	0,09	10,95	0,22	70,18	63,32	10,78	0,43	86,82	5,27	1,64	11,19	100102	100102
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			37,53	26,86	131,46	934,09	56,08	0,46	0,56	96,92	1,47	306,87	545,42	134,11	9,13	1603,61	58,90	33,61	108,83		
Полдник																					
1	Ватрушка с творогом	150	19,01	11,47	68,57	453,20	0,41	0,21	0,26	27,02	1,95	169,16	384,26	28,69	1,55	210,37	14,05	23,17	44,99	190304	190304
2	Кефир	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,06	0,34	40,00	0,20	240,00	190,00	28,00	0,20	292,00	18,00	4,00	40,00	230103	230103
Итого***			24,81	17,87	76,57	571,20	1,81	0,27	0,60	67,02	2,15	409,16	574,26	56,69	1,75	502,37	32,05	27,17	84,99		
Итого за день***			62,34	44,73	208,03	1505,29	57,89	0,73	1,16	163,94	3,62	716,02	1119,68	190,80	10,88	2105,97	90,95	60,78	193,82		
Итого за 6 дней***			60,91	58,11	258,48	1829,29	84,35	0,84	1,14	172,69	3,27	616,61	1013,15	201,82	13,69	2037,41	83,72	102,11	180,41		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи
*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День 7 (понедельник)																					
Обед																					
1	<u>Салат на выбор:</u>																				
	Кето-салат Дальневосточный (без заправки)		8,07	3,71	10,14	106,91	6,34	0,13	0,15	6,96	0,58	40,54	131,36	37,79	1,64	423,82	78,60	16,90	27,12	100126	100126
	Боул с овощами и яйцом (без заправки)	120	4,65	4,08	3,08	68,14	11,34	0,05	0,13	5,17	0,65	62,75	79,30	18,80	1,72	197,30	5,84	8,17	23,22	100127	100127
	Салат «Крабовый» (без заправки)		7,69	3,67	27,84	172,84	1,20	0,11	0,15	0,02	0,65	37,52	193,66	41,74	1,54	110,05	7,56	14,65	25,56	100130	100130
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	<u>Горячее блюдо на выбор:</u>																				
	Пельмени отварные	200	19,02	24,72	40,66	372,84	-	0,27	0,13	9,00	1,66	29,77	125,82	20,93	1,46	283,59	9,27	6,40	67,20	100054	100054
	Вок соба с курицей и соусом терияки	220	14,91	7,07	35,65	256,72	18,34	0,27	0,16	40,42	-	54,30	201,30	69,01	2,21	340,87	7,29	5,50	13,54	100146	100146
	Кесадилья с говядиной	150/120	16,66	14,96	21,71	294,22	14,62	0,13	0,22	125,03	0,81	192,60	282,68	49,73	1,40	348,66	7,35	4,77	20,25	110639	110639
Картофельные палочки	3,51		1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649	
4	<u>Напиток на выбор (не менее двух):</u>																				
	Сок		2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч
	Какао на молоке		3,65	3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К
5	Лимон (к чаю)	3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Пирожок с клубникой	1шт.	6,05	0,80	10,20	72,80	4,12	0,03	0,03	14,80	0,12	8,18	22,85	3,84	0,38	38,37	1,31	2,54	5,83	100174	100174
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			37,85	26,08	119,90	839,45	39,49	0,50	0,46	80,25	1,97	261,49	504,35	129,24	8,66	1351,83	51,38	27,40	104,26		
Полдник																					
1	Кекс с шоколадом	150	13,63	39,48	77,72	722,23	-	0,13	0,23	117,03	1,73	52,38	211,42	75,96	4,92	341,53	12,85	13,21	66,72	170604	170604
2	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	2,00	0,12	0,54	56,00	0,20	400,00	340,00	38,00	0,20	292,00	18,00	2,00	40,00	230102	230102
Итого***			21,43	44,48	86,12	830,23	2,00	0,25	0,77	173,03	1,93	452,38	551,42	113,96	5,12	633,53	30,85	15,21	106,72		
Итого за день***			59,28	70,55	206,02	1669,67	41,49	0,74	1,23	253,28	3,90	713,87	1055,77	243,21	13,77	1985,36	82,23	42,61	210,98		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи
*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День 8 (вторник)																					
Обед																					
1	<u>Салат на выбор:</u>																				
	Салат-коктейль из овощей (без заправки)	120	2,83	1,02	13,70	76,80	13,96	0,11	0,06	6,75	-	37,56	86,58	33,69	1,35	226,17	2,92	0,39	17,58	110332	110332
	Салат «Цезарь» (без заправки)		13,55	7,89	11,02	172,24	9,58	0,08	0,12	41,88	0,08	28,25	129,68	22,63	1,18	261,38	0,60	13,56	7,34	100002	100002
	Поке с овощами с сыром (без заправки)		4,06	3,06	7,72	130,33	68,73	0,07	0,09	27,54	0,19	37,23	97,01	26,14	0,83	205,97	3,81	3,28	14,08	110644	110644
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	<u>Горячее блюдо на выбор:</u>																				
	Плов куринный	220	17,58	9,36	46,55	334,14	6,42	0,11	0,15	29,04	-	27,39	201,56	53,94	1,63	297,92	27,24	17,22	42,68	100080	100080
	Паста «Болоньезе»	220	21,05	21,95	33,16	416,17	12,27	0,15	0,19	26,03	0,91	56,88	248,59	38,72	3,31	483,63	35,30	4,07	66,84	100059	100059
	Патата	150/120	13,03	21,19	12,32	293,44	7,02	0,19	0,22	65,20	0,40	113,49	230,25	32,76	1,63	354,87	6,83	3,06	19,32	100653	100653
Картофельные палочки	3,51		1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649	
4	<u>Напиток на выбор (не менее двух):</u>																				
	Сок	200	2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай		-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч	
	Какао на молоке		3,65	3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К
5	Лимон (к чаю)	3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Круассан	1шт.	6,44	30,58	37,92	452,10	-	0,09	0,07	107,52	-	17,09	58,64	9,03	0,80	94,40	11,12	18,16	-	100097	100097
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			38,62	57,94	142,75	1269,24	57,41	0,48	0,46	176,25	0,93	231,51	533,32	124,40	9,06	1449,75	48,12	38,08	95,42		
Полдник																					
1	Ватрушка с абрикосовым джемом	150	10,20	7,08	58,44	337,94	0,18	0,14	0,13	4,52	0,97	76,94	115,28	17,47	1,25	151,94	13,48	8,66	28,40	190301	190301
2	Йогурт питьевой фруктовый	200	5,60	5,40	20,40	152,60	1,20	0,06	0,30	20,00	2,00	248,00	190,00	30,00	0,20	274,00	18,00	4,00	40,00	230116	230116
Итого***			15,80	12,48	78,84	490,54	1,38	0,20	0,43	24,52	2,97	324,94	305,28	47,47	1,45	425,94	31,48	12,66	68,40		
Итого за день***			54,42	70,42	221,59	1759,78	58,79	0,68	0,89	200,77	3,90	556,45	838,60	171,87	10,51	1875,68	79,60	50,74	163,82		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи
*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День 9 (среда)																					
Обед																					
1	<u>Салат на выбор:</u>																				
	Салат «Кобб» (без заправки)	120	8,20	5,16	2,73	125,51	47,56	0,07	0,16	13,81	0,58	25,61	90,44	17,70	1,24	224,42	10,61	9,30	17,91	100131	100131
	Салат «Фреш» (без заправки)		1,21	0,12	3,56	20,54	21,36	0,02	0,05	0,00	-	37,58	51,65	16,18	0,97	240,34	6,72	0,55	28,51	100008	100008
	Салат «Табуле» (без заправки)		2,77	0,33	12,96	71,44	13,32	0,07	0,05	-	-	20,03	75,12	40,19	0,96	228,73	1,79	0,64	14,22	100144	100144
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	<u>Горячее блюдо на выбор:</u>																				
	Фарфалле с сливочным соусом со шпинатом и лососем	220	20,12	12,11	38,23	343,25	4,53	0,20	0,22	60,83	1,39	195,58	262,60	40,18	1,52	207,95	83,78	5,07	29,48	100140	100140
	Курица карри с рисом	220	12,77	7,31	49,17	305,73	10,35	0,11	0,10	30,73	-	40,68	167,59	49,43	1,47	210,74	34,46	14,42	36,50	100060	100060
	Буррито	150/120	19,27	8,74	40,25	325,32	22,64	0,20	0,17	87,20	0,23	70,31	218,42	53,99	2,32	378,67	11,68	13,53	13,79	100646	100646
Картофельные палочки	3,51		1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649	
4	<u>Напиток на выбор (не менее двух):</u>																				
	Сок	200	2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай		-	-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч
Какао на молоке	3,65		3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К	
5	Лимон (к чаю)	3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Оладьи с топингами	65	3,45	2,66	29,23	154,89	2,78	0,05	0,07	6,12	0,38	55,00	59,86	10,42	0,44	96,18	0,93	1,35	12,93	100092	100092
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			33,03	19,79	141,54	894,91	60,78	0,43	0,44	73,56	1,51	299,09	491,93	129,05	8,23	1338,49	62,04	21,91	99,20		
Полдник																					
1	Кекс с цукатами	150	11,09	40,12	87,67	755,53	0,09	0,13	0,23	126,03	1,88	44,71	132,52	18,84	1,89	129,61	13,79	14,48	32,69	170607	170607
2	Ацидофилин	200	5,80	6,40	7,60	118,00	1,60	0,08	0,32	40,00	2,00	240,00	196,00	30,00	0,20	290,00	18,00	4,00	40,00	230101	230101
Итого***			16,89	46,52	95,27	873,53	1,69	0,21	0,55	166,03	3,88	284,71	328,52	48,84	2,09	419,61	31,79	18,48	72,69		
Итого за день***			49,93	66,31	236,80	1768,44	62,47	0,64	0,99	239,60	5,38	583,80	820,45	177,90	10,32	1758,11	93,83	40,39	171,89		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи
*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День 10 (четверг)																					
Обед																					
1	<u>Салат на выбор:</u>																				
	Салат «Мексиканский с курицей» (без заправки)		11,33	4,93	19,47	197,89	37,13	0,16	0,12	16,83	-	50,79	150,82	49,82	1,57	321,48	7,35	5,03	11,18	110342	110342
	Фит-боул с цыпленком (без заправки)	120	9,88	4,52	14,37	139,56	13,34	0,13	0,12	17,65	-	41,96	140,85	44,14	1,67	278,77	4,11	5,00	27,22	100124	100124
	Салат «Грузинский» (без заправки)		1,21	0,19	4,22	24,87	21,33	0,06	0,05	0,00	-	24,48	43,22	20,80	0,92	262,27	3,08	0,47	24,03	110333	110333
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	<u>Горячее блюдо на выбор:</u>																				
	Рисовая лапша с морепродуктами	220	14,01	10,53	46,15	346,71	25,11	0,15	0,11	39,98	0,32	176,02	351,13	66,61	1,74	410,17	142,33	25,37	247,15	100151	100151
	Шашлыки куриные с картофелем по-деревенски	220	40,46	28,86	31,00	549,71	23,12	0,34	0,45	78,41	-	57,44	402,93	93,17	3,77	1 453,00	17,68	23,63	57,21	100150	100150
	Блэк Бургер	140/120	20,82	23,11	27,09	405,04	3,67	0,04	0,16	35,35	0,24	57,30	195,51	22,02	1,89	252,64	0,60	15,36	6,22	100063	100063
Картофельные палочки	3,51		1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649	
4	<u>Напиток на выбор (не менее двух):</u>																				
	Сок		2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч
	Какао на молоке		3,65	3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К
5	Лимон (к чаю)	3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Сдоба с маком	1шт.	7,60	11,30	53,30	340,00	1,20	0,40	0,20	5,00	-	86,00	94,00	24,00	2,90	103,00	-	26,20	-	100175	100175
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			48,31	38,92	164,07	1216,66	60,52	0,84	0,65	70,99	0,59	336,15	665,57	168,92	11,71	1841,14	69,82	57,21	163,81		
Полдник																					
1	Пирожок с вишневым джемом	150	8,18	10,57	89,92	487,01	-	0,13	0,05	31,06	0,30	20,05	71,01	12,07	1,02	149,49	11,61	5,28	19,45	190213	190213
2	Кефир	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40	0,06	0,34	40,00	0,20	240,00	190,00	28,00	0,20	292,00	18,00	4,00	40,00	230103	230103
Итого***			13,98	16,97	97,92	605,01	1,40	0,19	0,39	71,06	0,50	260,05	261,01	40,07	1,22	441,49	29,61	9,28	59,45		
Итого за день***			62,29	55,89	261,99	1821,67	61,92	1,03	1,05	142,04	1,08	596,21	926,58	209,00	12,93	2282,63	99,43	66,49	223,26		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи
*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День 11 (пятница)																					
Обед																					
1	<u>Салат на выбор:</u>																				
	Салат «Средиземноморский» (без заправки)		3,40	3,73	3,98	119,04	73,91	0,06	0,08	27,03	0,19	47,38	82,27	17,48	1,12	203,73	2,74	3,27	17,98	110643	110643
	Винегрет (без заправки)	120	2,08	0,26	12,64	61,70	10,68	0,08	0,07	-	-	43,50	60,90	29,30	1,20	416,93	6,66	0,59	31,87	110321	110321
	Салат «Азиатский» (без заправки)		6,77	4,41	5,60	128,99	49,91	0,07	0,09	19,24	-	29,45	62,10	18,01	1,13	147,97	3,20	4,05	10,75	100133	100133
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	<u>Горячее блюдо на выбор:</u>																				
	Пельмени отварные	200	19,02	24,72	40,66	372,84	-	0,27	0,13	9,00	1,66	29,77	125,82	20,93	1,46	283,59	9,27	6,40	67,20	100054	100054
	Удон с индейкой по-японски	240	17,64	14,73	44,44	385,25	8,98	0,12	0,15	16,90	-	55,34	184,00	44,37	2,06	308,45	35,27	5,10	12,11	100139	100139
	Римская пицца	160/120	16,00	7,20	39,20	285,60	4,44	0,19	0,26	101,97	-	150,69	335,11	38,55	2,45	275,20	12,97	31,84	-	100641	100641
Картофельные палочки	3,51		1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649	
4	<u>Напиток на выбор (не менее двух):</u>																				
	Сок	200	2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай		-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч	
	Какао на молоке		3,65	3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К
5	Лимон (к чаю)	3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Печенье песочное	1шт.	3,00	3,92	29,76	166,80	-	0,03	0,02	4,00	-	11,60	36,00	8,00	0,84	44,00	-	-	-	1009	1009
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			32,78	28,14	141,94	960,71	67,39	0,45	0,40	65,29	1,02	244,47	462,86	110,29	8,94	1334,65	34,80	23,14	86,11		
Полдник																					
1	Кекс с цукатами	150	11,09	40,12	87,67	755,53	0,09	0,13	0,23	126,03	1,88	44,71	132,52	18,84	1,89	129,61	13,79	14,48	32,69	170607	170607
2	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	2,00	0,12	0,54	56,00	0,20	400,00	340,00	38,00	0,20	292,00	18,00	2,00	40,00	230102	230102
Итого***			18,89	45,12	96,07	863,53	2,09	0,25	0,77	182,03	2,08	444,71	472,52	56,84	2,09	421,61	31,79	16,48	72,69		
Итого за день***			51,67	73,27	238,01	1824,23	69,48	0,69	1,16	247,33	3,09	689,18	935,38	167,13	11,03	1756,27	66,58	39,62	158,80		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи
*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

№	Наименование	Выход гр	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества								№ ТК Вариант 1	№ ТК Вариант 2
			гр	гр	гр	ккал	С, мг	В 1, мг	В2, мг	А, мкг	D, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мкг	F, мкг		
День12(суббота)																					
Обед																					
1	Салат на выбор:																				
	Салат «Аджасанда»		1,86	1,15	7,47	119,44	96,25	0,09	0,08	0,01	-	25,90	36,40	18,23	0,93	219,85	10,44	0,41	17,88	110317	110317
	Поке с курицей и овощами (без заправки)	120	9,72	5,65	5,85	116,76	10,10	0,07	0,11	28,90	-	39,33	109,66	33,16	1,53	242,04	7,60	6,11	8,24	100129	100129
	Веган салат (без заправки)		3,57	1,15	20,96	109,77	13,90	0,07	0,04	5,40	-	29,23	59,18	16,89	1,06	231,60	2,66	10,63	15,09	110331	110331
2	Заправка в ассортименте	5	0,18	2,11	0,31	21,01	0,38	0,00	0,00	0,25	-	1,08	3,37	1,52	0,05	13,34	0,36	0,05	0,00	3-01	3-01
3	Горячее блюдо на выбор:																				
	Люля - кебаб из птицы с картофелем по-деревенски	240	21,16	9,79	40,71	337,73	20,98	0,29	0,28	35,99	0,10	53,14	244,19	61,69	2,71	1 219,82	21,41	17,03	56,69	100075	100075
	Фузилли с куриным филе и соусом песто	220	20,87	14,48	35,38	357,57	17,62	0,14	0,22	60,03	1,30	163,83	243,47	40,05	1,74	355,41	20,04	11,76	50,21	100062	100062
	Хот-дог	150/120	13,10	16,19	34,22	337,02	7,55	0,23	0,20	37,16	0,27	74,76	196,23	30,43	1,97	131,72	7,31	6,84	5,07	100654	100654
	Картофельные палочки		3,51	1,95	28,62	146,45	17,56	0,21	0,14	-	-	28,43	102,28	40,50	1,60	997,23	17,33	0,47	52,68	100649	100649
4	Напиток на выбор (не менее двух):																				
	Сок	200	2,00	0,20	20,20	92,00	4,00	0,02	0,02	-	-	14,00	14,00	8,00	2,80	24,00	-	-	-	100113	100113
	Чай		-	-	-	-	-	-	-	-	-	9,41	15,66	-	-	0,09	-	-	-	100-Ч	100-Ч
	Какао на молоке		3,65	3,06	11,19	88,29	0,36	0,02	0,09	9,00	1,20	114,96	104,38	40,70	1,75	202,51	5,40	1,20	30,62	100-К	100-К
5	Лимон (к чаю)		3	0,03	0,00	0,09	1,02	1,20	0,00	0,00	-	-	1,20	0,66	0,36	0,02	4,89	-	0,01	0,30	100-Л
6	Сахар порционный (к чаю)	5	-	-	5,00	19,95	-	-	-	-	-	0,15	-	-	0,02	0,15	-	-	-	100-С	100-С
7	Фрукты в ассортименте	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	-	-	16,00	11,00	9,00	2,20	278,00	2,00	0,30	8,00	110400	110400
8	Пирожок с вишней	1шт.	2,50	3,75	26,50	150,00	-	0,06	0,06	1,00	-	10,50	54,50	15,50	0,70	95,00	-	-	-	100184	100184
9	Хлебная корзина (хлеб пшеничный, хлеб ржано - пшеничный, булочки без ограничений выдачи)**																				
Итого***			34,06	25,76	138,03	952,19	73,55	0,51	0,48	60,08	0,96	253,39	494,34	128,39	8,97	1640,51	34,59	23,65	90,53		
Полдник																					
1	Кекс "Столичный"	150	11,05	40,15	87,31	754,10	-	0,13	0,22	126,07	1,88	42,09	133,04	16,44	1,99	189,91	13,79	14,48	32,69	170601	170601
2	Йогурт питьевой фруктовый	200	5,60	5,40	20,40	152,60	1,20	0,06	0,30	20,00	2,00	248,00	190,00	30,00	0,20	274,00	18,00	4,00	40,00	230116	230116
Итого***			16,65	45,55	107,71	906,70	1,20	0,19	0,52	146,07	3,88	290,09	323,04	46,44	2,19	463,91	31,79	18,48	72,69		
Итого за день***			50,71	71,30	245,75	1858,90	74,75	0,70	1,01	206,15	4,83	543,47	817,38	174,83	11,16	2104,43	66,37	42,13	163,22		
Итого за 6 дней***			60,57	68,94	248,29	1906,39	103,53	0,98	2,05	2700,97	3,73	695,56	1064,42	205,09	16,52	1975,53	81,71	51,28	211,15		
Итого за 12 дней***			60,74	63,52	253,38	1867,84	93,94	0,91	1,60	1436,83	3,50	656,09	1038,78	203,45	15,10	2006,47	82,72	76,70	195,78		

** - Без ограничений выдачи на линии раздачи
*** - Калорийность рассчитана с учетом максимального отклонения в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности вариантов блюд.

Пояснительная записка к проекту
«Примерное 12-ти дневное меню для организации питания
обучающихся в государственных учреждениях среднего
профессионального образования г. Москвы»

Пояснительная записка к примерному 12-ти дневному меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы.

Меню составлено с учетом пожелания родителей и детей, при этом сохранив рациональное питание и учитывая требования СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», МР 2.3.6.0233-21 «Методические рекомендации к организации общественного питания населения».

Обеды состоят из основных горячих блюд, не заправленных салатов, соков промышленного производства и чая (какао) с порционным сахаром и /или долькой лимона. Хлеб на обед предоставляется без ограничений.

Полдники состоят из выпечки как собственного, так и промышленного производства, и разнообразных кисломолочных напитков.

При составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием: Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. 3 издание / под ред. Г.Г. Онищенко, В.А. Тутельяна Москва, 2024;

Также дополнительно присутствуют технологические карты на изделия промышленного производства (штучные изделия в индивидуальной упаковке), а именно: круассан; маффин ванильный; ватрушка; пирожок с яблоком; маффин шоколадный; пирожок с клубникой; сдоба с маком; печенье песочное; пирожок с вишней.

Для вышеперечисленных позиций не предусмотрены рецептуры в сборнике рецептур, изделия изготавливаются в соответствии с нормативной документацией изготовителя.

Технологические карты составлены с учетом требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», Методических рекомендаций «Методические рекомендации к организации общественного питания населения», ГОСТ 30390-2013 «Услуги общественного питания. Продукция общественного питания, реализуемая населению. Общие технические условия». В каждой технологической карте предусмотрено описание технологического процесса приготовления питания.

Технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

В сырьевых и доготовочных столовых, приготовление блюд складывается из двух последовательных этапов – холодной (первичной и вторичной) и тепловой обработки.

-первичную подготовку сырья осуществляют в специально предназначенных сырьевых цехах, оснащенных разделочными столами, ваннами, емкостями из нержавеющей стали, разделочными досками, а также другим необходимым оборудованием и инвентарем. Затем производят тепловую обработку.

-тепловую обработку осуществляют в горячих цехах, оснащенных производственными столами, электрическими плитами (сковородами), духовыми (жарочными) шкафами, (пароконвектоматами) и др.

Сырье, используемое для приготовления изделий должно быть разрешено к применению в пищевой промышленности, в том числе для приготовления блюд для детей, и соответствовать требованиям действующей нормативной документации, а именно: ТР ТС 021/2011, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и иными документами, если они применимы.

Сырье животного происхождения должно пройти ветеринарно-санитарную экспертизу в соответствии с ветеринарными правилами и нормами, сопровождаться ветеринарными документами, утвержденными Государственной Ветеринарной Службой. Не должно использоваться сырье, содержащее ГМО. Готовые блюда (кулинарные изделия) изготавливаются по техническим условиям и/или стандартами организации, соответствующим требованиям Технических регламентов Таможенного союза. Предназначены для организации питания в дошкольных и школьных учреждениях и для общественного питания.

Рационы составлены с учетом организации приготовления питания обучающимся, как в базовых организациях питания (комбинатах школьного питания и т.п.), так и в доготовочных организациях общественного питания, в столовых доготовочных образовательных учреждений, а также в буфетно – раздаточных столовых образовательных учреждений.

Для разных видов столовых были разработаны два варианта технологических карт.

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.) **разработаны технологические карты Вариант 1 и Вариант 2.**

Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматов, духовых(жарочных) шкафов и др.) и для столовых сырьевых, доготовочных, буфет - раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) **разработаны технологические карты Вариант 2.**

При составлении рационов учитывались требования «Методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений», Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации Методические рекомендации МР 2.3.1.2432-21, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", приведены рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий – разработанные с использованием: письмами Минэкономразвития и торговли РФ № 139-14/412 от 21.10.04 «О действующей нормативной, технологической документации в общественном питании», ГОСТ 31987-2012, ГОСТ 30390-2013, ГОСТ 32691-2014.

Расчет пищевой и энергетической ценности блюд был рассчитан на основании таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания И.М.Скурихин, В.А. Тутельян., 2008. В примерном меню соблюдены требования настоящих санитарных правил пищевой и энергетической ценности, суточной

потребности в основных витаминах и микроэлементах, дополнительно витаминизация блюд не проводится.

Основные требования к производственному процессу и хранению

При изготовлении блюд для питания детей и подростков первостепенное значение имеет поточность производственных процессов на предприятиях питания.

Процесс приготовления пищи складывается из двух последовательных этапов – холодной (первичной) и тепловой (вторичной) обработки.

При холодной обработке продукты подготавливают для дальнейшей тепловой обработки (мясо, рыба, птица, овощи, фрукты, крупы, бобовые, яйца и др.), либо для употребления в сыром виде (овощи, фрукты).

Для обработки сырых и готовых продуктов должно быть выделено отдельное технологическое оборудование, которое маркируется в соответствии с назначением.

Доски и ножи закрепляют за соответствующими рабочими местами и хранят непосредственно на этих местах или установленными на ребро в специальных кассетах.

Хранение продуктов должно осуществляться с соблюдением сроков годности и условий хранения пищевых продуктов, установленных изготовителями, и правил товарного соседства. Запрещается совместное хранение сырых и готовых продуктов, а также полуфабрикатов и готовых продуктов (блюд).

Все продукты питания должны храниться в соответствии с условиями, указанными на маркировочных ярлыках.

Следует строго следить за качеством поступающих пищевых продуктов, особенно овощей и фруктов, реализуемых без термической обработки. Завозить плодоовощную продукцию целесообразно небольшими партиями, чтобы избежать порчи при длительном хранении. Для приготовления блюд из сырых овощей и фруктов разрешается использовать только стандартные доброкачественные овощи и фрукты.

Сырье продовольственное (мясо, птица, рыба), а также овощи и фрукты, поступающие в замороженном виде, должны храниться в низкотемпературных холодильниках, ларях и т.п., в соответствии с указаниями изготовителя, как правило,

при температуре не выше -18°C . Не допускается замораживание сырья два и более раз (замораживание после дефростации).

Подготовка к использованию сырья продовольственного, продуктов пищевых:

Подготовку сырья осуществляют в специально предназначенных сырьевых цехах, оснащенных разделочными столами, ваннами, емкостями из нержавеющей стали, разделочными досками, а также другим необходимым оборудованием и инвентарем.

Основным требованием при подготовке сырья является недопустимость его соприкосновения с готовой продукцией.

Подготовка мяса и мясного сырья (говядины, субпродуктов, свинины):

Замороженное мясо бескостное (говядина, или др.) в виде блоков, а также субпродукты мясные обработанные (печень говяжья и прочее), в том числе в блоках, дефростируют двумя способами: быстрым (на воздухе, в специально отделенных местах, в промаркированных емкостях, до достижения температуры в толще продукта $-1,5 \dots 0^{\circ}\text{C}$) и медленным (в соответствующем холодильном оборудовании, в промаркированной емкости, до достижения температуры в толще продукта $-1,5 \dots 0^{\circ}\text{C}$) после чего тщательно промывают проточной водой.

Мясо бескостное после дефростации зачищают от грубых сухожилий, поверхностных пленок с оставлением межмышечной и соединительной ткани. Подготовленное мясо нарезают на куски массой 1-1,5 кг, толщиной не более 8 см, которые направляют на варку для приготовления бульона мясного или для приготовления вторых блюд. Для приготовления рубленых изделий вырабатывают фарш.

Субпродукты мясные, обработанные в охлажденном или дефростированном состоянии, зачищают, повторно промывают и направляют на приготовление горячих вторых блюд.

Подготовка мяса птицы:

Для обработки сырой птицы выделяют отдельные столы, разделочный и производственный инвентарь. Дефростируют двумя способами: быстрым (на воздухе, в специально отделенных местах, в промаркированных емкостях, до достижения температуры в толще продукта $-1,5... 0^{\circ}\text{C}$) и медленным (в соответствующем холодильном оборудовании, в промаркированной емкости, до достижения температуры в толще продукта $-1,5... 0^{\circ}\text{C}$) после чего тщательно промывают проточной водой.

Дефростированную птицу далее направляют на варку, запекание и тд. для приготовления бульона куриного или для приготовления вторых блюд. Для приготовления рубленых изделий вырабатывают фарш.

Подготовка рыбы:

Рыбу дефростируют двумя способами: быстрым (на воздухе, в специально отделенных местах, в промаркированных емкостях, до достижения температуры в толще продукта $-1,5... 0^{\circ}\text{C}$) и медленным (в соответствующем холодильном оборудовании, в промаркированной емкости, до достижения температуры в толще продукта $-1,5... 0^{\circ}\text{C}$) Филе рыбное мороженое без костей (с кожей или без нее) промышленного производства размораживают на воздухе при комнатной температуре, промывают в холодной проточной воде и обсушивают при комнатной температуре.

Дефростированную рыбу далее направляют на варку, запекание и тд. для приготовления вторых блюд. Для приготовления рубленых изделий вырабатывают фарш.

Подготовка яиц куриных и продуктов яичных:

Обработку яиц проводят в отдельном помещении, либо в специально отведенном месте мясорыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и/или емкости; возможно использование перфорированных емкостей.

При использовании средства «НИКАХЛОР» (допускается использовать аналогичные по действию средства), обладающего моющими и дезинфицирующими свойствами одновременно, яйца обрабатываются в двухсекционной моечной ванне в следующей последовательности:

- замачивание на 5-7 минут в 2,0% растворе.

- ополаскивание холодной проточной водой.

Обработка яиц проводится при полном погружении их в раствор;

Обработка проводится при температуре 18-30 °С.

Обработанные яйца выкладывают в чистую емкость с маркировкой «Яйцо обработанное».

Заносить или хранить в производственных помещениях необработанные яйца куриные категорически запрещается.

При использовании продуктов яичных жидких пастеризованных, расфасованных в полимерную или картонную тару (укупоренную по принципу Tetra-Pak), не допускается контакт горловины тары с емкостями, используемыми для приготовления блюд. После вскрытия упаковки остатки продукта допускается хранить при закрытой крышке при температуре $4\pm 2^{\circ}\text{C}$ не более 5 суток. При этом общий срок хранения продукта до вскрытия и после вскрытия упаковки не должен превышать общий срок хранения продукта, исчисляемый с даты изготовления.

Подготовка овощей, фруктов:

Подготовку овощей проводят в соответствии с технологическими инструкциями, утвержденными в установленном порядке.

Сырье овощное должно быть нормальной технической зрелости, свежее, не пораженное сельскохозяйственными и амбарными вредителями, грибковыми заболеваниями и другими видами порчи.

Овощи промывают и очищают (при необходимости) в цехе первичной обработки овощей («коренном»), затем проводят повторную обработку в цехе вторичной обработки овощей («овощном»), после чего их хранят на лотках или в другой посуде со специальной маркировкой.

Холодная обработка овощей, идущих на приготовление сырых салатов, требует особой тщательности, так как испорченные и плохо промытые овощи могут стать причиной кишечных инфекций и глистных инвазий.

Первичная обработка овощей включает сортировку, мытье и очистку. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут

небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке кочанных овощей необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.

Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы). Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

Сырые овощи и зелень, предназначенные для приготовления холодных блюд без последующей термической обработки необходимо дополнительно замочить в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой.

Фрукты, включая цитрусовые, промывают в условиях цеха первичной обработки овощей (овощного цеха), а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

Ягоды укладывают в дуршлаг и промывают сначала теплой, затем холодной проточной водой.

Сухофрукты тщательно перебирают, удаляют веточки и плодоножки, затем промывают теплой проточной водой.

Овощи и фрукты, быстрозамороженные должны храниться в холодильнике при температуре, указанной изготовителем (обычно не выше -18°C). Их направляют на переработку без предварительного размораживания.

Подготовка круп, бобовых, муки пшеничной, сахара-песка и др.:

Крупы рисовую, пшено, перловую, гречневую и др. тщательно перебирают и промывают.

Крупу манную, а также измельченные крупы просеивают.

Горох, фасоль и другие бобовые перебирают, промывают холодной водой, затем замачивают в воде при соотношении гороха (фасоли) и воды 1:2.

Муку пшеничную, сахар-песок, соль или соль поваренную йодированную и др. перед употреблением просеивают через сито с магнитоуловителем(или без него).

Подготовка консервированных продуктов:

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Требования к условиям приготовления и реализации пищевых продуктов и кулинарных изделий.

При приготовлении кулинарного изделия/ блюда, представляющего собой сложный многокомпонентный пищевой продукт или сочетание продуктов, доведенного до кулинарной готовности, должны соблюдаться **следующие требования:**

при изготовлении вторых блюд из вареного мяса, птицы, рыбы или отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо обязательно подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут;

порционированное для первых блюд мясо может до раздачи храниться в бульоне на горячей плите или мармите;

при перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками;

при изготовлении картофельного (овощного) пюре следует использовать механическое оборудование;

масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растопливаться и доводиться до кипения);

яйцо варят в течение 10 минут после закипания воды;

яйцо рекомендуется использовать для приготовления блюд из яиц, а также в качестве компонента в составе блюд;

гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующего промывания;

Готовность изделий определяется:

из мяса и птицы выделением бесцветного сока в месте прокола и серым цветом на разрезе продукта, а также температурой в толще продукта не ниже 85°C. Указанная температура выдерживается в течение 5 мин.

натуральных рубленых изделий температурой в толще продукта - не ниже 85°C, для изделий из котлетной массы - не ниже 90°C.

из рыбного фарша и рыбы определяется образованием поджаристой корочки и легким отделением тканей от кости в порционных кусках.

Готовые вторые блюда могут находиться на мармите или горячей плите не более 2 часов с момента изготовления, либо в изотермической таре (термосах) - в течение времени, обеспечивающем поддержание температуры не ниже температуры раздачи, но не более 2 часов. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

Горячие блюда: супы при раздаче должны иметь температуру не ниже 65°C, горячие напитки, вторые блюда и гарниры - не ниже 65°C, холодные напитки - не выше 14°C.

Изготовление холодных закусок/салатов: холодные закуски/салаты допускается хранить не более 3 часов при температуре плюс $4\pm 2^\circ\text{C}$. Температура раздачи – не выше 14°C. Для заправки холодных закусок в меню предусмотрены соусы/заправки, реализуемые отдельно, температура раздачи - $20\pm 5^\circ\text{C}$.

Требования к качеству кулинарной продукции

Качество кулинарной продукции, ее безопасность контролируют по органолептическим, физико-химическим и микробиологическим показателям.

Органолептическую оценку качества полуфабрикатов проводят по внешнему виду, цвету и запаху; кулинарных изделий – по внешнему виду, цвету, запаху и консистенции; блюд – по внешнему виду, цвету и запаху.

По органолептическим показателям кулинарная продукция, предназначенная для питания детей и подростков школьного возраста, должна соответствовать требованиям, приведенным в таблице 1.

Органолептические показатели кулинарной продукции

Таблица 1

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
Холодные закуски/салаты	Салаты представляют собой сложные, многокомпонентные блюда, состоящие из овощей и/или фруктов и/или мясных ингредиентов или морепродуктов. Компоненты не деформированы, имеют свойственные определенному виду продуктов цвет и запах. Все изделия подаются без заправки, заправка реализуется отдельно. Компоненты не заветренные, не имеют посторонних привкуса и запаха.
Вторые блюда (горячие) из мяса, субпродуктов (печень), рыбы, птицы, сэндвичи, роллы и тд.	Вторые блюда (горячие) могут быть представлены блюдами из мяса, субпродуктов (печень), рыбы, птицы, морепродуктов, которые могут быть отварными, запеченными, тушеными и др. Вторые блюда могут быть приготовлены из порционных (крупных), а также мелких кусочков мяса, рыбы, птицы, из фарша (формованные рубленые изделия). Блюда вторые могут быть приготовлены с овощами, с крупами отварными. Изделия, формованные из мяса, птицы, рыбы, могут быть панированными или без панировки. Вторые блюда из мяса, птицы, рыбы могут быть с соусом или без него. Ко вторым блюдам относятся все виды сэндвичей, бургеров, роллов. Горячие вторые блюда, приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, цвет, запах, консистенцию, внешний вид; кусковые и формованные изделия должны быть недеформированными. Внешний вид сэндвичей и бургеров должен соответствовать изделию. Сэндвичи и бургеры должны быть аккуратно и правильно собраны, держать форму. Готовые вторые блюда из мяса, птицы, рыбы не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Вторые горячие блюда (гарниры) из картофеля, овощей, круп, бобовых, изделий макаронных и др.	Вторые горячие блюда (гарниры) могут быть представлены блюдами из картофеля, овощей, круп, бобовых, изделий макаронных, яиц, творога и др., которые могут быть отварными, припущенными, тушеными, запеченными, с соусом или без него. Вторые блюда (гарниры), приготовленные по традиционным технологиям, должны иметь свойственные одноименным блюдам внешний вид, вкус, цвет, запах, консистенцию, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Напитки(горячие, холодные)	Горячие напитки имеют характерный внешний вид и вкус, согласно используемому сырью. Холодные напитки готовят с

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
	использованием плодово-ягодного сырья. Блюда не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Мучные блюда (блины, вареники, оладьи, пирожки с начинками печеные, ватрушки), изделия булочные и др.	Мучные блюда (блины, вареники, пирожки с начинками печеные, ватрушки), изделия булочные, приготовленные по традиционным технологиям, должны иметь свойственные одноименным блюдам и мучным изделиям внешний вид, цвет, запах, вкус, консистенцию. Готовые мучные блюда должны быть недеформированными, не пригоревшими. Начинка в пирожках, блинчиках и др. не должна выступать. Изделия из дрожжевого теста при слабом надавливании на них должны легко восстанавливать первоначальную форму, не должны быть черствыми, заветренными. Мучные блюда и булочные изделия не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Готовые изделия промышленного производства, предназначенные для питания детей (выпечка, хлеб, соки и морсы и тд)	Готовые изделия промышленного производства, предназначенные для питания детей, должны соответствовать требованиям технических условий на них. В случае наличия индивидуальной упаковки – она не должна иметь повреждений, загрязнений и др. Готовые изделия промышленного производства не должны иметь посторонних привкуса и запаха, иметь признаки несвежести и другие, несвойственные им, органолептические показатели.

Приложение к примерному 12-ти дневному меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

Таблица замен блюд при организации питания в общественных учреждениях

День по меню	Прием пищи	Заменяемое блюдо	Вариант замены
День 1	Обед	Сувлаки с курицей	Чикенбургер
День 1	Обед	Круассан	Выпечка в ассортименте
День 1	Полдник	Ватрушка с творогом	Выпечка в ассортименте
День 1	Полдник	Ацидофилин	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
День 2	Обед	Вок с креветкой в соево-чесночном соусе	Вок с птицей в соево-чесночном соусе
День 2	Обед	Маффин ванильный	Выпечка в ассортименте
День 2	Полдник	Кекс с цукатами	Выпечка в ассортименте
День 2	Полдник	Кефир	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
День 3	Обед	Салат «Нисуаз» (без заправки)	Салат Фреш (без заправки)
День 3	Обед	Ватрушка	Выпечка в ассортименте
День 3	Полдник	Пирожок с вишневым джемом	Выпечка в ассортименте
День 3	Полдник	Печенье	Кондитерское изделие в ассортименте
День 3	Полдник	Ряженка	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
День 4	Обед	Чикен ролл	Блэк Бургер
День 4	Обед	Рисовая лапша с морепродуктами	Рисовая лапша с птицей
День 4	Обед	Пирожок с яблоком	Выпечка в ассортименте
День 4	Полдник	Ватрушка с творогом	Выпечка в ассортименте
День 4	Полдник	Кефир	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
День 5	Обед	Паста Альфредо	Паста с гуляшом
День 5	Полдник	Маффин шоколадный	Выпечка в ассортименте
День 5	Полдник	Пирожок с клубничным джемом	Выпечка в ассортименте
День 5	Полдник	Ацидофилин	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
День 6	Обед	Шримп ролл	Римская пицца

День 6	Полдник	Блинчики с топпингами	Выпечка в ассортименте
День 6	Полдник	Ватрушка с творогом	Выпечка в ассортименте
День 6	Полдник	Кефир	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
День 7	Обед	Кето-салат Дальневосточный (без заправки)	Салат Средиземноморский (без заправки)
День 7	Обед	Кесадилья с говядиной	РУСбургер
День 7	Полдник	Пирожок с клубникой	Выпечка в ассортименте
День 7	Полдник	Кекс с шоколадом	Выпечка в ассортименте
День 7	Полдник	Ряженка	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
День 8	Обед	Патата	Ход - дог
День 8	Полдник	Круассан	Выпечка в ассортименте
День 8	Полдник	Ватрушка с абрикосовым джемом	Выпечка в ассортименте
День 8	Полдник	Йогурт питьевой фруктовый	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
День 9	Обед	Буррито	Чикенбургер
День 9	Полдник	Оладьи с топпингами	Выпечка в ассортименте
День 9	Полдник	Кекс с цукатами	Выпечка в ассортименте
День 9	Полдник	Ацидофилин	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
День 10	Обед	Рисовая лапша с морепродуктами	Рисовая лапша с птицей
День 10	Полдник	Сдоба с маком	Выпечка в ассортименте
День 10	Полдник	Пирожок с вишневым джемом	Выпечка в ассортименте
День 10	Полдник	Кефир	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
День 11	Обед	Удон с индейкой по- японски	Удон с птицей по- японски
День 11	Обед	Печенье песочное	Кондитерское изделие в ассортименте
День 11	Полдник	Кекс с цукатами	Выпечка в ассортименте
День 11	Полдник	Ряженка	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
День 12	Обед	Хот-дог	Печень тушеная (говяжья)
День 12	Обед	Пирожок с вишней	Выпечка в ассортименте
День 12	Полдник	Кекс "Столичный"	Выпечка в ассортименте

День 12	Полдник	Йогурт питьевой фруктовый	Кисломолочный напиток в ассортименте Молоко
---------	---------	---------------------------	--

Приложение №2

Развёрнутое пояснение по блюдам

1. Ассортимент выпечки или кондитерских изделий:

Блинчики с топпингами

Ватрушка

Круассан

Маффин

Маффин ванильный

Маффин шоколадный

Оладьи с топпингами

Печенье песочное

Пирожок с вишней

Пирожок с клубникой

Пирожок с клубничным джемом

Пирожок с яблоком

Пирожок с яблочным джемом

Пицца

Сдоба с маком и д.р

** Возможна замена на выпечку или кондитерское изделие из ассортимента*

2. Ассортимент фруктов:

Апельсин

Банан

Груша

Киви

Мандарин

Яблоко и др.

** Возможна замена на фрукт из ассортимента*

Технологические карты

к примерному 12-ти дневному меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы.

Вариант 1. 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): **Ацидофилин**

Номер рецептуры: № 938

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г.

Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Ацидофилин 3,2%	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	2,90	Ca (мг):	120,00
Жиры (г):	3,20	Mg (мг):	15,00
Углеводы (г):	3,80	Fe (мг):	0,10
Энергетическая ценность (ккал):	59,0	C (мг):	0,80
		B1 (мг):	0,04
		B2 (мг):	0,16

Примечание: допускается выдать ацидофилин емкостью 0,2 л в упаковке.

Технология приготовления:

Ёмкости с ацидофилином протирают. Непосредственно перед употреблением вскрывают и разливают по стаканам. Ацидофилин поступивший в упаковке емкостью 0,2 л подают без разлива в стаканы, а стаканы подают отдельно (при необходимости).

Температура подачи: не выше 20°C

Срок реализации: не более 1-го часа с момента нарушения герметичности упаковки.

Технолог _____

Вариант 1. 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): **Блинчики с топпингами**
Номер рецептуры: № 972
Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Блины ПП	69,23	69,23	6,92	6,92
Молоко сгущенное	15,38	15,38	1,54	1,54
Смородина черная б/з	6,15	6,15	0,62	0,62
Вода	3,08	3,08	0,31	0,31
Сахар-песок	8,46	8,46	0,85	0,85
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	3,59
Жиры (г):	3,76
Углеводы (г):	33,36
Энергетическая ценность (ккал):	183,85

Ca (мг):	107,97
Mg (мг):	16,59
Fe (мг):	0,67
C (мг):	6,47
B1 (мг):	0,07
B2 (мг):	0,13

Технология приготовления:

Потребительскую упаковку протирают чистой ветошью, вскрывают. Блинчики перекладывают в гастроремкость, дефростируют (по рекомендации производителя). Если блины скручены в трубочку, выкладывают в один слой; если блины в развернутом виде, складывают пополам или конвертиком (два раза пополам). Разогревают в жарочном шкафу в пароконвектомате, режим "Жар" при температуре 120°C в течении 10-15 минут. Режимы и время тепловой обработки могут быть изменены в зависимости от используемого теплового оборудования.

Консервные банки со сгущенным молоком промывают, вытирают насухо, вскрывают. Молоко сгущенное порционируют из банки.

Ягоды не размораживая заливают горячей водой, добавляют сахар, проваривают при слабом кипении в течение 5 минут, затем протирают и проваривают в течении 10-15 минут до загустения. Охлаждают.

Допускается подача топпингов в дозаторах, диспенсерах, соусниках.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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: Блинчики: не ниже 65°C
Топпинги: 25±5°C

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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №	100063
Вариант 1. 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):
Блэк Бургер

Номер рецептуры: № 1294 (2 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Булочка черная ПП	35,70	35,70	3,57	3,57
Котлета из говядины ПП	42,80	42,80	4,28	4,28
Масса готовой котлеты:		32,14		3,21
Масло растительное	0,04	0,04	0,004	0,004
Помидор свежий	8,72	8,55	0,87	0,86
Огурцы консервированные (без уксуса) (без учета заливки)	8,55	8,55	0,86	0,86
Сыр полутвердый	8,64	8,55	0,86	0,86
Куркума	0,04	0,04	0,004	0,004
Соус на основе растительного масла	8,55	8,55	0,86	0,86
Выход:		100		10

* допускается изменение веса котлеты в зависимости от производителя

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	14,87	Ca (мг):	40,93
Жиры (г):	16,50	Mg (мг):	15,73
Углеводы (г):	19,35	Fe (мг):	1,35
Энергетическая ценность (ккал):	289,31	C (мг):	2,63
		B1 (мг):	0,03
		B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Котлеты из говядины не дефростируют, выкладывают в емкость, смазанную растительным маслом, запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 160-180°С в течение 12-15 минут до температуры в толще продукта не ниже 90°С. Потребительскую упаковку с огурцами консервированными и соусом салатным промывают, вытирают насухо.

Помидоры сортируют, моют, затем удаляют место крепления плодоножки, повторно промывают, выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием охлажденной кипяченной водой.

Помидоры и консервированные огурцы нарезают кружочком. Сыр зачищают от корок (при необходимости), нарезают тонким ломтиком. Соус смешивают с куркумой. Булочку дефростируют при 4±2°С не более 4-х часов (повторное замораживание продукта не допускается), разрезают пополам (при необходимости), нижнюю часть булочки смазывают соусом. На нижнюю часть булочки выкладывают ингредиенты в следующем порядке: котлету говяжью, сыр, огурцы консервированные, помидоры, сверху прижимают верхней половинкой булочки. Собранный Блэк-Бургер запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170 °С в течении 5-7 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 45°С

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

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и дотовочных. 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):

Боул с овощами и яйцом (без заправки)

Номер рецептуры: № 181

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Салат листовой (Айсберг, Романо или др.)	10,60	9,00	1,06	0,90
или Салат Китайский (капуста пекинская)	10,60	9,00	1,06	0,90
Огурцы свежие	21,10	20,00	2,11	2,00
Помидоры свежие	26,70	26,70	2,67	2,67
Оливки б/к (без учета заливки)	13,30	13,30	1,33	1,33
Яйцо куриное*	16,70	16,70	1,67	1,67
Сыр Тофу	14,30	13,30	1,43	1,33
Выход:		100		10

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	3,87
Жиры (г):	3,40
Углеводы (г):	2,56
Энергетическая ценность (ккал):	56,78

Ca (мг):	52,29
Mg (мг):	15,67
Fe (мг):	1,43
C (мг):	9,45
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Помидоры, огурцы, листовой салат сортируют, перебирают, моют и очищают, салат свежий, моют и очищают, у салата удаляют 2-3 наружных листа, затем повторно промывают небольшими партиями, у помидоров и огурцов удаляют место крепления плодоножки. Все овощи выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Потребительскую упаковку сыра Тофу, оливок консервированных промывают, вытирают насухо, вскрывают, оливки откидывают на дуршлаг, дают стечь заливке. Обработанные яйца погружают в воду и варят после закипания в течение 8-10 мин, остужают, очищают от скорлупы. Подготовленные помидоры и оливки нарезают по необходимости. Огурцы нарезают кружочком или тонким ломтиком. Яйцо нарезают долькой. Сыр Тофу ломтиком, салат рвут или нарезают шашками.

*Допускается смешивание ингредиентов

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 выше 14 °С

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°С),

Срок реализации:

заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоке, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. Собственное производство. Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Бургер А-ля Рус

Номер рецептуры: № 1295

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Булочка черная ПП (50 гр)	34,48	34,48	3,45	3,45
Котлета из говядины ПП*	41,38	41,38	4,14	4,14
Масса готовой котлеты:		31,03		3,10
Масло растительное	0,03	0,03	0,003	0,003
Помидоры свежие	9,15	8,97	0,92	0,90
Огурцы консервированные (без уксуса) (без учета заливки)	8,97	8,97	0,90	0,90
Сыр полутвердый	9,06	8,97	0,91	0,90
Томатная паста	8,97	8,97	0,90	0,90
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	7,97	6,77	0,80	0,68
или Салат Китайский (капуста пекинская)	7,97	6,77	0,80	0,68
Выход:		100		10

* допускается изменение веса котлеты в зависимости от производителя

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	14,63
Жиры (г):	10,49
Углеводы (г):	20,24
Энергетическая ценность (ккал):	238,54

Ca (мг):	41,36
Mg (мг):	19,41
Fe (мг):	1,45
C (мг):	6,97
B1 (мг):	0,04
B2 (мг):	0,12

Технология приготовления:

Котлеты из говядины выкладывают в емкость, смазанную растительным маслом, запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 160-180°C в течение 12-15 минут до готовности. Потребительскую упаковку с огурцами консервированными промывают, вытирают насухо. Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают. У помидоров удаляют место крепления плодоножки, у салата айсберга удаляют 2-3 наружных листа, повторно промывают в проточной воде в течение 5 минут. Огурцы и помидоры нарезают кружочками, салат свежий нарезают соломкой. Сыр нарезают на куски, зачищают от корки (при необходимости), нарезают тонкими ломтиками. Булочку разрезают пополам, нижнюю часть булочки смазывают томат-пастой, выкладывают нарезанный салат, котлету говяжью, сыр, огурец консервированный, помидоры, затем прижимают верхней частью булочки. Собранный бургер прогревают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170 °C в течении 5-7 минут. Режимы и время тепловой обработки могут быть изменены в зависимости от используемого теплового оборудования.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 45°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):

Буррито

Номер рецептуры: № 1279

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лаваш	40,00	40,00	4,00	4,00
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	31,58	30,00	3,16	3,00
Соль	0,33	0,33	0,03	0,03
Лук репчатый свежий	3,76	3,16	0,38	0,32
или лук репчатый свежий очищенный	3,16	3,16	0,32	0,32
Перец сладкий б/з	21,00	21,00	2,10	2,10
Фасоль конс. (без учета заливки)	15,00	15,00	1,50	1,50
Томатная паста	3,80	3,80	0,38	0,38
Соль	0,10	0,10	0,01	0,01
Сыр полутвердый	7,59	7,51	0,76	0,75
Масло растительное	0,14	0,14	0,01	0,01
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	12,84
Жиры (г):	5,83
Углеводы (г):	26,83
Энергетическая ценность (ккал):	216,88

Ca (мг):	46,88
Mg (мг):	36,00
Fe (мг):	1,55
C (мг):	15,10
B1 (мг):	0,13
B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Сыр зачищают от корок (при необходимости), нарезают на куски и натирают на терке. Мясо птицы дефrostируют до температуры в толще не более $-1,5^{\circ}\text{C}$, промывают, запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-Пар" при температуре $160-180^{\circ}\text{C}$, в течении 20-25 минут, до температуры в толще не менее 90°C , охлаждают, нарезают соломкой или кубиком, или пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Лук сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: упаковку моют и протирают, овощи промывают. Подготовленные лук нарезают мелким кубиком, припускают в небольшом количестве воды с маслом растительным до полуготовности, добавляют перец б/з, консервированную фасоль, подготовленное мясо птицы, томатную пасту, соль и тушат до полного выпаривания влаги, охлаждают и добавляют натертый сыр. Лаваш дефrostируют в условиях холодного цеха до температуры не менее $+1^{\circ}\text{C}$, с краю выкладывают овощную смесь с курицей и сыром. Далее сворачивают в ролл. Собранный Буррито запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре $150-170^{\circ}\text{C}$ в течении 5-7 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 45°C

не более 2-х часов с момента приготовления,

Срок реализации:

включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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.)

Ватрушка с абрикосовым джемом

Номер рецептуры: № 1134 (1 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука Пшеничная	45,6	45,6	4,56	4,56
Молоко	20	20	2	2
Сахар-песок	5	5	0,5	0,5
Соль	0,15	0,15	0,015	0,015
Яйцо куриное*	6,3	6,3	0,63	0,63
Дрожжи сухие <i>или</i>	0,48	0,48	0,048	0,048
Дрожжи прессованные	2	2	0,2	0,2
Вода (для разведения дрожжей)	1,5	1,5	0,15	0,15
Масло растительное	2	2	0,2	0,2
Повидло и/или джем	34	34	3,4	3,4
Масса полуфабриката:		114		11,4
Мука пшеничная на подпыл	1,5	1,5	0,15	0,15
Яйцо* для смазки	2	2	0,2	0,2
Масло растительное д/смазки	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход:		100		10

*Допускается замена яйца на меланж пастеризованный

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	6,80	Ca (мг):	51,29
Жиры (г):	4,72	Mg (мг):	11,65
Углеводы (г):	38,96	Fe (мг):	0,83
Энергетическая ценность (ккал):	225,29	C (мг):	0,12
		B1 (мг):	0,09
		B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое: В подготовленную емкость вливают тёплую воду, добавляют предварительно разведенные в теплой воде дрожжи, сахар, соль, муку и все перемешивают в течении 7-8 минут. После этого вводят растопленное масло сливочное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и не будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость накрывают крышкой и оставляют для брожения. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 минуты и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной обминают 1 раз.

Из готового теста формируют шарики, укладывают их швом вниз на смазанные маслом растительным маслом емкости, оставляют для расстойки на 20 - 25 минут, а затем делают в них углубление, которое заполняют повидлом или джемом, или повидлом термостабильным, или конфитюром, оставляют для окончательной расстойки на 15 - 20 минут. После полной расстойки края изделия смазывают яйцом. Выпекают в жарочном или духовом шкафу в течение 15-20 минут при температуре 200-240°C.

При изготовлении в пароконвектомате выпекают при температуре 160°C в течение 15-17 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи: 20 ±5°C

Срок реализации: не более 16 часов с момента приготовления(при температуре хранения 4±2°C), включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования(пароконвектоматов, духовых(жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Ватрушка с творогом

Номер рецептуры: № 1136 (2 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Ватрушка с творогом охлажденная упакованная	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	10,80	Ca (мг):	112,77
Жиры (г):	11,80	Mg (мг):	19,12
Углеводы (г):	48,00	Fe (мг):	1,03
Энергетическая ценность (ккал):	341,40	C (мг):	0,27
		B1 (мг):	0,14
		B2 (мг):	0,17

Технология приготовления:

Упаковку аккуратно вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость.Помещают в прогретый пароконвектомат, духовой шкаф или другое оборудование. Разогревают до температуры не менее +45°С в центре продукта. Готовые ватрушки помещают в изотермическую тару, доставляют в буфет-раздаточный пищеблок.Гастроемкость с готовыми пирожками ставят на линию раздачи.

* Не подлежит повторному разогреву.

Температура подачи:

20 ±5°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента разогрева, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Ватрушка с творогом

Номер рецептуры: 1136 (1 вариант)

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука Пшеничная	45,60	45,60	4,56	4,56
Сахар-песок	5,04	5,04	0,50	0,50
Масло растительное	2,00	2,00	0,20	0,20
Яйцо куриное*	5,04	5,04	0,50	0,50
Дрожжи сухие	0,48	0,48	0,05	0,05
или Дрожжи прессованные	1,92	1,92	0,19	0,19
Вода	1,52	1,52	0,15	0,15
Соль	0,32	0,32	0,03	0,03
Молоко	20,00	20,00	2,00	2,00
Масса теста:		80		8
Фарш:				
Творог	30,30	30,00	3,03	3,00
Яйцо куриное*	3,00	3,00	0,30	0,30
Сахар-песок	3,60	3,60	0,36	0,36
Мука Пшеничная	2,30	2,30	0,23	0,23
Масса фарша		38		3,8
Масло растительное	0,50	0,50	0,05	0,05
Яйцо куриное*	2,00	2,00	0,20	0,20
Мука Пшеничная	2,30	2,30	0,23	0,23
Выход:		100		10

* Допускается замена яйца на меланж пастеризованный

* Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр:

Белки (г):	12,67
Жиры (г):	7,65
Углеводы (г):	45,71
Энергетическая ценность (ккал):	302,13

Ca (мг):	112,77
Mg (мг):	19,12
Fe (мг):	1,03
C (мг):	0,27
B1 (мг):	0,14
B2 (мг):	0,17

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое для ватрушек готовят опарным способом: в подготовленную емкостьвливают подогретое до температуры 35-40°C молоко, добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают муку (35-60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, емкость накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35-40°C на 2,5-3 ч для брожения. Когда опара увеличится в объеме в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью, сахаром и яйцами, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растительное масло. Емкость закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 ч для брожения. За время брожения тесто обминают 1-2 раза.

Из готового теста разделяют заготовки круглой формы, укладывают на противень смазанный маслом, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубление, которое заполняют начинкой. После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают при температуре 230-240 °C 8-10 мин.

2-й вариант: После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают в пароконвектомате в режиме "жар" при температуре 160 C в течении 10 минут (до готовности).

Для фарша: Творог протирают, добавляют яйца, сахар, муку и тщательно перемешивают.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

20 ±5°C

Срок реализации:

не более 16 часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоке, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 2. Для столовых сырьевых, доготовочных, буфет - раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Ватрушка с творогом

Номер рецептуры: № 1136 (2 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Ватрушка с творогом охлажденная упакованная	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	10,80
Жиры (г):	11,80
Углеводы (г):	48,00
Энергетическая ценность (ккал):	341,40

Ca (мг):	112,77
Mg (мг):	19,12
Fe (мг):	1,03
C (мг):	0,27
B1 (мг):	0,14
B2 (мг):	0,17

Технология приготовления:

Упаковку аккуратно вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость.Помещают в прогретый пароконвектомат, духовой шкаф или другое оборудование. Разогревают до температуры не менее +45°С в центре продукта. Готовые ватрушки помещают в изотермическую тару, доставляют в буфет-раздаточный пищеблок.Гастроемкость с готовыми пирожками ставят на линию раздачи.

* Не подлежит повторному разогреву.

Температура подачи:

20 ±5°С

не более 2-х часов с момента разогрева, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Срок реализации:

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

100185

Вариант 1. 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): **Ватрушка**

Номер рецептуры: № ПП

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Ватрушка ПП	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	6,60
Жиры (г):	3,30
Углеводы (г):	42,60
Энергетическая ценность (ккал):	226,18

Ca (мг):	65,00
Mg (мг):	16,00
Fe (мг):	0,80
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,08
B2 (мг):	0,14

Технология приготовления:

Ватрушку порционируют или подают в индивидуальной упаковке

Температура подачи: 20 ±5°C

Срок реализации: в соответствии с маркировкой производителя

Технолог _____

Вариант 1. 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):

Веган салат (без заправки)

Номер рецептуры: № 182

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры свежие	19,39	19	1,94	1,90
Редис красный свежий	16,00	15,2	1,60	1,52
Огурцы свежие	21,12	20,7	2,11	2,07
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	21,18	18	2,12	1,80
или салат Китайский (капуста пекинская)	21,18	18	2,12	1,80
Петрушка (зелень)	0,41	0,30	0,04	0,03
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	29,89	29,89	2,99	2,99
Специи Итальянские травы	0,10	0,10	0,01	0,01
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	2,97
Жиры (г):	0,96
Углеводы (г):	17,47
Энергетическая ценность (ккал):	91,47

Ca (мг):	24,36
Mg (мг):	14,08
Fe (мг):	0,89
C (мг):	11,58
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,04

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают: у помидоров и огурцов удаляют место крепления плодоножки, у редиса удаляют плодоножку, у петрушки удаляют стебель, салат айсберг перебирают удаляют 2-3 наружных листа, затем все овощи выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Обработанные овощи нарезают: помидоры, редис и огурцы- ломтиком, салат - шашками, петрушку-мелко измельчают. Хлеб пшеничный нарезают кубиками размером 10 на 10 мм, кладут в емкость и подсушивают в пароконвектомата при температуре 90-120°C в режиме «Жар» в течение 20-30 минут, периодически перемешивая, до хрустящего состояния. Подготовленные ингредиенты смешивают и посыпают итальянскими травами.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 выше 14°C

не заправленного салата не более 3-х часов

(при температуре хранения 4±2°C),

заправленного - не более 30 минут с момента

приготовления включая время доставки на

пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Срок реализации:

Вариант 1. 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):

Винегрет (без заправки)

Номер рецептуры: № 183

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий продовольственный	47,20	36,00	4,72	3,60
<i>или</i> Картофель свежий очищенный полуфабрикат	36,00	36,00	3,60	3,60
Морковь столовая свежая продовольственная	19,20	16,00	1,92	1,60
<i>или</i> Морковь столовая очищенная полуфабрикат	16,00	16,00	1,60	1,60
Свекла свежая	39,60	33,00	3,96	3,30
<i>или</i> Свекла свежая очищенная полуфабрикат	33,00	33,00	3,30	3,30
Горошек зеленый консервированный (без учета заливки)	8,00	8,00	0,80	0,80
Огурцы консервированные (без уксуса) (без учета заливки)	8,00	8,00	0,80	0,80
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	1,75
Жиры (г):	0,22
Углеводы (г):	10,53
Энергетическая ценность (ккал):	51,42

Ca (мг):	36,25
Mg (мг):	24,42
Fe (мг):	1,00
C (мг):	8,90
B1 (мг):	0,07
B2 (мг):	0,06

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают в проточной воде. Допускается картофель свежий очищенный полуфабрикат, поместить в кипящую воду и прокипятить в течении 5-7 минут. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Подготовленные овощи отваривают, охлаждают. Вареные охлажденные овощи очищают. Картофель, свеклу, морковь, огурцы консервированные (без уксуса) нарезают мелким кубиком. Потребительскую упаковку горошка промывают, вытирают насухо, вскрывают, заливку сливают. Подготовленные ингредиенты соединяют, перемешивают.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 выше 14 °C

не заправленного салата не более 3-х часов

(при температуре хранения 4±2°C),

заправленного - не более 30 минут с момента

приготовления, включая время доставки на

пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Срок реализации:

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №	110322
Собственное производство. Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Вок с креветкой в соево-чесночном соусе

Номер рецептуры: № 534
Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

1. Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лапша рисовая	15,80	15,80	1,58	1,58
Креветки с/м б/г	21,40	15,00	2,14	1,50
Салат Китайский (капуста пекинская)	7,60	7,00	0,76	0,70
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	7,00	7,00	0,70	0,70
или Морковь столовая свежая продовольственная	8,75	7,00	0,88	0,70
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	5,99	5,99	0,60	0,60
или Лук репчатый свежий	7,49	5,99	0,75	0,60
Перец сладкий б/з	9,98	9,98	1,00	1,00
Масло растительное	0,71	0,71	0,07	0,07
Соль	0,48	0,48	0,05	0,05
Соевый соус	1,50	1,50	0,15	0,15
Чеснок	1,00	0,80	0,10	0,08
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Выход:		100		10

2.Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	4,33	Ca (мг):	38,52
Жиры (г):	1,41	Mg (мг):	20,13
Углеводы (г):	14,30	Fe (мг):	0,74
Энергетическая ценность (ккал):	89,66	C (мг):	8,99
		B1 (мг):	0,04
		B2 (мг):	0,03

3. Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, у пекинской капусты удаляют 3-4 наружных листа, подготовленную капусту нарезают на две или четыре части, затем повторно промывают небольшими партиями, затем оставляют для стекания лишней жидкости. При использовании очищенного сырья: овощи промывают в проточной воде. Чеснок сортируют, моют и очищают от шелухи, затем повторно промывают небольшими партиями.

Креветки с/м б/г дефростируют, нарезают вдоль пополам, промывают. Лук репчатый, морковь, капусту пекинскую нарезают соломкой. Подготовленный лук репчатый, морковь, припускают с маслом растительным, доводят до полуготовности, затем добавляют перец сладкий б/з, капусту пекинскую и продолжают тушить. За 10 минут до готовности добавляют соевый соус, рубленый чеснок, креветки. Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при 130-150°С в режиме "Жар "в течении 5-7 минут. Лапшу рисовую варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) в течении 5-10 минут до готовности без последующей промывки. Сваренную лапшу рисовую откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость заправляют маслом растительным, при порционировании на лапшу выкладывают овощи с морепродуктами и посыпают кунжутом.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Вариант 1. 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):

Вок с птицей в соево-чесночном соусе

Номер рецептуры: № 666

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лапша рисовая	18,50	18,50	1,85	1,85
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	25,20	24,00	2,52	2,40
Капуста пекинская	8,05	7,40	0,81	0,74
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	7,40	7,40	0,74	0,74
или Морковь столовая свежая продовольственная	9,25	7,40	0,93	0,74
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	6,30	6,30	0,63	0,63
или Лук репчатый свежий	7,50	6,30	0,75	0,63
Перец сладкий б/з	10,50	10,50	1,05	1,05
Масло растительное	1,36	1,36	0,14	0,14
Соль	0,50	0,50	0,05	0,05
Соевый соус	3,00	3,00	0,30	0,30
Чеснок	1,10	0,80	0,11	0,08
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	6,62
Жиры (г):	4,28
Углеводы (г):	16,49
Энергетическая ценность (ккал):	134,43

Ca (мг):	27,96
Mg (мг):	17,79
Fe (мг):	0,71
C (мг):	9,79
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,06

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, у пекинской капусты удаляют 3-4 наружных листа, подготовленную капусту нарезают на две или четыре части, затем повторно промывают небольшими партиями, затем оставляют для стекания лишней жидкости. При использовании очищенного сырья: овощи промывают в проточной воде. Чеснок сортируют, моют и очищают от шелухи, затем повторно промывают небольшими партиями.

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры в толще не более -1,5°C, промывают, нарезают соломкой, запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170°C в течении 20-30 минут, до температуры в толще не менее 90°C. Лук репчатый, морковь, капусту пекинскую нарезают соломкой.

Подготовленный лук репчатый, морковь, припускают с маслом растительным, доводят до полуготовности, затем добавляют перец сладкий б/з, капусту пекинскую продолжают тушить. За 5 минут до готовности добавляют соевый соус, рубленый чеснок, мясо птицы. Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при 130-150°C в режиме "Жар" в течении 5-7 минут. Лапшу рисовую варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) в течении 5-10 минут до готовности без последующей промывки. Сваренную лапшу рисовую откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость заправляют маслом растительным, при порционировании на лапшу выкладывают овощи с морепродуктами и посыпают кунжутом.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

Срок реализации:

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

Технолог

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматов, духовых (жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Вок соба с курицей и соусом терияки

Номер рецептуры: № 667

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

1. Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	17,89	17,00	1,79	1,70
Лапша гречневая	18,38	18,38	1,84	1,84
Вода	102,60	102,60	10,26	10,26
Соль	0,19	0,19	0,02	0,02
Масло растительное	0,57	0,57	0,06	0,06
Перец сладкий б/з	9,00	9,00	0,90	0,90
Кабачки б/з	9,12	9,12	0,91	0,91
Морковь столовая свежая продовольственная	6,78	5,42	0,68	0,54
<i>или</i> Морковь столовая очищенная полуфабрикат	5,42	5,42	0,54	0,54
Лук репчатый свежий	6,45	5,42	0,65	0,54
<i>или</i> Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	5,42	5,42	0,54	0,54
Соус Терияки охлажденный упакованный	20,00	20,00	2,00	2,00
Лук зеленый	2,00	1,50	0,20	0,15
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Чеснок	0,44	0,33	0,04	0,03
Выход:		100		10

2. Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	6,78
Жиры (г):	3,21
Углеводы (г):	16,20
Энергетическая ценность (ккал):	116,69

Ca (мг):	24,68
Mg (мг):	31,37
Fe (мг):	1,00
C (мг):	8,34
B1 (мг):	0,12
B2 (мг):	0,07

3. Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры в толще не более -1,5°C, промывают, запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170°C в течении 20-30 минут, до температуры в толще не менее 90°C, нарезают соломкой. Лук репчатый, лук зеленый, чеснок, морковь сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: упаковку моют и протирают, овощи промывают. Подготовленный зеленый лук повторно промывают. Потребительскую упаковку промывают, вытирают насухо. Упаковку с соусом Терияки вскрывают. Перекладывают содержимое в гастремкость. Обработанный репчатый лук нарезают мелким кубиком, морковь нарезают соломкой. Нарезанные овощи припускают в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла до полуготовности, добавляют нарезанные кубиком кабачки б/з, перец сладкий б/з, добавляют запеченное мясо птицы, соус Терияки, нарезанный чеснок, зеленый лук нарезанный кольцами под углом, тщательно перемешивают, доводят до кипения и тушат в течении 5-7 минут. Лапшу гречневую варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) до готовности без последующего промывания. Сваренную лапшу откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют растительным маслом, перемешивают. Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при температуре 130-150°C в режиме "Жар" в течении 5-7 минут. Лапшу порционируют, сверху выкладывают запеченную птицу тушенную с овощами, затем посыпают подготовленным кунжутом.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °C

Срок реализации:

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

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования(пароконвектоматов, духовых(жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Вок соба с курицей и соусом терияки**

Номер рецептуры: № 667

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

1. Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лапша гречневая	18,38	18,38	1,84	1,84
Вода	102,60	102,60	10,26	10,26
Соль	0,19	0,19	0,02	0,02
Курица с овощами охлажденная упакованная	30,00	30,00	3,00	3,00
Соус Терияки охлажденный упакованный	20,00	20,00	2,00	2,00
Лук зеленый	2,00	1,50	0,20	0,15
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Выход:		100		10

2. Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	6,78
Жиры (г):	3,21
Углеводы (г):	16,20
Энергетическая ценность (ккал):	116,69

Ca (мг):	24,68
Mg (мг):	31,37
Fe (мг):	1,00
C (мг):	8,34
B1 (мг):	0,12
B2 (мг):	0,07

3. Технология приготовления:

Лук зеленый сортируют, моют, затем повторно промывают небольшими партиями. Потребительскую упаковку промывают, вытирают насухо.

Упаковку с курицей с овощами вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают в пароконвектомате до температуры не менее +85°С в центре продукта.

Упаковку с соусом Терияки вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры не менее +85°С в центре продукта.

В подготовленную курицу с овощами добавляют подготовленный соус Терияки, зеленый лук нарезанный кольцами под углом, тщательно перемешивают, доводят до кипения и тушат в течении 5-7 минут. Лапшу гречневую варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) до готовности без последующего промывания. Сваренную лапшу откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют растительным маслом, перемешивают.

Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при температуре 130-150°С в режиме "Жар" в течении 5-7 минут.

Лапшу порционируют, сверху выкладывают запечённую птицу тушенную с овощами, затем посыпают подготовленным кунжутом.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °С

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

Технолог

Наименование кулинарного изделия (блюда):**Вок соба с курицей и соусом терияки**

Номер рецептуры: № 667

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	17,89	17,00	1,79	1,70
Лапша гречневая	18,38	18,38	1,84	1,84
Вода	102,60	102,60	10,26	10,26
Соль	0,19	0,19	0,02	0,02
Масло растительное	0,57	0,57	0,06	0,06
Перец сладкий б/з	9,00	9,00	0,90	0,90
Кабачки б/з	9,12	9,12	0,91	0,91
Морковь столовая свежая продовольственная	6,78	5,42	0,68	0,54
или Морковь столовая очищенная полуфабрикат	5,42	5,42	0,54	0,54
Лук репчатый свежий	6,45	5,42	0,65	0,54
или Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	5,42	5,42	0,54	0,54
Вода	9,10	9,10	0,91	0,91
Соевый соус	4,20	4,20	0,42	0,42
Крахмал	0,30	0,30	0,03	0,03
Сахар	0,57	0,57	0,06	0,06
Лимонная кислота	0,01	0,01	0,001	0,00
Масло растительное	0,52	0,52	0,05	0,05
Лук зеленый	2,00	1,50	0,20	0,15
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Чеснок	0,44	0,33	0,04	0,03
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	6,78	Ca (мг):	24,68
Жиры (г):	3,21	Mg (мг):	31,37
Углеводы (г):	16,20	Fe (мг):	1,00
Энергетическая ценность (ккал):	116,69	C (мг):	8,34
		B1 (мг):	0,12
		B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры в толще не более -1,5°С, промывают, запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170°С в течении 20-30 минут, до температуры в толще не менее 90°С, нарезают соломкой. Лук репчатый, чеснок, лук зеленый, морковь сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: упаковку моют и протирают, овощи промывают. Подготовленный зеленый лук повторно промывают.

Обработанный репчатый лук нарезают мелким кубиком, морковь нарезают соломкой. Нарезанные овощи припускают в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла до полуготовности, добавляют нарезанные кубиком кабачки б/з, перец сладкий б/з, добавляют запеченное мясо птицы, соус Терияки, нарезанный чеснок, зеленый лук нарезанный кольцами под углом, тщательно перемешивают, доводят до кипения и тушат в течении 5-7 минут. Лапшу гречневую варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) до готовности без последующего промывания. Сваренную лапшу откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют растительным маслом, перемешивают.

Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при температуре 130-150°С в режиме "Жар" в течении 5-7 минут.

Лапшу порционируют, сверху выкладывают запечённую птицу тушенную с овощами, затем посыпают подготовленным кунжутом.

Приготовление соуса Терияки: Соевый соус (часть от рецептурной нормы 3/4 от нормы) соединяют с сахаром, лимонной кислотой, доводят до кипения, добавляют крахмал, разведенный в соевом соусе (часть от рецептурной нормы 1/4 от нормы), помешивая затягивают соус.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Вариант 1. 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):

Вок Цыпленок Тандури

Номер рецептуры: № 668

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	48,42	46,00	4,84	4,60
Соевый соус	2,00	2,00	0,20	0,20
Чеснок	0,76	0,57	0,08	0,06
Кориандр молотый	0,24	0,24	0,02	0,02
Имбирь сухой	0,24	0,24	0,02	0,02
Паприка сладкая молотая	0,48	0,48	0,05	0,05
Соль	0,24	0,24	0,02	0,02
Масло растительное	1,33	1,33	0,13	0,13
Крупа Рисовая	19,57	19,57	1,96	1,96
Вода	27,60	27,60	2,91	2,91
Фасоль стручковая с/м	10,00	10,00	2,25	2,25
Соль	0,29	0,29	0,03	0,03
Масло сливочное	1,05	1,05	0,07	0,07
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	10,89
Жиры (г):	6,94
Углеводы (г):	15,92
Энергетическая ценность (ккал):	167,37

Ca (мг):	16,43
Mg (мг):	23,35
Fe (мг):	0,82
C (мг):	3,12
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Чеснок сортируют, очищают от шелухи промывают, измельчают. Подготовленное мясо птицы помещают в гастроемкость, добавляют соевый соус, паприку, растительное масло, измельченный чеснок, молотый имбирь, молотый кориандр, перемешивают и маринуют. Маринованное куриное филе нарезают на слайсы, запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-Пар" при температуре 160-180°C до достижения температуры не менее 90°C в центре продукта. Крупу перебирают и тщательно промывают непосредственно перед приготовлением. Подготовленный рис засыпают в кипящую подсоленную воду в соотношении 1/3 или в зависимости от сорта риса, варят до готовности без последующей промывки. Допускается приготовление риса в пароконвектомате при режиме "Пар": подготовленный рис (не более 2-х килограммов риса на одну гастроемкость) заливают горячей подсоленной водой, варят до готовности без накрытия и без последующей промывки. Заправляют сливочным маслом, перемешивают. Фасоль стручковую с/м, не размораживая, освобождают от упаковки и выкладывают в гастроемкость слоем 3-4 см, припускают в пароконвектомате до готовности, добавляют отварной рис, перемешивают, повторно прогревают. Рис с фасолью выкладывают рядом с филе запеченной птицы.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):

Заправка в ассортименте

Номер рецептуры: № 791

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Томатная паста	16,96	16,96	1,70	1,70
Масло растительное	0,39	0,39	0,04	0,04
Сахар-песок	1,02	1,02	0,10	0,10
Орегано	0,07	0,07	0,01	0,01
Соль	0,48	0,48	0,05	0,05
Вода	7,00	7,00	0,70	0,70
Выход томатного соуса:		25		2,50
Масло растительное	25	25	2,50	2,50
Выход растительного масла:		25		2,50
Соевый соус	25	25	2,50	2,50
Выход соевого соуса:		25		2,50
Соус на основе растительного масла	25	25	2,50	2,50
Выход салатного соуса:		25		2,50
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	3,54	Ca (мг):	21,67
Жиры (г):	42,27	Mg (мг):	30,34
Углеводы (г):	6,19	Fe (мг):	1,02
Энергетическая ценность (ккал):	420,15	C (мг):	7,63
		B1 (мг):	0,04
		B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Приготовление томатного соуса: Томатную пасту смешивают с маслом растительным, сахаром, орегано, солью, водой и доводят до кипения. Допускается подача в дозаторах, диспенсерах, соусниках. Порционируют непосредственно перед раздачей. Не подлежит повторному разогреву. Промышленную упаковку соусов промывают, вытирают насухо и вскрывают.Порционируют непосредственно перед раздачей. При подаче томатный соус, соевый соус, растительное масло и соус на основе растительного масла не смешиваются, подаются по отдельности.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 выше 25°C

Срок реализации:

В соответствии с маркировкой производителя;
томатного соуса - не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):

Йогурт питьевой фруктовый

Номер рецептуры: № 940

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Йогурт	100,00	100	10,0	10,0
или Биойогурт фруктовый питьевой	100,00	100	10,0	10,0
Выход:		100		10

Примечание: допускается выдача йогурта или биойогурта емкостью 0,2 л в упаковке

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	2,8
Жиры (г):	2,7
Углеводы (г):	10,2
Энергетическая ценность (ккал):	76,3

Ca (мг):	124,0
Mg (мг):	15,00
Fe (мг):	0,1
C (мг):	0,60
B1 (мг):	0,03
B2 (мг):	0,15

Технология приготовления:

Упаковку с йогуртом или биойогуртом протирают. Подготовленную упаковку с напитком вскрывают и порционируют непосредственно перед употреблением.

Биойогурт поступивший в упаковке емкостью 0,2 л подают без разлива в стаканы, а стаканы подают отдельно (при необходимости).

Температура подачи:

не выше 20°C

Срок реализации:

не более 1-го часа с момента нарушения герметичности упаковки

Технолог

Вариант 1. 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): **Какао на молоке**

Номер рецептуры: № 872 (1 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Какао-порошок	3,8	3,8	0,38	0,38
Молоко	30,0	30,0	3	3
Сахар-песок	3,8	3,8	0,38	0,38
Вода	65,0	65,0	6,5	6,5
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	1,82
Жиры (г):	1,53
Углеводы (г):	5,59
Энергетическая ценность (ккал):	44,14

Ca (мг):	57,48
Mg (мг):	20,35
Fe (мг):	0,88
C (мг):	0,18
B1 (мг):	0,01
B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Какао-порошок смешивают с сахаром, в полученную смесь добавляют кипяток (часть от рецептурной нормы) и растирают до однородной массы. Молоко соединяют с оставшейся частью воды, доводят до кипения. В подготовленную смесь молока и воды, помешивая, вводят разведенный какао-порошок, полученный напиток доводят до кипения.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 55°C

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

Технолог _____

Вариант 1. 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): **Картофельные палочки**

Номер рецептуры: № 726

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование	Расход сырья и полуфабрикатов			
Картофель фри б/з (промышленного производства)	146,30	146,30	14,63	14,63
Соль	0,48	0,48	0,05	0,05
Масло растительное	1,05	1,05	0,11	0,11
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	2,93
Жиры (г):	1,63
Углеводы (г):	23,85
Энергетическая ценность (ккал):	122,05

Ca (мг):	23,69
Mg (мг):	33,75
Fe (мг):	1,33
C (мг):	14,63
B1 (мг):	0,18
B2 (мг):	0,12

Технология приготовления:

Картофель не дефростируя перекладывают в гастроемкость в один слой, сбрызгивают маслом растительным, солят и запекают в пароконвектомате в режиме Жар 180-210°C 10-15 минут, до золотистой корочки.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

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

Технолог _____

Вариант 1. 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): **Кекс с цукатами**

Номер рецептуры: № 1033 (1 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука пшеничная	38	38	3,8	3,8
Сахар - песок	28	28	2,8	2,8
Масло сливочное	28	28	2,8	2,8
Яйцо куриное*	23	23	2,3	2,3
Соль	0,10	0,10	0,01	0,01
Цукаты	5,0	5	0,5	0,5
Натрий двууглекислый (сода пищевая)	0,10	0,10	0,01	0,01
Масло растительное	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход:	-	100	-	10

*Допускается замена яйца на меланж пастеризованный

Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	7,39	Ca (мг):	29,81
Жиры (г):	26,75	Mg (мг):	12,56
Углеводы (г):	58,44	Fe (мг):	1,26
Энергетическая ценность (ккал):	503,69	C (мг):	0,06
		B1 (мг):	0,08
		B2 (мг):	0,15

Технология приготовления:

Размягченное сливочное масло взбивают в течение 7-10 минут, добавляют сахар и взбивают еще 5-7 минут, постепенно вводя подготовленные яйца. К взбитой массе добавляют подготовленные цукаты, соду, соль, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто. Тесто раскладывают в формы, предварительно смазанные маслом растительным, выпекают в жарочном шкафу при температуре 205-215°C в течение 25-30 минут до готовности. При изготовлении в пароконвектомате выпекают при температуре 180°C в режиме "Жар" 35 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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: 20 ±5°C

Срок реализации: не более 16 часов с момента приготовления(при температуре хранения 4±2°C) включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог _____

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Кекс с шоколадом

Номер рецептуры: № 1035 (1 вариант)

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука Пшеничная	35	35	3,5	3,5
Сахар-песок	26	26	2,6	2,6
Масло сливочное	26	26	2,6	2,6
Соль	0,1	0,1	0,01	0,01
Яйцо куриное*	21	21	2,1	2,1
Какао порошок	10	10	1	1
Натрий двууглекислый (сода пищевая)	0,1	0,1	0,01	0,071
Масса полуфабриката:		110		11
Масло растительное	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход:		100		10

*Допускается замена яйца на меланж пастеризованный

Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	9,09
Жиры (г):	26,32
Углеводы (г):	51,81
Энергетическая ценность (ккал):	481,49

Ca (мг):	34,92
Mg (мг):	50,64
Fe (мг):	3,28
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,08
B2 (мг):	0,15

Технология приготовления:

Размягченное сливочное масло взбивают в течение 7-10 минут, добавляют сахар и взбивают еще 5 -7 минут, постепенно вливая подготовленные яйца. К взбитой массе добавляют какао - порошок, соду, соль, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто. Тесто раскладывают в формы, предварительно смазанные маслом растительным, выпекают в жарочном шкафу при температуре 205-215°C в течение 25-30 минут до готовности. При изготовлении в пароконвектомате выпекают при температуре 180°C в режиме "Жар" в течении 35 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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:

20 ±5°C

Срок реализации:

не более 16 часов с момента приготовления(при температуре хранения 4±2°C), включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Кекс "Столичный"

Номер рецептуры: № 1026 (1 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука пшеничная	38	38	3,8	3,8
Сахар-песок	28	28	2,8	2,8
Масло сливочное	28	28	2,8	2,8
Яйцо куриное*	23	23	2,3	2,3
Соль	0,1	0,1	0,01	0,01
Изюм	5	5	0,5	0,5
Сода	0,1	0,1	0,01	0,01
Масса полуфабриката:		107	0	10,7
Масло растительное	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход:		100		10

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	7,36
Жиры (г):	26,76
Углеводы (г):	58,21
Энергетическая ценность (ккал):	502,74

Ca (мг):	28,06
Mg (мг):	10,96
Fe (мг):	1,32
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,09
B2 (мг):	0,15

Технология приготовления:

Изюм перебирают, промывают в теплой воде и замачивают на 15-20 минут, затем повторно промывают в проточной воде, оставляют для стекания лишней жидкости. Размягченное сливочное масло взбивают в течение 7-10 минут, добавляют сахар и взбивают еще 5-7 минут, постепенно вводя подготовленные яйца. К взбитой массе добавляют подготовленный изюм, соду, соль, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто. Тесто раскладывают в формы, предварительно смазанные маслом растительным, выпекают в жарочном шкафу при температуре 205-215°C в течение 25-30 минут до готовности. При изготовлении в пароконвектомате выпекают при температуре 180°C в течение 35 минут, до готовности. Режимы и время тепловой обработки могут быть изменены в зависимости от используемого теплового оборудования.

Для буфет раздаточных: Готовый кекс раскладывают 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:

20 ±5°C

не более 16 часов с момента приготовления(при температуре хранения 4±2°C) включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Срок реализации:

Технолог

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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): **Кесадила с говядиной**

Номер рецептуры: № 1191

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Тортилья	37,20	37,20	3,72	3,72
Говядина (мясо бескостное) замороженное	12,90	12,00	1,29	1,20
Лук репчатый свежий	2,15	1,81	0,22	0,18
или лук репчатый свежий очищенный	1,81	1,81	0,18	0,18
Перец сладкий б/з	9,00	9,00	0,90	0,90
Кукуруза консервированная (без учета заливки)	9,00	9,00	0,90	0,90
Фасоль консервированная (без учета заливки)	15,00	15,00	1,50	1,50
Петрушка (свежая)	0,41	0,30	0,04	0,03
Томатная паста	3,80	3,80	0,38	0,38
Соль	0,23	0,23	0,02	0,08
Сахар-песок	0,15	0,15	0,01	0,01
Масло растительное	0,19	0,19	0,02	0,02
Мука пшеничная	1,37	1,37	0,14	0,14
Вода	10,64	10,64	1,06	1,06
Сыр полутвердый	8,70	8,61	0,87	0,86
Выход:		100,00		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	11,11	Ca (мг):	128,40
Жиры (г):	9,97	Mg (мг):	33,15
Углеводы (г):	14,47	Fe (мг):	0,93
Энергетическая ценность (ккал):	196,15	C (мг):	9,75
		B1 (мг):	0,09
		B2 (мг):	0,15

Технология приготовления:

Сыр нарезают на куски, зачищают от корки (при необходимости), затем натирают. Мясо дефrostируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают образовавшуюся пену, варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Бульон процеживают. Отварное мясо охлаждают и нарезают мелким кубиком или пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: упаковку моют и протирают, овощи промывают. Свежую зелень моют, а затем повторно промывают. Зелень, мелко нарезают. Подготовленный лук нарезают мелким кубиком, припускают в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла, добавляют перец сладкий б/з, консервированную кукурузу, фасоль консервированную, подготовленное отварное мясо говядины, томатную пасту, рубленную зелень, соль, сахар, тушат до полного выпаривания влаги, в конце приготовления затягивают белым соусом, повторно прогревают до 85°C, соединяют с тертым сыром, перемешивают. Тортилью дефrostируют до температуры не менее +1°C. По краю тортиль выкладывают овощную смесь с мясом, смешанную с тертым сыром. Далее сворачивают пополам, подпекают на разогретом до 250°C гриле до образования колера или в пароконвектомате при температуре 160-170°C в режиме Жар в течении 5-10 минут.

Белый соус: пшеничную муку просеивают, пассеруют при непрерывном помешивании до светло-желтого цвета. В пассерованную муку вливают горячую прокипяченную воду и перемешивают до однородной массы, доводят до кипения, процеживают, повторно доводят до кипения.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 выше 65°C

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

Технолог _____

Вариант 1. 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):

Кето-салат Дальневосточный (без заправки)

Номер рецептуры: № 185

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	46,00	46,00	4,60	4,60
или Картофель свежий продовольственный	57,50	46,00	5,75	4,60
Оливки б/к (без учета заливки)	9,00	9,00	0,90	0,90
Кальмар филе с/м	21,10	20,00	2,11	2,00
Яйцо куриное*	16,00	16,00	1,60	1,60
Салат листовой (Айсберг/Романо)	10,59	9,00	1,06	0,90
или Салат Китайский (капуста пекинская)	10,59	9,00	1,06	0,90
Выход:		100		10

* -Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	6,72
Жиры (г):	3,09
Углеводы (г):	8,45
Энергетическая ценность (ккал):	89,09

Ca (мг):	33,78
Mg (мг):	31,49
Fe (мг):	1,37
C (мг):	5,29
B1 (мг):	0,11
B2 (мг):	0,13

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают в проточной воде. Подготовленный картофель отваривают, охлаждают, нарезают кубиком или долькой. У салата удаляют 2-3 наружных листа при необходимости, промывают, затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Подготовленный салат рвут или нарезают шашками. Обработанные яйца погружают в воду и варят после закипания в течение 8- 10 мин, остужают, очищают от скорлупы, нарезают дольками. Кальмары дефrostируют, очищают при необходимости, отваривают до готовности, охлаждают, нарезают соломкой. Упаковку с оливками протирают, вскрывают, рассол сливают. Все ингредиенты выкладывают не смешивая по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),

Срок реализации:

заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):**Кето - салат с сыром (без заправки)**
Номер рецептуры: № 186
Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	21,18	18,00	2,12	1,80
или Салат Китайский (капуста пекинская)	21,18	18,00	2,12	1,80
Капуста брокколи б/з	33,00	33,00	3,30	3,30
Сыр полутвердый	16,31	16,15	1,63	1,62
Яйцо куриное*	19,57	19,57	1,96	1,96
Оливки б/к (без учета заливки)	13,00	13,00	1,30	1,30
Кунжут	0,48	0,48	0,05	0,05
Соль	0,29	0,29	0,03	0,03
Выход:		100		10

* - Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	7,54	Ca (мг):	88,28
Жиры (г):	8,26	Mg (мг):	18,35
Углеводы (г):	2,51	Fe (мг):	1,51
Энергетическая ценность (ккал):	113,82	C (мг):	19,42
		B1 (мг):	0,05
		B2 (мг):	0,17

Технология приготовления:

Салат или капусту сортируют, моют, очищают, повторно промывают под проточной водой, выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Капусту брокколи б/з не дефростируя отваривают в подсоленной воде до готовности, остужают и разделяют на соцветия. Обработанные яйца погружают в воду и варят после закипания в течение 8-10 мин, остужают, очищают от скорлупы. Потребительскую упаковку с оливками протирают, рассол сливают. С сыра срезают корки при необходимости. Подготовленный салат нарезают соломкой, сыр нарезают кубиком, отварное яйцо дольками, оливки не режут. Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при 130-150°С в течении 5-7 минут. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:не выше 14 °С

Срок реализации:не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог_____

Вариант 1. 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):

Кето - салат с цыпленком (без заправки)

Номер рецептуры: № 187

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций.

Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Салат листовой (Айсберг, Романо или др) <i>Или</i> Салат Китайский (капуста пекинская)	21,20	18,00	2,12	1,80
Капуста брокколи б/з	35	35	3,50	3,50
Помидоры свежие	19,4	19	1,94	1,90
Яйцо куриное	19,57	19,57	1,96	1,96
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	19,95	18,95	2,00	1,90
Масло растительное	0,26	0,26	0,03	0,03
Соль	0,29	0,29	0,03	0,03
Кунжут	0,48	0,48	0,05	0,05
Выход:		100		10

* - Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	7,66
Жиры (г):	4,76
Углеводы (г):	2,96
Энергетическая ценность (ккал):	84,16

Ca (мг):	46,21
Mg (мг):	20,13
Fe (мг):	1,29
C (мг):	25,43
B1 (мг):	0,07
B2 (мг):	0,16

Технология приготовления:

Мясо птицы дефростируют до температуры в толще не более $-1,5^{\circ}\text{C}$, промывают, выкладывают в гостроемкость смазанную маслом растительным (часть от рецептурной нормы), запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-Пар" при температуре $150-160^{\circ}\text{C}$ в течении 25-30 минут, охлаждают. Овощи, листья салата (капусту) сортируют, моют и очищают: у помидоров удаляют место крепления плодоножки, выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Капусту брокколи б/з не дефростируя отваривают до готовности, остужают и разделяют на соцветия. Обработанные яйца погружают в воду и варят после закипания в течение 8-10 мин, остужают, очищают от скорлупы. Подготовленный салат или капуста нарезают шашечками, помидоры нарезают ломтиком, отварное яйцо дольками. Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при $130-150^{\circ}\text{C}$ в течении 5-7 минут. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности, сверху посыпают кунжутом.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

не заправленного салата не более 3-х часов

(при температуре хранения $4\pm 2^{\circ}\text{C}$),

заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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): **Кефир**

Номер рецептуры: № 943

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кефир	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	2,90	Ca (мг):	120,00
Жиры (г):	3,20	Mg (мг):	14,00
Углеводы (г):	4,00	Fe (мг):	0,10
Энергетическая ценность (ккал):	59,0	C (мг):	0,70
		B1 (мг):	0,03
		B2 (мг):	0,17

Примечание: допускается выдать кефир емкостью 0,2 л в упаковке

Технология приготовления:

Упаковку с кефиром протирают. Подготовленную упаковку с напитком вскрывают и порционируют непосредственно перед употреблением. Кефир поступивший в упаковке емкостью 0,2 л подают без разлива в стаканы, а стаканы подают отдельно (при необходимости).

Температура подачи: не выше 20°C

Срок реализации: не более 1-го часа с момента нарушения герметичности упаковки.

Технолог _____

Вариант 1. 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):

Клаб-салат (без заправки)

Номер рецептуры: № 211

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	35,30	33,00	3,53	3,30
Картофель свежий продовольственный	42,90	30,00	4,29	3,00
<i>или</i> Картофель свежий очищенный полуфабрикат	30,00	30,00	3,00	3,00
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	13,50	13,50	1,35	1,35
<i>или</i> Морковь столовая свежая продовольственная	16,90	13,50	1,69	1,35
Горошек зеленый консервированный (без учета заливки)	10,20	10,20	1,02	1,02
Яйцо куриное*	10,40	10,40	1,04	1,04
Огурцы консервированные (без уксуса) (без учета заливки)	14,50	14,50	1,45	1,45
Выход:		100		10

* -Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	7,92
Жиры (г):	4,04
Углеводы (г):	6,52
Энергетическая ценность (ккал):	95,21

Ca (мг):	34,26
Mg (мг):	22,18
Fe (мг):	1,02
C (мг):	5,79
B1 (мг):	0,08
B2 (мг):	0,13

Технология приготовления:

Обработанные яйца погружают в воду и варят после закипания в течение 8-10 мин, остужают, очищают от скорлупы, охлаждают, нарезают кубиком. Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо птицы закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают образовавшуюся пену, варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Отварную птицу охлаждают и нарезают кубиком. Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают в проточной воде. Допускается картофель свежий очищенный полуфабрикат, поместить в кипящую воду и прокипятить в течении 5-7 минут. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Обработанный картофель, морковь, отваривают до готовности и нарезают кубиком. Потребительскую упаковку с горошком и огурцами промывают, вытирают насухо, вскрывают, рассол сливают. Огурцы консервированные нарезают кубиком. Нарезанные ингредиенты смешивают.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),
заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №100097

Вариант 1. 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):Круассан

Номер рецептуры: № ПП

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Круассан ПП	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	8,06
Жиры (г):	38,23
Углеводы (г):	47,41
Энергетическая ценность (ккал):	565,13

Ca (мг):	21,36
Mg (мг):	11,29
Fe (мг):	1,00
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,12
B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Круассаны порционируют или подают в индивидуальной упаковке

Температура подачи:20 ±5°C

Срок реализации:в соответствии с маркировкой производителя

Технолог>

Вариант 1. 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):

Крылышки Хрустящие с картофелем по-деревенски

Номер рецептуры: № 643

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Картофель дольки б/з (промышленного производства)	76,00	76,00	7,60	7,60
Масло растительное	1,30	1,30	0,13	0,13
Соль	0,76	0,76	0,08	0,08
Крыло куриное с/м	68,42	65,00	6,84	6,50
Сухари панировочные	8,55	8,55	0,86	0,86
Чеснок	0,51	0,38	0,05	0,04
Яйцо куриное*	4,18	4,18	0,42	0,42
Соевый соус	0,75	0,75	0,08	0,08
Выход:		100		10

* Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	14,58
Жиры (г):	5,81
Углеводы (г):	18,76
Энергетическая ценность (ккал):	235,71

Ca (мг):	24,58
Mg (мг):	29,22
Fe (мг):	1,13
C (мг):	7,64
B1 (мг):	0,13
B2 (мг):	0,15

Технология приготовления:

Чеснок сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. Затем подготовленный чеснок измельчают. Картофель б/з не размораживая выкладывают в емкость, солят, перемешивают с растительным маслом, запекают в пароконвектомате в режим "Жар" в течение 20-30 минут при 160-180°C до образования золотистого колера.

Крыло куриное с/м дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой, разделяют фаланги при необходимости. Крыло маринуют в маринаде 20-30 минут, обваливают в панировочных сухарях и запекают в пароконвектомате при температуре 150-160°C 25-30 минут до температуры в толще не менее 90°C.

Приготовление маринада: Яйцо куриное взбивают, добавляют соевый соус, измельченный чеснок и хорошо перемешивают.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °C

Срок реализации:

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

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования(пароконвектоматов, духовых(жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):Курица карри с рисом

Номер рецептуры: № 644 (2 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

1. Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа Рисовая	26,00	26,00	2,60	2,60
Соль	1,00	1,00	0,10	0,10
Масло растительное	0,50	0,50	0,05	0,05
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	18,95	18,00	1,90	1,80
Перец сладкий б/з	5,00	5,00	0,50	0,50
Кабачки б/з	5,60	5,60	0,56	0,56
Морковь столовая свежая продовольственная	4,40	3,50	0,44	0,35
или Морковь столовая очищенная полуфабрикат	3,50	3,50	0,35	0,35
Лук репчатый свежий	4,07	3,40	0,41	0,34
или Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	3,40	3,40	0,34	0,34
Масло растительное	0,50	0,50	0,05	0,05
Соус Карри охлажденный упакованный	16	16	1,6	1,6
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Выход:		100		10

2. Химический состав на 100гр:

Белки (г):	5,81	Ca (мг):	18,49
Жиры (г):	3,32	Mg (мг):	22,47
Углеводы (г):	22,35	Fe (мг):	0,67
Энергетическая ценность (ккал):	138,97	C (мг):	4,70
		B1 (мг):	0,05
		B2 (мг):	0,05

3. Технология приготовления:

Мясо птицы дефrostируют до температуры в толще не более -1,5°С, промывают, нарезают соломкой, выкладывают в гаcтpoeмкocть cмазанную маслом растительным (часть от рецептурной нормы) запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при 150-170°С в течении 20-30 минут, до температуры в толще не менее 90°С. Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: упаковку моют и протирают, овощи промывают. Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при температуре 130-150°С в режиме "Жар" в течении 5-7 минут. Потребительскую упаковку соуса промывают, вытирают насухо.

Обработанный репчатый лук нарезают мелким кубиком, морковь нарезают кубиком, припускают в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла (часть от рецептурной нормы) до полуготовности, затем добавляют кабачки б/з, перец сладкий б/з, специи, соус Карри, тщательно перемешивают, доводят до кипения, в конце приготовления добавляют запеченное мясо птицы.

Крупу перебирают и тщательно промывают непосредственно перед приготовлением. Подготовленный рис засыпают в кипящую подсоленную воду в соотношении 1/3 или в зависимости от сорта риса, варят до готовности без последующей промывки. Допускается приготовление риса в пароконвектомате при 100°С в режиме "Пар": подготовленный рис (не более 2-х килограммов риса на одну гаcтpoeмкocть) заливают горячей подсоленной водой, варят до полного выпаривания влаги без накрытия и без последующей промывки, заправляют растительным маслом, перемешивают. На готовый рис выкладывают курицу и посыпают кунжутом.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °С

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

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования(пароконвектоматов, духовых(жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):Курица карри с рисом

Номер рецептуры: № 644

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

1. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа Рисовая	26,00	26,00	2,60	2,60
Соль	1,00	1,00	0,10	0,10
Масло растительное	0,50	0,50	0,05	0,05
Курица с овощами охлажденная упакованная	24,00	24,00	2,40	2,40
Соус Карри охлажденный упакованный	16,00	16,00	1,60	1,60
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Выход:		100		10

2. Химический состав на 100гр:

Белки (г):	5,81	Ca (мг):	18,49
Жиры (г):	3,32	Mg (мг):	22,47
Углеводы (г):	22,35	Fe (мг):	0,67
Энергетическая ценность (ккал):	138,97	C (мг):	4,70
		B1 (мг):	0,05
		B2 (мг):	0,05

3. Технология приготовления:

Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при температуре 130-150°С в режиме "Жар" в течении 5-7 минут. Потребительскую упаковку соуса промывают, вытирают насухо. Упаковку с курицей с овощами вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают в пароконвектомате до температуры не менее +85°С в центре продукта. Упаковку с соусом Карри вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры не менее +85°С в центре продукта. В подготовленную курицу с овощами добавляют подготовленный соус Карри, тщательно перемешивают, доводят до кипения и тушат в течении 5-7 минут. Крупу перебирают и тщательно промывают непосредственно перед приготовлением. Подготовленный рис засыпают в кипящую подсоленную воду в соотношении 1/3 или в зависимости от сорта риса, варят до готовности без последующей промывки. Допускается приготовление риса в пароконвектомате при 100°С в режиме "Пар": подготовленный рис (не более 2-х килограммов риса на одну гастроемкость) заливают горячей подсоленной водой, варят до полного выпаривания влаги без накрытия и без последующей промывки, заправляют растительным маслом, перемешивают. На готовый рис выкладывают курицу и посыпают кунжутом.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °С

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

Технолог

Вариант 1. 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):

Курица карри с рисом

Номер рецептуры: № 644 (2 вариант)

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа Рисовая	26,00	26,00	2,60	2,60
Соль	1,00	1,00	0,10	0,10
Масло растительное	0,50	0,50	0,05	0,05
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	18,95	18,00	1,90	1,80
Перец сладкий б/з	5,00	5,00	0,50	0,50
Кабачки б/з	5,60	5,60	0,56	0,56
Морковь столовая свежая продовольственная	4,40	3,50	0,44	0,35
или Морковь столовая очищенная полуфабрикат	3,50	3,50	0,35	0,35
Лук репчатый свежий	4,07	3,40	0,41	0,34
или Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	3,40	3,40	0,34	0,34
Масло растительное	0,50	0,50	0,05	0,05
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Куркума	0,20	0,20	0,02	0,02
Мука пшеничная	1,50	1,50	0,15	0,15
Вода	6,00	6,00	0,60	0,60
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр:

Белки (г):	5,81
Жиры (г):	3,32
Углеводы (г):	22,35
Энергетическая ценность (ккал):	138,97

Ca (мг):	18,49
Mg (мг):	22,47
Fe (мг):	0,67
C (мг):	4,70
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Мясо птицы дефростируют до температуры в толще не более -1,5°C, промывают, нарезают соломкой, выкладывают в гастростомку смазанную маслом растительным (часть от рецептурной нормы) запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при 150-170°C в течении 20-30 минут, до температуры в толще не менее 90°C. Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: упаковку моют и протирают, овощи промывают. Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при температуре 130-150°C в режиме "Жар" в течении 5-7 минут. Пшеничную муку пассеруют при непрерывном помешивании до светло-желтого цвета. В охлажденную муку вливают часть горячей смеси бульона и/или воды, перемешивают до однородной массы доводят до кипения. Обработанный репчатый лук нарезают мелким кубиком, морковь нарезают кубиком, припускают в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла (часть от рецептурной нормы) до полуготовности, затем добавляют кабачки б/з, перец сладкий б/з, специи, подготовленную муку, тщательно перемешивают, доводят до кипения, в конце приготовления добавляют запеченное мясо птицы.

Крупу перебирают и тщательно промывают непосредственно перед приготовлением. Подготовленный рис засыпают в кипящую подсоленную воду в соотношении 1/3 или в зависимости от сорта риса, варят до готовности без последующей промывки. Допускается приготовление риса в пароконвектомате при 100°C в режиме "Пар": подготовленный рис (не более 2-х килограммов риса на одну гастростомку) заливают горячей подсоленной водой, варят до полного выпаривания влаги без накрытия и без последующей промывки, заправляют растительным маслом, перемешивают. На готовый рис выкладывают курицу и посыпают кунжутом.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °C

Срок 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 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): **Лимон**

Номер рецептуры: № 845

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лимон свежий	111,11	100	11,11	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	0,9
Жиры (г):	0,1
Углеводы (г):	3,00
Энергетическая ценность (ккал):	34,00

Ca (мг):	40,00
Mg (мг):	12,00
Fe (мг):	0,60
C (мг):	40,00
B1 (мг):	0,04
B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Лимоны сортируют, моют, затем повторно промывают небольшими партиями в проточной воде и обсушивают. Подготовленный лимон нарезают ломтиком, кружочками или полукружочками.

Для буфет раздаточных: Лимоны раскладывают 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

Температура подачи: 20±5° С.

Срок хранения: не более 30 минут (если фрукты нарезаны)

Технолог

Вариант 1. 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):

Люля-кебаб из птицы с картофелем по-деревенски

Номер рецептуры: № 652

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	35,16	33,40	3,52	3,34
Хлеб пшеничный	8,84	8,84	0,88	0,88
Молоко	2,00	2,00	0,20	0,20
Соль	0,13	0,13	0,01	0,01
Масло растительное	0,18	0,18	0,02	0,02
Картофель дольки б/з (промышленного производства)	75,10	75,10	7,51	7,51
Соль	0,20	0,20	0,02	0,02
Петрушка (зелень)	0,41	0,30	0,04	0,03
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	8,82
Жиры (г):	4,08
Углеводы (г):	16,96
Энергетическая ценность (ккал):	140,72

Ca (мг):	22,14
Mg (мг):	25,70
Fe (мг):	1,13
C (мг):	8,74
B1 (мг):	0,12
B2 (мг):	0,12

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо птицы нарезают на куски. Петрушку сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями удаляют стебель, нарезают. Хлеб пшеничный замачивают в молоке. Мясо птицы, замоченный хлеб, пропускают через мясорубку, добавляют рубленную зелень, соль, перемешивают, выбивают, формируют продолговатой формы люля-кебаб и запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-Пар" при температуре 150-170°C в течении 20-30 минут. Продукт считается готовым при достижения температуры в толще продукта не ниже 90 С. Картофель не размораживают, перекладывают в гастроемкость в один слой, сбрызгивают маслом растительным, посыпают солью и запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170 С в течении 20-30 минут, до золотистой корочки.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):

Маффин ванильный

Номер рецептуры: № ПП

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Маффин ванильный ПП	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	6,80
Жиры (г):	19,06
Углеводы (г):	53,52
Энергетическая ценность (ккал):	413,37

Ca (мг):	64,46
Mg (мг):	30,46
Fe (мг):	2,00
C (мг):	0,14
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,14

Технология приготовления:

Маффин порционируют или подают в индивидуальной упаковке

Температура подачи:

20 ±5°C

Срок реализации:

в соответствии с маркировкой производителя

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №100101

Вариант 1. 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):Маффин шоколадный

Номер рецептуры: № ПП

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Маффин шоколадный ПП	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	6,80
Жиры (г):	19,06
Углеводы (г):	53,52
Энергетическая ценность (ккал):	413,37

Ca (мг):	64,46
Mg (мг):	30,45
Fe (мг):	2,00
C (мг):	0,14
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,14

Технология приготовления:

Маффины порционируют или подают в индивидуальной упаковке

Температура подачи:

20 ±5°C

Срок реализации:

в соответствии с маркировкой производителя

Технолог

Вариант 1. 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): **Молоко**

Номер рецептуры: № 942

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Молоко	101,0	100	10,1	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 г

Белки (г):	3,00	Ca (мг):	175,00
Жиры (г):	3,20	Mg (мг):	14,00
Углеводы (г):	4,70	Fe (мг):	0,10
Энергетическая ценность (ккал):	60,00	C (мг):	0,60
		B1 (мг):	0,02
		B2 (мг):	0,13

Технология приготовления:

Ёмкости с молоком протирают. Подготовленную упаковку с напитком вскрывают, переливают в емкость из нержавеющей стали, доводят до кипения и порционируют. Молоко, поступившее в упаковке емкостью 0,2 л, подают порционно без разлива в стаканы.

Для буфет раздаточных: Молоко раскладывают 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 выше 20°C

Срок реализации: не более 1-го часа с момента нарушения герметичности упаковки.

Технолог _____

Вариант 1. 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):

Наггетсы с картофелем по-деревенски

Номер рецептуры: № 655

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Наггетсы ПП	41,00	41,00	4,10	4,10
Масло растительное	0,31	0,31	0,03	0,03
Картофель дольки б/з (промышленного производства)	69,54	69,54	6,95	6,95
Соль	0,20	0,20	0,02	0,02
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр:

Белки (г):	8,16	Ca (мг):	20,53
Жиры (г):	4,15	Mg (мг):	41,25
Углеводы (г):	16,26	Fe (мг):	1,16
Энергетическая ценность (ккал):	132,24	C (мг):	6,98
		B1 (мг):	0,11
		B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:

Наггетсы, не размораживая перекладывают в гастроемкость смазанную маслом растительным (часть от рецептурной нормы) в один слой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают при температуре 120-150°С в течении 10-15 минут, до температуры 85-90°С в центре продукта.

Картофель не дефростируя перекладывают в гастроемкость в один слой, сбрызгивают маслом растительным (часть от рецептурной нормы), посыпают солью и запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 190-230°С в течении 10-15 минут, до золотистой корочки.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Вариант 1. 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):

Оладьи с топпингами

Номер рецептуры: № 991

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Оладьи ПП	69,2	69,2	6,923	6,92
Молоко сгущенное	15,38	15,38	1,538	1,538
Смородина черная б/з	4,00	4,00	0,4	0,4
Вода	3,08	3,08	0,308	0,308
Сахар-песок	8,46	8,46	0,846	0,846
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	5,30
Жиры (г):	4,09
Углеводы (г):	44,98
Энергетическая ценность (ккал):	238,29

Ca (мг):	84,62
Mg (мг):	16,04
Fe (мг):	0,68
C (мг):	4,27
B1 (мг):	0,08
B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Потребительскую упаковку протирают чистой ветошью, вскрывают. Оладьи размораживают, перекладывают содержимое в гостроемкость. Помещают в прогретый пароконвектомат. Разогревают при температуре 160 С° в течении 10-15 минут, до температуры не ниже 85°С в центре продукта. Режимы и время тепловой обработки могут быть изменены в зависимости от используемого теплового оборудования.

Консервные банки со сгущенным молоком промывают, вытирают насухо, вскрывают. Молоко сгущенное порционируют из банки.

Ягоды не размораживая заливают горячей водой, добавляют сахар, проваривают при слабом кипении в течение 5 минут, затем протирают и проваривают в течении 10-15 минут до загустения. Охлаждают.

Допускается подача топпингов в дозаторах, диспенсерах, соусниках.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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:

Оладьи: не ниже 65°С

Топпинги: 25±5°С

не более 2-х часов с момента приготовления,

Срок хранения:

включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования(пароконвектоматов, духовых(жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):Паста "Альфредо"

Номер рецептуры: № 465 (2 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

1. Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Соус Альфредо с курицей охлажденный упакованный	40	40	4,00	4,00
Макаронные изделия отварные охлажденные упакованные	60	60	6,00	6,00
Масло растительное	1	1	0,10	0,10
Выход:		100		10

2. Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	7,42
Жиры (г):	6,42
Углеводы (г):	21,56
Энергетическая ценность (ккал):	173,69

Ca (мг):	69,93
Mg (мг):	12,70
Fe (мг):	0,75
C (мг):	1,10
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,09

3. Технология приготовления:

Потребительскую упаковку промывают, вытирают насухо. Упаковку с соусом Альфредо с курицей вскрывают. Перекладывают содержимое в гостроемкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают в пароконвектомате до температуры не менее +85°С в центре продукта.

Упаковку с макаронами отварными вскрывают. Перекладывают содержимое в гостроемкость предварительно смазанный растительным маслом, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры не менее +85°С в центре продукта.

*Не подлежит повторному разогреву.

Температура подачи:не ниже 65 °С

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

Технолог

Вариант 1. 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):

Паста Альфредо

Номер рецептуры: № 465

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макаронны гр.А <Пенне>	22,00	22,00	2,20	2,20
Соль	0,29	0,29	0,03	0,03
Масло растительное	1,00	1,00	0,10	0,10
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	19,00	18,05	1,90	1,81
Молоко	20,00	20,00	2,00	2,00
Сыр полутвердый	1,26	1,24	0,13	0,12
Соль	0,19	0,19	0,02	0,02
Масло сливочное	1,00	1,00	0,10	0,10
Мука пшеничная	1,52	1,52	0,15	0,15
Чеснок	0,51	0,38	0,05	0,04
Петрушка (зелень)	0,27	0,20	0,03	0,02
Лук репчатый свежий	2,26	1,90	0,23	0,19
или Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	1,90	1,90	0,19	0,19
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	7,10
Жиры (г):	4,91
Углеводы (г):	17,84
Энергетическая ценность (ккал):	144,56

Ca (мг):	47,63
Mg (мг):	11,26
Fe (мг):	0,62
C (мг):	1,07
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) в течении 10-15 минут до готовности без последующей промывки. Сваренные изделия макаронные откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость. Заправляют изделия макаронные растительным маслом.

Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают. Мясо птицы дефростируют, промывают. Сыр нарезают на куски, зачищают от корки (при необходимости). Сыр измельчают на терке. Зелень измельчают.

Подготовленное куриное филе отваривают в воде, охлаждают, нарезают соломкой. Чеснок мелко рубят, добавляют нарезанный мелким кубиком лук репчатый, припускают с добавлением сливочного масла (часть рецептурной нормы) до готовности. В подготовленный соус добавляют припущенные овощи, нарезанное мясо птицы, помешивая доводят до кипения, добавляют подготовленную рубленную зелень, тертый сыр, соль и тушат в течении 3-5 минут.

Приготовление соуса: В растопленное сливочное масло(часть от рецептурной нормы) всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. Правильно пассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70°C, вливают часть горячего молока и вымешивают до образования однородной массы, затем помешивая постепенно добавляют оставшееся молоко. Соус процеживают, доводят до кипения.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 2. Для столовых сырьевых, доготовочных, буфет - раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):Паста "Альфредо"

Номер рецептуры: № 465 (2 вариант)

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

1. Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Соус Альфредо с курицей охлажденный упакованный	40	40	4,00	4,00
Макаронные изделия отварные охлажденные упакованные	60	60	6,00	6,00
Масло растительное	1	1	0,10	0,10
Выход:		100		10

2. Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	7,42	Ca (мг):	69,93
Жиры (г):	6,42	Mg (мг):	12,70
Углеводы (г):	21,56	Fe (мг):	0,75
Энергетическая ценность (ккал):	173,69	C (мг):	1,10
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,09

3. Технология приготовления:

Упаковку с соусом Альфредо с курицей вскрывают, перекладывают содежимое в гастроемкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают в пароконвектомате до температуры +85°С в центре продукта. Упаковку с макаронами отварными вскрывают, перекладывают содержимое в гастроемкость, предварительно смазанную растительным маслом, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температры +85°С в центре продукта.

*Не подлежит повторному разогреву.

Температура подачи:не ниже 65 °С

Срок реализации:не более 2-х часов с момента разогрева

Технолог

Вариант 1. 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):Паста «Болоньезе»

Номер рецептуры: № 466 (2 вариант)

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макароны гр.А <спагетти>	17,87	17,87	1,79	1,79
Соль	0,44	0,44	0,04	0,04
Масло растительное	3,03	3,03	0,30	0,30
Сыр полутвердый	4,60	4,50	0,46	0,45
Соус "Болоньезе":				
Говядина ДП крупный кусок (тазобедренная часть) замороженная	33,90	32,20	3,39	3,22
Масло растительное	0,19	0,19	0,02	0,02
Лук репчатый свежий	10,00	8,40	1,00	0,84
или Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	8,40	8,40	0,84	0,84
Помидоры свежие	5,61	5,50	0,56	0,55
Чеснок	0,67	0,50	0,07	0,05
Мука пшеничная	0,30	0,30	0,03	0,03
Томатная паста	6,27	6,27	0,63	0,63
Петрушка (зелень)	0,41	0,30	0,04	0,03
Соль	0,44	0,44	0,04	0,04
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	9,57	Ca (мг):	25,86
Жиры (г):	9,98	Mg (мг):	17,60
Углеводы (г):	15,07	Fe (мг):	1,50
Энергетическая ценность (ккал):	189,17	C (мг):	5,58
		B1 (мг):	0,07
		B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) в течении 10-15 минут до готовности без последующей промывки. Сваренные изделия макаронные откидывают и заправляют маслом растительным. Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают. У помидоров удаляют место крепления плодоножки. Чеснок сортируют, очищают от шелухи промывают, измельчают. Сыр нарезают на куски, зачищают от корки (при необходимости), натирают. Мясо замороженное дефростируют до температуры не выше -1,5°С в толще продукта, промывают холодной проточной водой, дают стечь воде и нарезают на куски, отваривают. Охлаждают, пропускают через мясорубку. Подготовленный лук репчатый, нарезанный кубиком и мелкорубленный чеснок (часть от рецептурной нормы) пассеруют с добавлением масла растительного, затем добавляют подготовленный говяжий фарш, протушивают, добавляют томатный соус, тушат до готовности, в конце добавляют соль, кубиком нарезанные помидоры и рубленную зелень, доводят до кипения.

При подаче готовые макароны поливают соусом "болоньезе" и посыпают сыром.

Соус томатный: Просеянную пшеничную муку пассеруют при непрерывном помешивании до светло-желтого цвета. В пассированную охлажденную муку вливают горячий бульон и/или воду и вымешивают до однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон и/или воду, доводят до кипения, затем вводят томатную пасту, перемешивают, кипятят, в конце варки добавляют соль, рубленный чеснок (часть от рецептурной нормы) и доводят до кипения.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°С

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

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Паста с гуляшом

Номер рецептуры: №468 (2 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макароны гр.А <Пенне>	22,00	22,00	2,20	2,20
Соль	0,29	0,29	0,03	0,03
Масло растительное	1,00	1,00	0,10	0,10
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	26,32	25,00	2,63	2,50
Томатная паста	1,25	1,25	0,13	0,13
Чеснок	0,40	0,30	0,04	0,03
Соль	0,20	0,20	0,02	0,02
Масло растительное	0,40	0,40	0,04	0,04
Мука пшеничная	1,40	1,40	0,14	0,14
Вода	26,00	26,00	2,60	2,60
Морковь столовая свежая продовольственная	1,00	0,80	0,10	0,08
или Морковь столовая очищенная полуфабрикат	0,80	0,80	0,08	0,08
Лук репчатый свежий	0,95	0,80	0,10	0,08
или Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	0,80	0,80	0,08	0,08
Выход: 40 соус/ 60 гарнир		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	7,60	Ca (мг):	9,97
Жиры (г):	4,16	Mg (мг):	9,98
Углеводы (г):	16,99	Fe (мг):	0,68
Энергетическая ценность (ккал):	136,45	C (мг):	1,29
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:
Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) в течении 10-15 минут до готовности без последующей промывки. Сваренные изделия макаронные откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость. Заправляют изделия макаронные растительным маслом.
Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают. Мясо птицы дефростируют, промывают.
Подготовленное куриное филе отваривают в воде, охлаждают, нарезают соломкой. Чеснок мелко рубят, добавляют нарезанный мелким кубиком лук репчатый и морковь, припускают с добавлением масла (часть от рецептурной нормы) до готовности. В подготовленный соус добавляют нарезанное мясо птицы, помешивая доводят до кипения, добавляют соль и тушат в течении 3-5 минут.
Приготовление соуса: В растительное масло(часть от рецепруной нормы) всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. Правильно пассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. В пассерованную муку вливают горячий бульон и/или воду (часть от рецептурной нормы) и вымешивают до однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон и/или воду, доводят до кипения, затем вводят пассерованные с томатной пастой овощи и варят при слабом кипении 20 - 30 минут. В конце варки добавляют соль.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):

Паста с цыпленком и шпинатом

Номер рецептуры: №471 (1 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макароны гр.А <фарфалле>	22,00	22,00	2,20	2,20
Масло растительное	0,52	0,52	0,05	0,05
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	21,05	20,00	2,11	2,00
Молоко	25,00	25,00	2,50	2,50
Вода	120,00	120,00	12,00	12,00
Масло сливочное	1,00	1,00	0,10	0,10
Мука пшеничная	1,33	1,33	0,13	0,13
Шпинат б/з	3,04	3,04	0,30	0,30
Соль	0,38	0,38	0,04	0,04
Сыр полутвердый	4,60	4,55	0,46	0,46
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	8,41
Жиры (г):	5,76
Углеводы (г):	17,72
Энергетическая ценность (ккал):	157,24

Ca (мг):	84,50
Mg (мг):	15,40
Fe (мг):	0,76
C (мг):	2,31
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Замороженное филе птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°С , промывают холодной проточной водой. Подготовленное филе птицы запекают до готовности, нарезают брусочком. Сыр нарезают на куски, зачищают от корки (при необходимости) натирают на терке. Макароны Фарфале варят в большом количестве кипящей подсоленной воды(часть от рецептурной нормы) (в соотношении 1:6) в течении 10-15 минут до готовности без последующей промывки. Сваренные изделия макаронные откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют растительным маслом.

Приготовление соуса: Муку пассеруют при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают до 60-70°С , вводят растопленное сливочное масло, затем разводят горячим молоком или молоком с добавлением бульона или воды и варят 7-10 мин при слабом кипении, добавляют соль, процеживают и доводят до кипения.

Шпинат б/з размораживают, при необходимости измельчают, добавляют в соус, проваривают, в конце варки добавляют нарезанную птицу, доводят до кипения. Отварные макароны (фарфале), поливают соусом и посыпают тертым сыром.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):

Патата

Номер рецептуры: № 1289

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Тортилья	18,7	18,7	1,87	1,87
Картофель свежий продовольственный	52,3	36,0	5,23	3,60
или Картофель свежий очищенный полуфабрикат	36,0	36,0	3,60	3,60
Масло сливочное	0,5	0,5	0,05	0,05
Колбаски (сосиски) детские	38,7	38,7	3,87	3,87
Сыр полутвердый	6,53	6,46	0,653	0,646
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	8,69
Жиры (г):	14,12
Углеводы (г):	8,21
Энергетическая ценность (ккал):	195,63

Ca (мг):	75,66
Mg (мг):	21,84
Fe (мг):	1,09
C (мг):	4,68
B1 (мг):	0,13
B2 (мг):	0,14

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают в проточной воде. Допускается картофель свежий очищенный полуфабрикат, поместить в кипящую воду и прокипятить в течении 5-7 минут. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Подготовленный картофель отваривают до готовности, протирают, добавляют растопленное сливочное масло. Колбаски или сосиски промывают, удаляют искусственную оболочку (оболочку натуральную не удаляют), закладывают в кипящую воду и варят при слабом кипении 5-10 мин или в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 130-150°C 5-10 минут. Тортилью дефростируют до температуры не менее +1°C, нарезают пополам. Сыр нарезают на куски, зачищают от корок (при необходимости), нарезают ломтиком или натирают. На тортилью выкладывают протертый картофель, по центру сыр, на сыр выкладывают готовые сосиски, далее сворачивают в ролл. Собранную патату запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-180°C в течении 5-7 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 менее 45°C

Срок хранения:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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 отварные**
Номер рецептуры: № 1011

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Пельмени детские	80	80	8,00	8,00
Масло сливочное	1,5	1,5	0,15	0,15
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Вода	320	320	32,00	32,00
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	9,51
Жиры (г):	12,36
Углеводы (г):	20,33
Энергетическая ценность (ккал):	186,42

Ca (мг):	14,88
Mg (мг):	10,47
Fe (мг):	0,73
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,14
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Воду доводят до кипения. Пельмени не дефростируют, опускают в кипящую подсоленную воду, доводят до кипения и продолжают варить в течение 5-7 минут. Когда пельмени всплывут на поверхность, их осторожно вынимают.

Для приготовления в пароконвектомате: Воду доводят до кипения. В гастроемкость наливают горячую кипяченую подсоленную воду (на 5 литров воды - 2 килограмма пельменей), засыпают пельмени, варят в режиме "Пар" при 100°C в течении 12-17 минут до готовности, воду сливают. Масло сливочное кипятят и поливают готовые пельмени.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

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

Технолог

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования(пароконвектоматов, духовых(жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):Пенне Аррабиато

Номер рецептуры: № 474

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

1. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макароны гр.А <Пенне>	21,50	21,50	2,15	2,15
Вода	169,46	169,46	16,95	16,95
Соль	0,56	0,56	0,06	0,06
Говядина с овощами охлажденная упакованная	40,00	40,00	4,00	4,00
Сыр полутвердый	3,26	3,23	0,33	0,32
Выход:		100		10

2.Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	9,88
Жиры (г):	7,32
Углеводы (г):	16,69
Энергетическая ценность (ккал):	185,16

Ca (мг):	25,83
Mg (мг):	18,10
Fe (мг):	1,61
C (мг):	19,31
B1 (мг):	0,08
B2 (мг):	0,09

3. Технология приготовления:

Потребительскую упаковку промывают, вытирают насухо.

Упаковку с говядиной с овощами вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают в пароконвектомате до температуры не менее +85°С в центре продукта.

Сыр нарезают на куски, зачищают от корок (при необходимости), измельчают на терке.

Макаронные изделия закладывают в кипящую подсоленную воду (в соотношении 1:6) без последующей промывки, варят до готовности, откидывают. Готовые макароны при порционировании поливают соусом, посыпают тертым сыром.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°С

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

Технолог

Вариант 1. 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):

Пенне Аррабиато

Номер рецептуры: № 474

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макароны гр.А <Пенне>	20,30	20,30	2,03	2,03
Вода	169,46	169,46	16,95	16,95
Соль	0,56	0,56	0,06	0,06
Говядина ДП крупный кусок (тазобедренная часть) замороженная	36,56	34,00	3,66	3,40
Помидоры свежие	8,07	7,90	0,81	0,79
Перец сладкий свежий	8,84	7,07	0,88	0,71
Лук репчатый свежий	6,61	5,65	0,66	0,57
или Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	5,65	5,65	0,57	0,57
Чеснок	0,76	0,57	0,08	0,06
Томатная паста	5,65	5,65	0,57	0,57
Сыр полутвердый	3,26	3,23	0,33	0,32
Масло растительное	0,62	0,62	0,06	0,06
Соль	1,13	1,13	0,11	0,11
Базилик сушеный	0,11	0,11	0,01	0,01
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	9,88
Жиры (г):	7,32
Углеводы (г):	16,69
Энергетическая ценность (ккал):	185,16

Ca (мг):	25,83
Mg (мг):	18,10
Fe (мг):	1,61
C (мг):	19,31
B1 (мг):	0,08
B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Мясо замороженное дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо нарезают на куски массой 1,0-1,5 кг закладывают в горячую подсоленную воду, доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену, варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Отварное мясо нарезают соломкой. Овощи сортируют, моют и очищают: У помидоров удаляют место крепления плодоножки, у перца сладкого удаляют плодоножку с семенами, затем повторно промывают проточной водой. Помидоры и перец нарезают кубиком. Лук и чеснок нарезают мелко и припускают с добавлением масла растительного и томатной пасты, затем добавляют перец, помидоры, отварное мясо, доводят до кипения и тушат 5-10 минут до готовности в конце тушения посыпают базиликом сушенным. Сыр нарезают на куски, зачищают от корок (при необходимости), измельчают на терке. Макароны закладывают в кипящую подсоленную воду (в соотношении 1:6) без последующей промывки, варят до готовности, откидывают. Готовые макароны при порционировании поливают соусом, посыпают тертым сыром.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

Срок реализации:

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

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматов, духовых(жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Печень тушеная (говяжья)

Номер рецептуры: № 584 (3 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Печень тушеная (говяжья) охлажденная упакованная	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	16,70
Жиры (г):	7,80
Углеводы (г):	7,50
Энергетическая ценность (ккал):	167,00

Ca (мг):	341,82
Mg (мг):	30,67
Fe (мг):	11,75
C (мг):	56,10
B1 (мг):	0,51
B2 (мг):	3,73

Технология приготовления:

Упаковку вскрывают. Печень и соус разогревают отдельно. Печень перекладывают в гастростомку, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры не менее +85°C в центре продукта.

*Не подлежит повторному разогреву

Для буфет раздаточных: Готовую печень раскладывают 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.

Допускается подавать с соусом и гарниром.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 2. Для столовых сырьевых, доготовочных, буфет - раздаточных, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Печень тушеная (говяжья)

Номер рецептуры: № 584 (3 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Печень тушеная (говяжья) охлажденная упакованная	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	16,70
Жиры (г):	7,80
Углеводы (г):	7,50
Энергетическая ценность (ккал):	167,00

Ca (мг):	341,82
Mg (мг):	30,67
Fe (мг):	11,75
C (мг):	56,10
B1 (мг):	0,51
B2 (мг):	3,73

Технология приготовления:

Упаковку вскрывают. Перекладывают содержимое в гастростойкую емкость. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры не менее + 85°C в центре продукта.

* Не подлежит повторному разогреву.

Для буфет раздаточных: Готовую печень раскладывают 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.

Допускается подавать с соусом и гарниром.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов после разогрева

Технолог

Вариант 1. 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):

Печень тушеная (говяжья)

Номер рецептуры: № 584 (2 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Печень говяжья замороженная	204,82	170	20,482	17
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Соль	0,3	0,3	0,03	0,03
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	30,48
Жиры (г):	11,24
Углеводы (г):	0,05
Энергетическая ценность (ккал):	260,78

Ca (мг):	341,82
Mg (мг):	30,67
Fe (мг):	11,75
C (мг):	56,10
B1 (мг):	0,51
B2 (мг):	3,73

Технология приготовления:

Печень дефростируют. Подготовленную печень нарезают брусочками, заливают кипятком и припускают в небольшом количестве воды в течение 5 минут при помешивании, воду сливают. Добавляют масло сливочное, соль и тушат в течение 15 -25 минут до готовности.

Для буфет раздаточных: Готовую печень раскладывают 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. Допускается подавать с соусом и гарниром.

Температура подачи:

не ниже 65°C

Срок реализации:

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

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №1009

Вариант 1. 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):

Печенье песочное

Номер рецептуры: № ПП

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Печенье песочное ПП	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	7,50
Жиры (г):	9,80
Углеводы (г):	74,40
Энергетическая ценность (ккал):	417,00

Ca (мг):	29,00
Mg (мг):	20,00
Fe (мг):	2,10
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,08
B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Печенье порционируют или подают в индивидуальной упаковке

Температура подачи:

20 ±5°C

Срок реализации:

в соответствии с маркировкой производителя

Технолог

Вариант 1. 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):

Печенье

Номер рецептуры: № 1043

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Печенье ПП	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	7,50	Ca (мг):	29,00
Жиры (г):	9,80	Mg (мг):	20,00
Углеводы (г):	74,40	Fe (мг):	2,10
Энергетическая ценность (ккал):	417,00	C (мг):	0,00
		B1 (мг):	0,08
		B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Печенье порционируют или подают в индивидуальной упаковке

Температура подачи:

20 ±5°C

Срок реализации:

в соответствии с маркировкой производителя

Технолог

Вариант 1. 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):

Пирожок с вишневым джемом

Номер рецептуры: № 1141 (1 вариант)

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука Пшеничная	45,8	45,8	4,58	4,58
Сахар-песок	8,5	8,5	0,85	0,85
Вода	14,25	14,25	1,425	1,425
Масло сливочное	6,9	6,9	0,69	0,69
Дрожжи сухие	0,30	0,39	0,03	0,04
или дрожжи прессованные	1,54	1,54	0,15	0,15
Вода (для разведения дрожжей)	0,85	0,85	0,09	0,09
Соль	0,4	0,4	0,04	0,04
Масса дрожжевого теста:		77		7,7
Повидло вишня	30	30	3	3
Масса полуфабриката		107		10,7
Яйцо (для смазки)*	2	2	0,2	0,2
Мука Пшеничная	1,5	1,5	0,15	0,15
Масло растительное (д/смазки противня)	0,5	0,5	0,05	0,05
Выход:		100		10

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	5,46
Жиры (г):	7,05
Углеводы (г):	59,95
Энергетическая ценность (ккал):	324,67

Ca (мг):	13,37
Mg (мг):	8,05
Fe (мг):	0,68
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,08
B2 (мг):	0,04

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое: В подготовленную емкость вливают тёплую воду, добавляют предварительно разведенные в теплой воде дрожжи, сахар, соль, муку и все перемешивают в течении 7-8 минут. После этого вводят растопленное масло сливочное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и не будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость накрывают крышкой и оставляют для брожения. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 минуты и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной обминают 1 раз.

Формовка пирожка: Из готового теста формируют шарики, дают им расстояться 5-6 мин и раскатывают на круглые лепешки толщиной от 0,5 до 1 см. На середину каждой лепешки кладут повидло вишневый, защипывают края, придавая пирожку форму "лодочки".

Сформированные пирожки укладывают швом вниз на смазанные маслом растительным маслом емкости, оставляют для расстойки на 35 - 45 минут. За 5-10 минут перед выпечкой пирожки смазывают яйцом. Пирожки выпекают в жарочном или духовом шкафу при температуре 220-240°C в течение 15-20 минут.

При изготовлении в пароконвектомате выпекают при температуре 160°C в течение 15-17 минут.

Для буфет раздаточных: Готовые блюда раскладывают 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:

20 ±5°C

Срок реализации:

не более 16 часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №100184

Вариант 1. 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):

Пирожок с вишней

Номер рецептуры: № ПП

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Пирожок с вишней	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	5,00
Жиры (г):	7,50
Углеводы (г):	53,00
Энергетическая ценность (ккал):	300,00

Ca (мг):	21,00
Mg (мг):	31,00
Fe (мг):	1,40
C (мг):	0,00
B1 (мг):	0,12
B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Пирожки порционируют или подают в индивидуальной упаковке

Температура подачи:

20 ±5°C

Срок реализации:

в соответствии с маркировкой производителя

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

100174

Вариант 1. 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): **Пирожок с клубникой**

Номер рецептуры: № ПП

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Пирожок с клубникой ПП	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	12,10
Жиры (г):	1,60
Углеводы (г):	24,00
Энергетическая ценность (ккал):	145,60

Ca (мг):	16,35
Mg (мг):	7,68
Fe (мг):	0,75
C (мг):	8,23
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Пирожки порционируют или подают в индивидуальной упаковке.

Температура подачи: 20 ±5°C

Срок реализации: в соответствии с маркировкой производителя

Технолог _____

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и дотовочных. 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):

Пирожок с клубничным джемом

Номер рецептуры: № 1142 (1 вариант)

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Мука Пшеничная	45,80	45,80	4,58	4,58
Сахар-песок	8,50	8,50	0,85	0,85
Вода	14,25	14,25	1,43	1,43
Масло сливочное	6,90	6,90	0,69	0,69
Дрожжи сухие	0,30	0,30	0,03	0,03
или дрожжи прессованные	1,16	1,16	0,12	0,12
Вода (для разведения дрожжей)	0,85	0,85	0,09	0,09
Соль	0,40	0,40	0,04	0,04
Масса дрожжевого теста:		77		7,7
Повидло клубничное	30,00	30,00	3,00	3,00
Масса полуфабриката		107		10,7
Яйцо (для смазки)*	2,00	2,00	0,20	0,20
Мука Пшеничная	1,50	1,50	0,15	0,15
Масло растительное (д/смазки противня)	0,50	0,50	0,05	0,05
Выход:		100		10

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	5,31
Жиры (г):	7,03
Углеводы (г):	58,91
Энергетическая ценность (ккал):	319,76

Ca (мг):	16,46
Mg (мг):	9,95
Fe (мг):	0,93
C (мг):	25,20
B1 (мг):	0,08
B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое: В подготовленную емкость вливают теплую воду, добавляют предварительно разведенные в теплой воде дрожжи, сахар, соль, муку и все перемешивают в течении 7-8 минут. После этого вводят растопленное масло сливочное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и не будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость накрывают крышкой и оставляют для брожения. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 минуты и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной обминают 1 раз.

Формовка пирожка: Из готового теста формируют шарики, дают им расстаться 5-6 мин и раскатывают на круглые лепешки толщиной от 0,5 до 1 см. На середину каждой лепешки кладут повидло клубничное, зачищают края, придавая пирожку форму "лодочки".

Сформированные пирожки укладывают швом вниз на смазанные маслом растительным маслом емкости, оставляют для расстойки на 35 - 45 минут. За 5-10 минут перед выпечкой пирожки смазывают яйцом. Пирожки выпекают в жарочном или духовом шкафу при температуре 220-240°C в течение 15-20 минут. При изготовлении в пароконвектомате выпекают при температуре 160°C в течение 15-17 минут. Режимы и время тепловой обработки могут быть изменены в зависимости от используемого теплового оборудования.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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: 20 ±5°C

Срок реализации: не более 16 часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №100173

Вариант 1. 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):

Пирожок с яблоком

Номер рецептуры: № ПП

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Пирожок с яблоком	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	5,60	Ca (мг):	21,00
Жиры (г):	4,70	Mg (мг):	31,00
Углеводы (г):	53,70	Fe (мг):	1,40
Энергетическая ценность (ккал):	286,00	C (мг):	0,00
		B1 (мг):	0,12
		B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Пирожки порционируют или подают в индивидуальной упаковке

Температура подачи:

20 ±5°C

Срок реализации:

в соответствии с маркировкой производителя

Технолог

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование (пароконвектоматы, духовые (жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования (пароконвектоматов, духовых (жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Плов куриный**

Номер рецептуры: № 672 (3 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Плов куриный охлажденный упакованный	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 г

Белки (г):	9,48
Жиры (г):	11,28
Углеводы (г):	19,57
Энергетическая ценность (ккал):	209,42

Ca (мг):	13,90
Mg (мг):	22,35
Fe (мг):	0,96
C (мг):	2,72
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Упаковку вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры не менее +85°C в центре продукта. Готовое блюдо помещают в изотермическую тару, доставляют в буфет-раздаточный пищеблок. Гастроемкость с готовым блюдом ставят на мармиты или в тепловой шкаф или оставляют в изотермической таре, поддерживая температуру подачи.

*Не подлежит повторному разогреву.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

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

Технолог

Вариант 1. 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):

Плов куриный

Номер рецептуры: № 672 (1 вариант)

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	31,58	30,00	3,16	3,00
Масло растительное	1,05	1,05	0,11	0,11
Лук репчатый свежий	5,30	4,47	0,53	0,45
или Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4,47	4,47	0,45	0,45
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	10,00	10,00	1,00	1,00
или Морковь столовая свежая продовольственная	12,50	10,00	1,25	1,00
Томатная паста	2,85	2,85	0,29	0,29
Крупа Рисовая	25,00	25,00	2,50	2,50
Соль	0,76	0,76	0,08	0,08
Хмели-сунели	0,10	0,10	0,01	0,01
Вода	29,00	29,00	2,90	2,90
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	7,99
Жиры (г):	4,25
Углеводы (г):	21,16
Энергетическая ценность (ккал):	151,88

Ca (мг):	12,45
Mg (мг):	24,52
Fe (мг):	0,74
C (мг):	2,92
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное филе птицы нарезают кусочками весом 10-15 г. Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают. Морковь нарезают соломкой, лук нарезают мелким кубиком и припускают с добавлением томатной пасты и растительного масла. Нарезанное кусочками мясо птицы солят, припускают в течение 10-15 минут, добавляют припущенные овощи с маслом и томатной пастой. Мясо и овощи заливают водой, доводят до кипения, затем кладут промытую рисовую крупу и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, и оставляют томиться при слабом нагреве на 25-40 минут. При приготовлении блюда в пароконвектомате подготовленный рис закладывают в гастроемкость, сверху ровным слоем выкладывают припущенные в томатной пасте овощи и нарезанное мясо птицы, заливают горячим бульоном и/или водой, добавляют хмели-сунели, соль и варят без накрытия на режиме "Пар" в течении 30-40 минут до готовности. Режимы и время тепловой обработки могут быть изменены в зависимости от используемого теплового оборудования.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

Срок реализации:

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

Технолог

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования(пароконвектоматов, духовых(жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Плов мясной**

Номер рецептуры: № 585 (2 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Плов мясной охлажденный упакованный	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 г

Белки (г):	8,00
Жиры (г):	9,90
Углеводы (г):	16,60
Энергетическая ценность (ккал):	191,40

Ca (мг):	13,42
Mg (мг):	31,56
Fe (мг):	1,80
C (мг):	2,09
B1 (мг):	0,07
B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:

Упаковку вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры не менее +85°C в центре продукта. Готовое блюдо помещают в изотермическую тару, доставляют в буфет-раздаточный пищеблок. Гастроемкость с готовым блюдом ставят на мармиты или в тепловой шкаф или оставляют в изотермической таре, поддерживая температуру подачи.

*Не подлежит повторному разогреву.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

Срок 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 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):

Плов мясной

Номер рецептуры: № 585 (4 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина ДП крупный кусок (тазобедренная часть) замороженная	32,26	30,00	3,23	3,00
Масло растительное	1,05	1,05	0,11	0,11
Лук репчатый свежий	5,34	4,47	0,53	0,45
или Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4,47	4,47	0,45	0,45
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	9,50	9,50	0,95	0,95
или Морковь столовая свежая продовольственная	11,50	9,50	1,15	0,95
Томатная паста	2,85	2,85	0,29	0,29
Крупа Рисовая	25,00	25,00	2,50	2,50
Соль	0,76	0,76	0,08	0,08
Хмели-сунели	0,10	0,10	0,01	0,01
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	7,65
Жиры (г):	6,11
Углеводы (г):	21,06
Энергетическая ценность (ккал):	166,11

Ca (мг):	12,02
Mg (мг):	24,93
Fe (мг):	1,25
C (мг):	2,20
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают в проточной воде. Мясо замороженное дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо нарезают на куски массой 1,0-1,5 кг закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену, варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности, остужают, нарезают кубиком. Бульон процеживают. Подготовленные овощи нарезают: морковь соломкой, лук репчатый мелким кубиком. Измельченные овощи припускают в бульоне и/или воде (часть от рецептурной нормы) с добавлением томатной пасты и масла растительного. К отварному мясу добавляют припущенные овощи с томатной пастой, добавляют оставшуюся часть бульона и/или воды, соль, доводят до кипения, затем закладывают подготовленную рисовую крупу и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, и оставляют томиться при слабом нагреве на 25-40 минут. При приготовлении блюда в пароконвектомате подготовленный рис закладывают в гастроемкость, сверху ровным слоем выкладывают припущенные в томатной пасте овощи и нарезанное мясо, заливают горячим бульоном и/или водой, добавляют хмели-сунели, соль и варят без накрытия на режиме "Пар" в течении 30-40 минут до готовности. Режимы и время тепловой обработки могут быть изменены в зависимости от используемого теплового оборудования.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °C

Срок 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 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):

Поке с курицей и овощами (без заправки)

Номер рецептуры: № 188

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	35,79	34,00	3,58	3,40
Соль	0,30	0,30	0,03	0,03
Помидоры свежие	19,39	19,00	1,94	1,90
Огурцы свежие	18,37	18,00	1,84	1,80
Руккола	6,40	6,30	0,64	0,63
Оливки б/к (без учета заливки)	9,00	9,00	0,90	0,90
Киноа	5,63	5,63	0,56	0,56
Паприка сладкая молотая	0,57	0,57	0,06	0,06
Масло растительное	0,31	0,31	0,03	0,03
Вода	7,60	7,60	0,76	0,76
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	8,10
Жиры (г):	4,71
Углеводы (г):	4,87
Энергетическая ценность (ккал):	97,30

Ca (мг):	32,70
Mg (мг):	27,64
Fe (мг):	1,27
C (мг):	8,42
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше $-1,5^{\circ}\text{C}$ в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо птицы солят и посыпают паприкой, выкладывают в гастроемкость смазанную маслом растительным и запекают в режиме "Жар-Пар" при температуре $150-170^{\circ}\text{C}$ в течении 35-40 минут. Продукт считается готовым при достижения температуры в толще продукта не ниже 90°C . Запечённое мясо после охлаждения нарезают на слайсы или кубиком. Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями, рукколу перебирают и промывают, дают стечь лишней жидкости у помидоров и огурцов удаляют место крепления плодоножки, и выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Потребительскую упаковку с оливками промывают, вытирают насухо, вскрывают, откидывают на дуршлаг, дают стечь рассолу. Киноа перебирают и промывают. Подготовленную киноа засыпают в кипящую подсоленную воду в соотношении 1:2 варят до готовности без последующей промывки. Подготовленные помидоры и огурцы нарезают кубиком или брусочком, оливки при необходимости разрезают пополам. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения $4\pm 2^{\circ}\text{C}$),

Срок реализации:

заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и дотготовочных. 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):

Поке с курицей и сыром (без заправки)

Номер рецептуры: № 189

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	35,80	34,00	3,58	3,40
Паприка сладкая молотая	0,60	0,60	0,06	0,06
Масло растительное	0,30	0,30	0,03	0,03
Соль	0,30	0,30	0,03	0,03
Помидоры свежие	19,40	19,00	1,94	1,90
Огурцы свежие	18,40	18,00	1,84	1,80
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	7,10	6,00	0,71	0,60
или Салат Китайский (капуста пекинская)	7,10	6,00	0,71	0,60
Сыр полутвердый	8,20	8,10	0,82	0,81
Крупа Булгур	6,00	6,00	0,60	0,60
Соль	0,10	0,10	0,05	0,05
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	9,72
Жиры (г):	6,17
Углеводы (г):	5,15
Энергетическая ценность (ккал):	118,45

Ca (мг):	32,65
Mg (мг):	26,30
Fe (мг):	0,88
C (мг):	7,56
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°С в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо птицы солят и посыпают паприкой, выкладывают в гастродомкость смазанный маслом растительным и запекают в режиме "Жар-Пар" при температуре 150-170°С в течении 35-40 минут. Продукт считается готовым при достижении температуры в толще продукта не ниже 90°С. Запечённое мясо после охлаждения нарезают на слайсы или кубиком. Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями, у помидоров удаляют место крепления плодоножки, у салата листового удаляют 2-3 наружных листа и выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. У сыра срезают корки при необходимости, нарезают соломкой. Булгур перебирают и промывают. Подготовленный булгур засыпают в подсоленную воду в соотношении 1:2 варят до готовности без последующей промывки. Салат свежий рвут на сегменты. Подготовленные помидоры и огурцы нарезают кубиком или брусочком. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°С

Срок реализации:

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоке, работающие по типу буфет раздаточных

Вариант 1. 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):

Поке с овощами и яйцом (без заправки)

Номер рецептуры: № 190

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яйцо куриное*	38,00	38,00	3,80	3,80
Масло растительное	0,10	0,10	0,01	0,01
Помидоры свежие	19,39	19,00	1,94	1,90
Огурцы свежие	18,37	18,00	1,84	1,80
Капуста брокколи б/з	20,43	20,43	2,04	2,04
Крупа Рисовая	7,60	7,60	0,76	0,76
Соль	0,38	0,38	0,04	0,04
Масло растительное	0,03	0,03	0,003	0,003
Кунжут	0,48	0,48	0,05	0,05
Выход:		100		10

* Яйца обрабатывают согласно СанПиН и дезинфицирующих средств

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	6,38	Ca (мг):	48,15
Жиры (г):	4,93	Mg (мг):	21,01
Углеводы (г):	8,40	Fe (мг):	1,56
Энергетическая ценность (ккал):	101,26	C (мг):	18,07
		B1 (мг):	0,07
		B2 (мг):	0,21

Технология приготовления:

Обработанные яйца слегка взбивают, выливают тонким слоем в смазанную маслом растительным маслом емкость, запекают при 120-150°С в режиме "жар-пар" до готовности, охлаждают, нарезают соломкой.

Овощи сортируют, промывают, у помидоров и огурцов удаляют место крепления плодоножки, выдерживают в 10% растворе соли не менее 10 минут, с последующим ополаскиванием в проточной воде.

Помидоры нарезают долькой или ломтиком, огурцы - ломтиком.

Капусту брокколи б/з не дефrostируя погружают в кипящую воду, варят до размягчения, воду сливают, охлаждают, крупные соцветия разбирают по более мелким соцветиям. Крупу рисовую перебирают, промывают, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до размягчения зерен, воду сливают, рис заправляют растительным маслом, охлаждают. Допускается приготовление риса в пароконвектомате.

Кунжут подсушивают на сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета.

При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности, посыпают кунжутом.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14 °С

Срок реализации:

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°С),
заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):

Поке с овощами с сыром (без заправки)

Номер рецептуры: № 191

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Перец сладкий свежий	31,25	25,00	3,13	2,50
Помидоры свежие	20,41	20,00	2,04	2,00
Огурцы свежие	20,41	20,00	2,04	2,00
Салат листовой (Айсберг/Романо или др)	9,21	7,83	0,92	0,78
или Салат Китайский (капуста пекинская)	9,21	7,83	0,92	0,78
Сыр полутвердый	8,16	8,08	0,82	0,81
Крупа Булгур	6,00	6,00	0,60	0,60
Соль	0,10	0,10	0,05	0,05
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	3,39
Жиры (г):	2,55
Углеводы (г):	6,43
Энергетическая ценность (ккал):	108,61

Ca (мг):	31,02
Mg (мг):	21,79
Fe (мг):	0,69
C (мг):	57,28
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями, у помидор и огурцов удаляют место крепления плодоножки, у перца удаляют семенное гнездо и местокрепления плодоножки, салат свежий перебирают и промывают. Все овощи выдерживают в 10% растворе повареной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. У сыра срезают корки при необходимости, нарезают кубиком. Булгур перебирают и промывают. Подготовленный булгур засыпают в подсоленную воду в соотношении 1:2 варят до готовности без последующей промывки. Подготовленные овощи нарезают кубиком, листья салата рвут или нарезают шашками. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления,

Срок реализации:

Вариант 1. 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):Римская пицца

Номер рецептуры: № 1215

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Римская Пицца ПП	100	100	10,00	10,00
Выход:		100		10

* -

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	10,00	Ca (мг):	94,18
Жиры (г):	4,50	Mg (мг):	24,09
Углеводы (г):	24,50	Fe (мг):	1,53
Энергетическая ценность (ккал):	178,50	C (мг):	2,77
		B1 (мг):	0,12
		B2 (мг):	0,16

Технология приготовления:

Упаковку аккуратно вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость, при необходимости нарезают. Помещают в прогретый пароконвектомат в режиме "Жар", духовой шкаф или другое оборудование. Разогревают до температуры не менее +45°С в центре продукта при 180°С в течении 4-5 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 45° С

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

Технолог_____

Вариант 1. 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): **Рисовая лапша с морепродуктами**

Номер рецептуры: № 537

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Кальмар филе с/м	10,53	10,00	1,05	1,00
Филе б/к трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное ДП	15,20	14,44	1,52	1,44
или Филе горбуши с/м б/к	15,20	14,44	1,52	1,44
Лапша рисовая	22,91	22,91	2,29	2,29
Соль	0,95	0,95	0,10	0,10
Масло растительное	2,00	2,00	0,20	0,20
Перец сладкий б/з	13,00	13,00	1,30	1,30
Кабачок б/з	12,73	12,73	1,27	1,27
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	14,90	14,90	1,49	1,49
или Морковь столовая свежая продовольственная	17,88	14,90	1,79	1,49
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	6,82	6,82	0,68	0,68
или Лук репчатый	7,80	6,82	0,78	0,68
Соевый соус	3,41	3,41	0,34	0,34
Масло растительное	2,00	2,00	0,20	0,20
Кунжут	0,48	0,48	0,05	0,05
Лук зеленый	0,68	0,50	0,07	0,05
Выход: 40 соус/ 60 лапша		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	6,37
Жиры (г):	4,79
Углеводы (г):	20,98
Энергетическая ценность (ккал):	157,59

Ca (мг):	80,01
Mg (мг):	30,28
Fe (мг):	0,79
C (мг):	11,41
B1 (мг):	0,07
B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Кальмар филе с/м и филе рыбы дефростируют, доччищают при необходимости, промывают проточной водой. Кальмар закладывает в кипяченую горячую воду и отваривают 1-2 минуту. Подготовленное филе рыбы, заливают водой и припускают на плите или в пароконвектомате в режиме "Пар" до готовности, охлаждают, удаляют кожу, кости при наличии и разбирают на сегменты. Отварной кальмар нарезают соломкой. Овощи и зеленый лук сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. Обработанную морковь нарезают соломкой, зеленый лук - кольцами под углом, лук репчатый - мелким кубиком. Морковь, лук репчатый, перец б/з, кабачок б/з не дефростируя припускают в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла (часть от рецептурной нормы) до размягчения овощей, добавляют соевый соус, кальмары, рыбу, зеленый лук, и доводят до готовности. Лапшу рисовую варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) до готовности без последующего промывания. Сваренную лапшу откидывают, после стекания воды заправляют растительным маслом. Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при 130-150°C в течении 5-7 минут. При порционировании на лапшу выкладывают овощную смесь с морепродуктами, посыпают кунжутом.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

Срок 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 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):Рисовая лапша с птицей

Номер рецептуры: № 475

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из индейки бескостные ДП замороженные или п/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	32,48	30,36	3,25	3,04
Лапша рисовая	26,82	26,82	2,68	2,68
Соль	1,0	1,00	0,10	0,10
Масло растительное	1,2	1,20	0,12	0,12
Перец сладкий б/з	14,5	14,50	1,45	1,45
Кабачок б/з	13,4	13,40	1,34	1,34
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	15,7	15,70	1,57	1,57
или Морковь столовая свежая продовольственная	19,60	15,70	1,96	1,57
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	7,18	7,18	0,72	0,72
Лук репчатый	8,50	7,18	0,85	0,72
Соевый соус	6,82	6,82	0,68	0,68
Кунжут	0,73	0,73	0,07	0,07
Лук зеленый	1,5	1,18	0,15	0,12
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	8,78	Ca (мг):	36,12
Жиры (г):	8,54	Mg (мг):	27,75
Углеводы (г):	24,20	Fe (мг):	1,18
Энергетическая ценность (ккал):	214,74	C (мг):	12,38
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:
Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры в толще не более -1,5°С, промывают, нарезают брусочком запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170°С в течении 20-30 минут, до температуры в толще не менее 90°С. Овощи и зеленый лук сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. Обработанную морковь нарезают соломкой, зеленый лук - кольцами под углом, лук репчатый - мелким кубиком. Морковь, лук репчатый, перец б/з, кабачок б/з не дефростируя припускают в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла (часть от рецептурной нормы) до размягчения овощей, добавляют соевый соус, мясо птицы, зеленый лук, и доводят до готовности. Лапшу рисовую варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) до готовности без последующего промывания. Сваренную лапшу откидывают, после стекания воды заправляют растительным маслом. Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при 130-150°С в течении 5-7 минут. При порционировании на лапшу выкладывают овощную смесь с птицей, посыпают кунжутом.

Температура подачи:не ниже 65°С

Срок реализации:не более 2-х часов после приготовления

Технолог

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и дотоготовочных. 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):

РУСбургер

Номер рецептуры: № 1298

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Булочка с кунжутом ПП	35,70	35,70	3,57	3,57
Котлета из говядины ПП	42,80	42,80	4,28	4,28
Масса готовой котлеты:		32,14		3,21
Помидоры свежие	7,11	6,96	0,71	0,70
Огурцы консервированные (без уксуса) (без учета заливки)	6,96	6,96	0,70	0,70
Сыр полутвердый	6,40	6,34	0,64	0,63
Томатная паста	6,34	6,34	0,63	0,63
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	9,7	8,24	0,97	0,82
или Салат Китайский (капуста пекинская)	9,7	8,24	0,97	0,82
Масло растительное	0,69	0,69	0,07	0,07
Выход:		100		10

* допускается изменение веса котлеты в зависимости от производителя

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	14,49
Жиры (г):	10,94
Углеводы (г):	20,32
Энергетическая ценность (ккал):	240,54

Ca (мг):	40,26
Mg (мг):	17,54
Fe (мг):	1,39
C (мг):	7,21
B1 (мг):	0,04
B2 (мг):	0,12

Технология приготовления:

Котлеты из говядины выкладывают в емкость, смазанную растительным маслом, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 °С в течение 15-20 минут или в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 160-180°С в течение 12-15 минут до готовности. Потребительскую упаковку с огурцами консервированными промывают, вытирают насухо. Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают. У помидоров удаляют место крепления плодоножки, у капусты пекинской удаляют 2-3 наружных листа, повторно промывают в проточной воде, дают стечь лишней влаге, нарезают соломкой. Затем все свежие овощи замачивают в 10% р-ре соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой. Огурцы консервированные и помидоры нарезают кружочками. Сыр нарезают тонкими ломтиками. Булочку дефростируют при 4±2°С не более 4-х часов (повторное замораживание продукта не допускается), разрезают пополам (при необходимости), нижнюю часть булочки смазывают томатной пастой, на нижнюю часть булочки выкладывают: нарезанную пекинскую капусту, котлету говяжью, сыр, консервированные огурцы, помидоры, прижимают верхней частью булочки. Собранный РУСбургер запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170°С в течении 5-7 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 45 °С

Срок 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 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): **Ряженка**

Номер рецептуры: № 945

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Ряженка	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	3,90
Жиры (г):	2,50
Углеводы (г):	4,20
Энергетическая ценность (ккал):	54,0

Ca (мг):	200,00
Mg (мг):	19,00
Fe (мг):	0,10
C (мг):	1,00
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,27

Примечание: допускается выдать ряженку емкостью 0,2 л в упаковке.

Технология приготовления:

Ёмкости с ряженкой протирают. Непосредственно перед употреблением вскрывают и разливают по стаканам. Ряженку поступившую в упаковке емкостью 0,2 л подают без разлива в стаканы, а стаканы подают отдельно (при необходимости).

Температура подачи: не выше 20°C

Срок реализации: не более 1-го часа с момента нарушения герметичности упаковки.

Технолог _____

Вариант 1. 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):

Салат "Авангард" (без заправки)

Номер рецептуры: № 193

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	40,00	38,00	4,00	3,80
Яйцо куриное*	20,00	20,00	2,00	2,00
Ананас консервированный	20,00	20,00	2,00	2,00
Сыр полутвердый	14,14	14,10	1,41	1,41
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	9,41	8,00	0,94	0,80
или Салат Китайский (капуста пекинская)	9,41	8,00	0,94	0,80
Соль	0,64	0,64	0,06	0,06
Выход:		100		10

* -Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	13,43
Жиры (г):	10,20
Углеводы (г):	2,66
Энергетическая ценность (ккал):	158,48

Ca (мг):	52,58
Mg (мг):	17,80
Fe (мг):	1,13
C (мг):	5,20
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,20

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо птицы солят выкладывают в гастроемкость и запекают в режиме "Жар-Пар" при температуре 150-170°C в течении 35-40 минут. Продукт считается готовым при достижения температуры в толще продукта не ниже 90 С. Запечённое мясо птицы охлаждают и нарезают кубиком. У салата свежего удаляют 2-3 гаружных листа, моют и очищают, повторно промывают проточной водой, затем замачивают в 10 % р-ре соли, промывают, оставляют для стекания лишней влаги, после просыхания рвут на сегменты. Потребительскую упаковку ананаса консервированного промывают, вытирают насухо, вскрывают, сироп сливают. Ананас нарезают дольками. Сыр нарезают на куски, зачищают от корки (при необходимости). Подготовленный сыр нарезают кубиком или натирают. Обработанные яйца погружают в воду и варят после закипания в течение 8-10 мин, остужают, очищают от скорлупы, нарезают дольками. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14 °C

не заправленного салата не более 3-х часов

(при температуре хранения 4±2°C),

заправленного - не более 30 минут с момента

приготовления, включая время доставки на

пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Срок реализации:

Вариант 1. 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):

Салат "Аджасандал"

Номер рецептуры: № 32

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Баклажаны свежие	39,90	38,00	3,99	3,80
или Баклажан б/з	38,00	38,00	3,80	3,80
Перец сладкий свежий	42,50	34,00	4,25	3,40
Лук репчатый свежий	19,90	17,10	1,99	1,71
или Лук репчатый свежий очищенный	17,10	17,10	1,71	1,71
Помидоры свежие	32,96	32,30	3,30	3,23
Масло растительное	0,78	0,78	0,08	0,08
Чеснок	0,89	0,67	0,09	0,07
Петрушка (зелень)	0,41	0,30	0,04	0,03
Соль	0,38	0,38	0,04	0,04
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	1,55
Жиры (г):	0,96
Углеводы (г):	6,23
Энергетическая ценность (ккал):	99,54

Ca (мг):	21,58
Mg (мг):	15,20
Fe (мг):	0,78
C (мг):	80,21
B1 (мг):	0,07
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Овощи, зелень сортируют, моют и очищают, у помидоров, баклажан свежих удаляют место крепления плодоножки, у перца сладкого удаляют плодоножку с семенами, у петрушки удаляют стебель, затем петрушку выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. При использовании очищенного сырья: овощи промывают под проточной водой. Баклажаны свежие нарезают средним кубиком, солят и оставляют на 10-15 минут (для просаливания баклажана и выделения горечи) дают стечь влаге. При использовании баклажанов б/з, баклажаны не размораживая смешивают с нарезанными ингредиентами. Подготовленные овощи нарезают: баклажаны свежие, помидоры свежие, перец сладкий свежий - кубиком, лук репчатый-мелким кубиком. Чеснок сортируют, очищают от шелухи, промывают, измельчают. Петрушку измельчают. Нарезанные овощи перемешивают, солят, добавляют масло растительное запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-160 С 25-30 минут. За 5 минут до готовности добавляют, чеснок. Готовое блюдо посыпают петрушкой и охлаждают.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):Салат "Азиатский" (без заправки)

Номер рецептуры: № 194

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	26,32	25,00	2,63	2,50
Соль	0,10	0,10	0,01	0,01
Ананас консервированный	19,00	19,00	1,90	1,90
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	14,08	11,97	1,408	1,197
или Салат Китайский (капуста пекинская)	14,08	11,97	1,408	1,197
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	14,00	14,00	1,40	1,40
или Морковь столовая свежая продовольственная	16,80	14,00	1,68	1,40
Оливки б/к (без учета заливки)	12,00	12,00	1,20	1,20
Перец сладкий свежий	22,50	18,00	2,25	1,80
Паприка сладкая молотая	0,06	0,06	0,006	0,006
Масло растительное	0,31	0,31	0,031	0,031
Выход:		100		10

* после 1 марта, нарезанную морковь бланшируют

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	5,64	Ca (мг):	24,54
Жиры (г):	3,67	Mg (мг):	15,01
Углеводы (г):	4,67	Fe (мг):	0,94
Энергетическая ценность (ккал):	107,49	C (мг):	41,59
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°С в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо птицы солят и посыпают паприкой, выкладывают в гастроемкость смазанную маслом растительным, запекают в пароконвектомате в режиме Жар 150-170 С 35-40 минут до достижения в центре продукта не ниже 90°С. Запеченную птицу охлаждают и нарезают на слайсы. Овощи сортируют, моют и очищают, у перца удаляют плодоножку с семенами, затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости, нарезают кубиком. Обработаную морковь нарезают соломкой, салат свежий после просыхания рвут. Потребительскую упаковку ананасов и оливок промывают, вытирают насухо, вскрывают, сироп сливают. Ананас нарезают ломтиком, оливки при необходимости нарезают пополам. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускаектся смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:не выше 14°С

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°С),
Срок реализации:заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Вариант 1. 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):

Салат «Греческий» (без заправки)

Номер рецептуры: № 196

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сыр полутвердый	6,06	6,00	0,61	0,60
Огурцы свежие	36,73	36,00	3,67	3,60
Перец сладкий свежий	45,00	36,00	4,50	3,60
Помидоры свежие	30,61	30,00	3,06	3,00
Лук репчатый свежий	11,40	9,60	1,14	0,96
или Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	9,60	9,60	0,96	0,96
Оливки б/к (без учета заливки)	4,80	4,80	0,48	0,48
Соль	0,80	0,80	0,08	0,08
Выход:		120		12

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	2,22
Жиры (г):	1,88
Углеводы (г):	3,95
Энергетическая ценность (ккал):	94,92

Ca (мг):	32,49
Mg (мг):	14,48
Fe (мг):	0,82
C (мг):	70,15
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают: у помидоров и огурцов удаляют место крепления плодоножки, у перца сладкого удаляют плодоножку с семенами. Затем все овощи замачивают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Потребительскую упаковку оливок консервированных промывают, вытирают насухо, вскрывают, рассол сливают. Лук нарезают соломкой или мелким кубиком, допускается проблашировать, помидоры, перец сладкий свежий и огурцы - ломтиком или средним кубиком, оливки нарезают по необходимости. Сыр - натирают на терке или нарезают кубиком. Все ингредиенты соединяют и перемешивают, солят. Сыр кладут сверху овощей.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14 °C

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),

Срок реализации:

заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Вариант 1. 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):

Салат «Греческий» с брынзой (без заправки)

Номер рецептуры: № 197

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сыр брынза	6,06	6,00	0,61	0,60
Огурцы свежие	30,61	30,00	3,06	3,00
Перец сладкий свежий	37,50	30,00	3,75	3,00
Помидоры свежие	25,51	25,00	2,55	2,50
Оливки б/к (без учета заливки)	4,00	4,00	0,40	0,40
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	7,06	6,00	0,71	0,60
или Салат Китайский (капуста пекинская)	7,06	6,00	0,71	0,60
Базилик сушеный	0,07	0,07	0,01	0,01
Выход:		100		10

* -

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	2,33
Жиры (г):	1,54
Углеводы (г):	3,43
Энергетическая ценность (ккал):	90,00

Ca (мг):	55,44
Mg (мг):	13,32
Fe (мг):	0,75
C (мг):	69,54
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,06

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают: у помидоров и огурцов удаляют место крепления плодоножки, у перца сладкого удаляют плодоножку с семенами. Затем все овощи и салат замачивают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости Потребительскую упаковку с оливками промывают, вытирают насухо, вскрывают, рассол сливают. Огурцы, помидоры, перец сладкий нарезают кубиком, сыр брынзу - кубиком или целым порционным кусочком, салат - рвут. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности, посыпают сушеным базиликом.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения $4\pm 2^{\circ}\text{C}$),
заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Срок реализации:

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и дотовочных. 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):

Салат «Грузинский» (без заправки)

Номер рецептуры: № 198

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры свежие	48,98	48,00	4,90	4,80
Огурцы свежие	48,98	48,00	4,90	4,80
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	5,00	5,00	0,50	0,50
или Лук репчатый свежий	6,00	5,00	0,60	0,50
Чеснок	0,25	0,22	0,03	0,02
Петрушка (зелень)	0,41	0,32	0,04	0,03
Выход:		100		10

* после 1 марта, нарезанный лук бланшируют

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	1,01
Жиры (г):	0,16
Углеводы (г):	3,51
Энергетическая ценность (ккал):	20,72

Ca (мг):	20,40
Mg (мг):	17,34
Fe (мг):	0,77
C (мг):	17,78
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,04

Технология приготовления:

Овощи, зелень сортируют, моют и очищают: у помидоров и огурцов удаляют место крепления плодоножки, затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Чеснок очищают от шелухи, промывают. Подготовленные овощи нарезают: помидоры и огурец - ломтиком, лук-шинкуют, допускается проблашировать, чеснок и петрушку мелко рубят. Подготовленные ингредиенты перемешивают.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),

Срок реализации:

заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Салат "Кобб" (без заправки)

Номер рецептуры: № 201

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	22,11	21,00	2,21	2,10
Помидоры свежие	25,50	25,00	2,55	2,50
Яйцо куриное	16,00	16,00	1,60	1,60
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	10,59	9,00	1,06	0,90
или Салат Китайский (капуста пекинская)	10,59	9,00	1,06	0,90
Огурцы консервированные (без уксуса) (без учета заливки)	13,00	13,00	1,30	1,30
Перец сладкий свежий	20,00	16,00	2,00	1,60
Паприка сладкая молотая	0,29	0,29	0,03	0,03
Масло растительное	0,31	0,31	0,03	0,03
Соль	0,29	0,29	0,03	0,03
Выход:		100		10

* -Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр:

Белки (г):	6,84
Жиры (г):	4,30
Углеводы (г):	2,27
Энергетическая ценность (ккал):	104,59

Ca (мг):	21,34
Mg (мг):	14,75
Fe (мг):	1,04
C (мг):	39,64
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,13

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо птицы солят и посыпают паприкой, выкладывают в смазанную растительным маслом гастроемкость и запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-Пар" при температуре 150-170 C в течении 35-40 минут до достижения температуры в центре продукта не менее 90 C. Запеченную птицу охлаждают и нарезают кубиком. Овощи сортируют, моют и очищают, у салата листового удаляют 2-3 наружных листа, у перца удаляют плодоножку с семенами, у помидоров удаляют место крепления плодоножки, затем все овощи выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Подготовленный салат листовой после просыхания рвут. Потребительскую упаковку с огурцами солеными промывают, вытирают насухо, вскрывают, рассол сливают, огурцы нарезают кубиком. Обработанный перец нарезают кубиком, а помидор - на четвертинки. Обработанные яйца погружают в воду и варят после закипания в течение 8-10 мин, остужают, очищают от скорлупы, охлаждают, нарезают кубиком. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),
заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Вариант 1. 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):Салат «Крабовый» (без заправки)
Номер рецептуры: № 204

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Крупа рисовая	14,00	14,00	1,40	1,40
Вода	9,50	9,50	0,95	0,95
Соль	0,10	0,10	0,01	0,01
Крабовые палочки	20,00	20,00	2,00	2,00
Кукуруза консервированная (без учета заливки)	15,00	15,00	1,50	1,50
Огурцы свежие	10,20	10,00	1,02	1,00
Яйцо куриное*	18,00	18,00	1,80	1,80
Выход:		100		10

* Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	6,41	Ca (мг):	31,27
Жиры (г):	3,06	Mg (мг):	34,78
Углеводы (г):	23,20	Fe (мг):	1,29
Энергетическая ценность (ккал):	144,03	C (мг):	1,00
		B1 (мг):	0,09
		B2 (мг):	0,13

Технология приготовления:

Упаковку с кукурузой промывают, вытирают насухо, вскрывают, заливку сливают. Овощи сортируют, моют и очищают у огурцов удаляют место крепления плодоножки, затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Крабовые палочки освобождают от упаковки. Крупу тщательно перебирают и промывают. Подготовленный рис засыпают в кипящую подсоленную воду (6 л воды на 1 кг крупы рисовой) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают, охлаждают. Обработанные яйца погружают в воду и варят после закипания в течение 8-10 мин, остужают, очищают от скорлупы. Яйца вареные, огурцы свежие, крабовые палочки нарезают кубиком. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:не выше 14°С

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°С),
заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Срок реализации:

Вариант 1. 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):

Салат "Крымский" (без заправки)

Номер рецептуры: № 205

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Помидоры свежие	91,80	90,00	9,18	9,00
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	9,70	9,70	0,97	0,97
<i>или</i> Лук репчатый свежий	11,50	9,70	1,15	0,97
Петрушка (зелень)	0,41	0,30	0,04	0,03
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	1,14
Жиры (г):	0,20
Углеводы (г):	4,24
Энергетическая ценность (ккал):	25,73

Ca (мг):	16,35
Mg (мг):	19,62
Fe (мг):	0,89
C (мг):	23,93
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,04

Технология приготовления:

Овощи и зелень сортируют, моют и очищают: у помидоров удаляют место крепления плодоножки, лук очищают, у петрушки удаляют стебель при необходимости, затем овощи и зелень выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, оставляют для стекания лишней жидкости. Помидоры нарезают ломтиком или долькой, зелень измельчают, лук нарезают соломкой, допускается проблашировать. Подготовленные ингредиенты перемешивают.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

не заправленного салата не более 3-х часов
(при температуре хранения 4±2°C),

заправленного - не более 30 минут с момента
приготовления, включая время доставки на

пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Срок реализации:

Технолог

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Салат "Мексиканский с курицей" (без заправки)

Номер рецептуры: № 207

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	30,00	28,50	3,00	2,85
Масло растительное	0,26	0,26	0,03	0,03
Соль	0,29	0,29	0,03	0,03
Перец сладкий свежий	14,88	11,90	1,49	1,19
Помидоры свежие	25,79	25,27	2,58	2,53
Фасоль консервированная (без учета заливки)	19,00	19,00	1,90	1,90
Кукуруза консервированная без учета заливки	19,00	19,00	1,90	1,90
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	6,99	5,94	0,69	0,59
или Салат Китайский (капуста пекинская)	6,99	5,94	0,69	0,59
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	9,44
Жиры (г):	4,11
Углеводы (г):	16,22
Энергетическая ценность (ккал):	164,91

Ca (мг):	42,33
Mg (мг):	41,52
Fe (мг):	1,30
C (мг):	30,94
B1 (мг):	0,14
B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо птицы солят, выкладывают в гастростомость смазанную маслом растительным и запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-Пар" при температуре 150-160° С в течении 25-30 минут, охлаждают. Овощи сортируют, моют и очищают: у помидоров удаляют место крепления плодоножки, у перца сладкого удаляют плодоножку с семенами, у салата листового удаляют 2-3 наружных листа. Затем все овощи замачивают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Потребительскую упаковку кукурузы и фасоли консервированной промывают, вытирают насухо, вскрывают, рассол сливают. Овощи нарезают: перец сладкий и помидоры - кубиком. Запечённое мясо птицы кубиком или ломтиком. Салат рвут или режут шашками. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),
заправленного - не более 30 минут с момента приготовления ,включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):

Салат "Средиземноморский" без заправки)

Номер рецептуры: № 210

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сыр полутвердый	8,16	8,08	0,82	0,81
Огурцы свежие	34,69	34,00	3,47	3,40
Перец сладкий свежий	32,50	26,00	3,25	2,60
Помидоры свежие	24,49	24,00	2,45	2,40
Оливки б/к (без учета заливки)	9,00	9,00	0,90	0,90
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	2,84
Жиры (г):	3,11
Углеводы (г):	3,32
Энергетическая ценность (ккал):	99,20

Ca (мг):	39,49
Mg (мг):	14,57
Fe (мг):	0,93
C (мг):	61,59
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают: у помидоров и огурцов удаляют место крепления плодоножки, у перца сладкого удаляют плодоножку с семенами. Затем все овощи замачивают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Потребительскую упаковку оливок консервированных промывают, вытирают насухо, вскрывают, рассол сливают. Помидоры, перец сладкий свежий и огурцы нарезают ломтиком или средним кубиком, оливки нарезают по необходимости. Сыр - натирают на терке или нарезают кубиком. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14 °С

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°С),

Срок реализации:

заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Вариант 1. 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): Салат "Табуле" (без заправки)
Номер рецептуры: № 212

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Булгур	14,00	14,00	1,40	1,40
Вода	35,70	35,70	3,57	3,57
Огурцы свежие	29,85	29,25	2,99	2,93
Помидоры свежие	31,51	30,88	3,15	3,09
Петрушка (зелень)	0,41	0,30	0,04	0,03
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	2,31
Жиры (г):	0,27
Углеводы (г):	10,80
Энергетическая ценность (ккал):	59,53

Ca (мг):	16,69
Mg (мг):	33,49
Fe (мг):	0,80
C (мг):	11,10
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,04

Технология приготовления:

Помидоры, огурцы, зелень перебирают, сортируют, моют и очищают, у зелени удаляют стебель, у помидоров и огурцов удаляют место крепления плодоножки, выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Подготовленные овощи нарезают кубиком. Подготовленный булгур засыпают в кипящую воду в соотношении 1/3, варят до готовности без последующей промывки, охлаждают. Допускается готовить булгур в пароконвектомате при следующем режиме: "Пар". Зелень (петрушку) нарезают. Отварной булгур смешивают с овощам и рубленной зеленью.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи: не выше 14°C

Срок реализации:

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных
заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблок

Вариант 1. 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):

Салат из хрустящих баклажанов (без заправки)

Номер рецептуры: № 200

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Баклажаны свежие	126,00	120,00	12,60	12,00
или Баклажан б/з	120,00	120,00	12,00	12,00
Помидоры свежие	32,96	32,30	3,30	3,23
Масло растительное	2,09	2,09	0,21	0,21
Петрушка (зелень)	0,41	0,30	0,04	0,03
Перец сладкий свежий	22,63	18,11	2,26	1,81
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	10,45	10,45	1,05	1,05
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	2,83
Жиры (г):	2,59
Углеводы (г):	12,91
Энергетическая ценность (ккал):	117,40

Ca (мг):	27,17
Mg (мг):	20,14
Fe (мг):	0,99
C (мг):	50,74
B1 (мг):	0,09
B2 (мг):	0,09

Технология приготовления:

Овощи, зелень сортируют, моют и очищают: у петрушки удаляют стебель, у помидоров удаляют место крепления плодоножки, у перца сладкого удаляют плодоножку с семенами, затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Баклажаны свежие нарезают средним кубиком, солят и оставляют на 10-15 минут (для просаливания баклажана и выделения горечи) дают стечь влаге затем выкладывают в гастроемкость смазанную маслом растительным и запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-180°C в течении 15-20 минут. Допускается использовать баклажаны б/з, не размораживая выкладывая их в гастроемкость. Помидоры и перец свежий нарезают кубиком, зелень мелко рубят. Хлеб пшеничный нарезают кубиками размером 10 на 10 мм, кладут в емкость и подсушивают в жарочном, духовом шкафу при температуре 160-180°C или в пароконвектомате при температуре 90-120°C в режиме «Жар» в течение 20-30 минут, периодически перемешивая, до хрустящего состояния. Запечённые баклажаны, помидоры, перец, рубленую зелень смешивают сверху выкладывают сухарики.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

Срок реализации:

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),
заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Салат "Нисуаз" (без заправки)

Номер рецептуры: № 208

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лосось консервированный	20,00	20,00	2,00	2,00
Помидоры свежие	20,65	20,24	2,07	2,02
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	20,24	20,24	2,02	2,02
или Картофель свежий продовольственный	28,91	20,24	2,89	2,02
Яйцо куриное	15,77	15,77	1,58	1,58
Салат листовой (Айсберг/Романо или др)	12,46	10,59	1,25	1,06
или Салат Китайский (капуста пекинская)	12,46	10,59	1,25	1,06
Фасоль стручковая б/з	15,00	15,00	1,50	1,50
Выход:		100		10

* Яйца обрабатывают согласно СанПиН и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	7,28
Жиры (г):	3,15
Углеводы (г):	4,82
Энергетическая ценность (ккал):	77,33

Ca (мг):	76,20
Mg (мг):	26,43
Fe (мг):	1,15
C (мг):	10,38
B1 (мг):	0,07
B2 (мг):	0,15

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают в проточной воде. Допускается картофель свежий очищенный полуфабрикат, поместить в кипящую воду и прокипятить в течении 5-7 минут. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Картофель отваривают до готовности, очищают и нарезают ломтиком. Помидоры, салат сортируют, моют, выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем удаляют место крепления плодоножки, листья салата рвут или нарезают шашками. Помидоры нарезают дольками. Фасоль стручковую припускают до готовности. Обработанные яйца погружают в воду и варят после закипания в течение 8-10 мин, остужают, очищают от скорлупы и нарезают дольками. Потребительскую упаковку с лососем промывают, вытирают насухо, вскрывают, рыбу перебирают, удаляют остатки кожи и костей при необходимости. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),

заправленного - не более 30 минут с момента

приготовления, включая время доставки на

пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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): Салат "Фреш" (без заправки)
Номер рецептуры: № 214
Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Редис красный свежий	54,70	52,00	5,47	5,20
Огурцы свежие	48,98	48,00	4,90	4,80
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	1,01
Жиры (г):	0,10
Углеводы (г):	2,97
Энергетическая ценность (ккал):	17,12

Ca (мг):	31,32
Mg (мг):	13,48
Fe (мг):	0,81
C (мг):	17,80
B1 (мг):	0,02
B2 (мг):	0,04

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают у огурцов удаляют место крепления плодоножки, выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Подготовленные овощи нарезают ломтиком или кружочком. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.
*Допускается смешивание ингредиентов.
Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи: не выше 14 °С

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°С),
заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Срок реализации:

Вариант 1. 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):

Салат "Фунчоза с овощами" (без заправки)

Номер рецептуры: № 215

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Фунчоза	9,00	9,00	0,90	0,90
Масло растительное	0,78	0,78	0,08	0,08
Выход готовой фунчозы:		20,00		2,00
Кунжут	0,48	0,48	0,05	0,05
Фасоль стручковая б/з	20,00	20,00	2,00	2,00
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	26,00	26,00	2,60	2,60
или Морковь столовая свежая продовольственная	30,90	26,00	3,09	2,60
Перец сладкий свежий	23,75	19,00	2,38	1,90
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	1,20
Жиры (г):	1,13
Углеводы (г):	11,09
Энергетическая ценность (ккал):	93,02

Ca (мг):	30,79
Mg (мг):	19,25
Fe (мг):	0,77
C (мг):	43,30
B1 (мг):	0,07
B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, у перца сладкого удаляют плодоножку с семенами, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: упаковку моют и протирают, овощи промывают. Фунчозу заливают горячей прокипяченной водой (в соотношении 1:6), накрывают крышкой, упаривают в течении 5-10 минут, после чего откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют растительным маслом (часть от рецептура). Обработанную морковь, перец сладкий свежий, нарезают соломкой. Нарезанную морковь припускают с добавлением растительного масла 10-15 минут, затем добавляют перец сладкий свежий, фасоль стручковую б/з (не дефростируя) и припускают до готовности (овощи должны сохранять свою структуру). Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при 130-150°C в течении 5-7 минут. Готовые овощи перемешивают с фунчозой, посыпают кунжутом.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),

заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоке, работающие по типу буфет раздаточных

Срок реализации:

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Салат "Фьюжн" (без заправки)

Номер рецептуры: № 216

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	18,95	18,00	1,90	1,80
Ветчина детская	22,68	22,00	2,27	2,20
Кукуруза консервированная(без учета заливки)	30,00	30,00	3,00	3,00
Огурцы свежие	20,30	20,00	2,03	2,00
Перец сладкий свежий	25,00	20,00	2,50	2,00
Сыр полутвердый	4,04	4,00	0,40	0,40
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	12,95
Жиры (г):	9,05
Углеводы (г):	19,52
Энергетическая ценность (ккал):	246,73

Ca (мг):	49,44
Mg (мг):	48,10
Fe (мг):	2,12
C (мг):	42,44
B1 (мг):	0,15
B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры в толще не более -1,5°C, промывают холодной проточной водой. Подготовленное мясо птицы закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают образовавшуюся пену, варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности, охлаждают. Сыр нарезают на куски, зачищают от корки (при необходимости). Потребительскую упаковку кукурузы консервированной промывают, вытирают насухо, вскрывают, рассол сливают. Овощи сортируют, моют и очищают, удаляют плодоножку с семенами у перца и место крепления плодоножки у огурцов, затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. С ветчины удаляют шпигат и оболочку. Отварное мясо птицы и ветчину - нарезают соломкой. Подготовленный перец свежий, огурец свежий нарезают соломкой, сыр натирают на терке. Все ингредиенты перемешивают, сверху посыпают тертым сыром.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14 °C

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),

Срок реализации:

заправленного - не более 30 минут с момента приготовления ,включая время доставки на пищеблоке, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):

Салат "Цезарь" (без заправки)

Номер рецептуры: № 217

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	47,37	45,00	4,74	4,50
Помидоры свежие	25,51	25,00	2,55	2,50
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	15,00	15,00	1,50	1,50
Салат листовой (Айсберг/Романо)	28,24	24,00	2,82	2,40
или Салат китайский (капуста пекинская)	28,24	24,00	2,82	2,40
Масло растительное	0,63	0,63	0,06	0,06
Сыр полутвердый	3,54	3,50	0,35	0,35
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	11,29
Жиры (г):	6,58
Углеводы (г):	9,18
Энергетическая ценность (ккал):	143,53

Ca (мг):	23,54
Mg (мг):	18,85
Fe (мг):	0,98
C (мг):	7,98
B1 (мг):	0,07
B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Сыр нарезают на куски, зачищают от корки. Овощи сортируют, моют, очищают, у помидора удаляют место крепления плодоножки, у салата удаляют 2-3 наружных листа, моют, выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой. Помидоры нарезают дольками.

Подготовленный салат рвут или нарезают шашками. Подготовленное мясо птицы, выкладывают в гастрюшечку или противень смазанный маслом растительным и запекают в режиме "Жар-Пар" при температуре 150-170°C в течении 35-40 минут. Продукт считается готовым при достижении температуры в толще продукта не ниже 90 С. Запечённое мясо птицы охлаждают, нарезают кубиком. Сыр натирают на терке. Хлеб пшеничный нарезают кубиками размером 10 *10мм, кладут в емкость и подсушивают в пароконвектомате при температуре 90-120 ° С в режиме "жар" до хрустящего состояния. Ингредиенты смешивают (мясо птицы, салат листовой, помидоры) сверху посыпают сыром и сухариками.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14 °С

Срок реализации:

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),
заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Вариант 1. 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):

Салат-коктейль из овощей (без заправки)

Номер рецептуры: № 202

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	26,50	22,50	2,65	2,25
или Салат Китайский (капуста пекинская)	26,50	22,50	2,65	2,25
Кукуруза консервированная (без учета заливки)	15,00	15,00	1,50	1,50
Помидоры свежие	30,61	30,00	3,06	3,00
Огурцы свежие	35,71	35,00	3,57	3,50
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	2,36
Жиры (г):	0,85
Углеводы (г):	11,42
Энергетическая ценность (ккал):	64,00

Ca (мг):	31,30
Mg (мг):	28,08
Fe (мг):	1,13
C (мг):	11,63
B1 (мг):	0,09
B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают: у помидоров и огурцов удаляют место крепления плодоножки, у салата при необходимости удаляют 2-3 наружных листа затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Потребительскую упаковку кукурузы промывают, вытирают насухо, вскрывают, откидывают на дуршлаг, дают стечь отвару. Подготовленные овощи нарезают: помидоры и огурец - кубиком, салат - шинкуют либо рвут. Добавляют кукурузу. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.
*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14 °С

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°С),

Срок реализации:

заправленного - не более 30 минут с момента приготовления ,включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №100-С

Вариант 1. 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):Сахар порционный

Номер рецептуры: № 887

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сахар порционный	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,00	Ca (мг):	3,00
Жиры (г):	0,00	Mg (мг):	0,00
Углеводы (г):	99,90	Fe (мг):	0,30
Энергетическая ценность (ккал):	399,00	C (мг):	0,00
		B1 (мг):	0,00
		B2 (мг):	0,00

Технология приготовления:

Сахар подают в индивидуальной упаковке.

Срок реализации:

в соответствии с маркировкой производителя

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

100175

Вариант 1. 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): **Сдоба с маком**

Номер рецептуры: № ПП

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сдоба с маком ПП	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	7,60
Жиры (г):	11,30
Углеводы (г):	53,30
Энергетическая ценность (ккал):	340,00

Ca (мг):	86,00
Mg (мг):	24,00
Fe (мг):	2,90
C (мг):	1,20
B1 (мг):	0,40
B2 (мг):	0,20

Технология приготовления:

Сдобу с маком порционируют или подают в индивидуальной упаковке.

Температура подачи: 20 ±5°C

Срок реализации: в соответствии с маркировкой производителя

Технолог _____

Вариант 1. 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): Сок

Номер рецептуры: № 969

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Сок фруктовый в ассортименте	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	1,00	Ca (мг):	7,00
Жиры (г):	0,10	Mg (мг):	4,00
Углеводы (г):	10,10	Fe (мг):	1,40
Энергетическая ценность (ккал):	46,0	C (мг):	2,00
		B1 (мг):	0,01
		B2 (мг):	0,01

Технология приготовления:

Подготовленную упаковку с соком вскрывают* и порционируют непосредственно перед употреблением.

*соки, объем упаковки которых равен объему необходимой порции напитка, допускается отпускать, не нарушая целостности упаковки.

Температура подачи: не выше 20°C

Срок реализации: не более 1-го часа с момента нарушения герметичности упаковки

Технолог _____

Вариант 1. 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):

Сувлаки с курицей

Номер рецептуры: № 1290

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лаваш	37,50	37,50	3,75	3,75
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	26,32	25,00	2,63	2,50
Помидоры свежие	12,60	12,35	1,26	1,24
Огурцы свежие	11,94	11,70	1,19	1,17
Соус на основе растительного масла	6,65	6,65	0,67	0,67
Салат Китайский (капуста пекинская)	18,59	17,10	1,86	1,71
или Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	18,59	17,10	1,86	1,71
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	8,96
Жиры (г):	7,70
Углеводы (г):	22,70
Энергетическая ценность (ккал):	195,54

Ca (мг):	32,78
Mg (мг):	26,82
Fe (мг):	1,41
C (мг):	9,45
B1 (мг):	0,11
B2 (мг):	0,08

Технология приготовления:

Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Обработанную птицу запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-Пар" 150-160°C 25-30 минут, нарезают брусочком. Овощи сортируют, моют, у огурцов и помидоров удаляют место крепления плодоножки, у пекинской капусты 2-3 верхних листа, затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Огурцы и помидоры нарезают кружочком или ломтиком, капусту пекинскую шинкуют. Лаваш смазывают соусом салатным затем укладывают слоями: капусту пекинскую, мясо птицы, помидоры, огурцы. Скручивают лаваш в трубочку. Собранный сувлаки запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170 °C в течении 5-7 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 $\pm 45^{\circ}\text{C}$

не более 2-х часов с момента приготовления,

Срок хранения:

включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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): **Удон с индейкой по-японски**

Номер рецептуры: № 476

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лапша Удон	23,00	23,00	2,30	2,30
Вода	110,00	110,00	11,00	11,00
П/ф из индейки бескостные ДП замороженные	23,16	22,00	2,32	2,20
Соль	0,95	0,95	0,10	0,10
Масло растительное	0,50	0,50	0,05	0,05
Перец сладкий б/з	4,00	4,00	0,40	0,40
Кабачки б/з	4,47	4,47	0,45	0,45
Морковь столовая свежая продовольственная	7,80	6,50	0,78	0,65
или Морковь столовая очищенная полуфабрикат	6,50	6,50	0,65	0,65
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4,00	4,00	0,40	0,40
или Лук репчатый свежий	4,64	4,00	0,46	0,40
Масло растительное	0,30	0,30	0,03	0,03
Соевый соус	1,81	1,81	0,18	0,18
Крахмал	0,15	0,15	0,015	0,015
Сахар - песок	0,24	0,24	0,02	0,02
Лимонная кислота	0,007	0,007	0,001	0,001
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	7,35
Жиры (г):	6,14
Углеводы (г):	18,52
Энергетическая ценность (ккал):	160,52

Ca (мг):	23,06
Mg (мг):	18,49
Fe (мг):	0,86
C (мг):	3,74
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,06

Технология приготовления:

Замороженное мясо индейки дефростируют до температуры в толще не более -1,5°C, промывают, солят, запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170°C в течении 20-30 минут, до температуры в толще не менее 90°C, нарезают соломкой (брусочком). Лук, морковь сортируют, моют и очищают, повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: упаковку моют и протирают, овощи промывают. Обработанную морковь нарезают соломкой, лук мелким кубиком. Нарезанные овощи припускают в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла до полуготовности, добавляют нарезанные кубиком кабачки б/з, перец сладкий б/з, доводят до кипения, в овощную смесь добавляют запеченное мясо птицы, соус Терияки, тщательно перемешивают и тушат 5-7 минут.

Лапшу удон варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) до готовности без последующего промывания. Сваренную лапшу откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют растительным маслом, перемешивают.

Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при 130-150°C в режиме "Жар" в течении 5-7 минут.

Лапшу порционируют, сверху выкладывают запечённую индейку с овощами, затем посыпают подготовленным кунжутом.

Приготовление соуса Терияки: Соевый соус (часть от рецептурной нормы 3/4 от нормы) соединяют с сахаром, лимонной кислотой, доводят до кипения, добавляют крахмал, разведенный в соевом соусе (часть от рецептурной нормы 1/4 от нормы), помешивая заготавливают соус.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °C

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

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования(пароконвектоматов, духовых(жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Удон с курицей по-тайски

Номер рецептуры: № 477

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	21,05	20,00	2,11	2,00
Лапша Удон	21,38	21,38	2,14	2,14
Вода	142,50	142,50	14,25	14,25
Соль	0,95	0,95	0,10	0,10
Масло растительное	0,52	0,52	0,05	0,05
Фасоль стручковая б/з	4,00	4,00	0,40	0,40
Морковь столовая свежая продовольственная	7,90	6,30	0,79	0,63
или Морковь столовая очищенная полуфабрикат	6,30	6,30	0,63	0,63
Перец сладкий б/з	3,00	3,00	0,30	0,30
Масло растительное	0,60	0,60	0,06	0,06
Соус Терияки охлажденный упакованный	18,00	18,00	1,80	1,80
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Выход:		100		10

2. Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	6,82
Жиры (г):	3,23
Углеводы (г):	16,90
Энергетическая ценность (ккал):	125,94

Ca (мг):	22,58
Mg (мг):	17,76
Fe (мг):	0,71
C (мг):	3,33
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,05

3. Технология приготовления:

Мясо птицы дефrostируют до температуры в толще не более -1,5°C, промывают, запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-пар" при 150-170°C в течении 20-30 минут, до температуры в толще не менее 90°C, нарезают соломкой (брусочком). Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: упаковку моют и протирают, овощи промывают. Потребительскую упаковку промывают, вытирают насухо. Упаковку с соусом Терияки вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость. Обработанную морковь нарезают соломкой. Нарезанные овощи припускают в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла до полуготовности, добавляют не размороженную стручковую фасоль и перец б/з и припускают до готовности, после чего добавляют запеченную птицу, соус Терияки, тщательно перемешивают, доводят до кипения и тушат в течении 5-7 минут.

Лапшу удон варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) до готовности без последующего промывания. Сваренную лапшу откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют растительным маслом, перемешивают.

Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при 130-150°C в режиме "Жар" в течении 5-7 минут. Лапшу удон выкладывают горкой, сверху выкладывают овощи тушеные с курицей и посыпают кунжутом.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 2. Для школьно-базовых столовых, имеющих специализированное технологическое оборудование(пароконвектоматы, духовые(жарочные) шкафы и др.) и для буфет-раздаточных не имеющих специализированного технологического оборудования(пароконвектоматов, духовых(жарочных) шкафов и др.)

Наименование кулинарного изделия (блюда):**Удон с курицей по-тайски**

Номер рецептуры: № 477

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лапша Удон	21,38	21,38	2,14	2,14
Вода	142,50	142,50	14,25	14,25
Соль	0,95	0,95	0,10	0,10
Масло растительное	0,52	0,52	0,05	0,05
Курица с овощами по-тайски охлажденная упакованная	27,00	27,00	2,70	2,70
Соус Терияки охлажденный упакованный	18,00	18,00	1,80	1,80
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Выход:		100		10

2. Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	6,82	Ca (мг):	22,58
Жиры (г):	3,23	Mg (мг):	17,76
Углеводы (г):	16,90	Fe (мг):	0,71
Энергетическая ценность (ккал):	125,94	C (мг):	3,33
		B1 (мг):	0,05
		B2 (мг):	0,05

3. Технология приготовления:

Потребительскую упаковку промывают, вытирают насухо.

Упаковку с курицей с овощами по-тайски вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают в пароконвектомате до температуры не менее +85°С в центре продукта.

Упаковку с соусом Терияки вскрывают. Перекладывают содержимое в гастроемкость, накрывают крышкой. Помещают в прогретое оборудование. Разогревают до температуры не менее +85°С в центре продукта.

В подготовленную курицу с овощами по-тайски добавляют подготовленный соус Терияки, доводят до кипения и тушат в течении 5-7 минут.

Лапшу удон варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) до готовности без последующего промывания. Сваренную лапшу откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют растительным маслом, перемешивают.

Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при 130-150°С в режиме "Жар" в течении 5-7 минут. Лапшу удон выкладывают горкой, сверху выкладывают овощи тушеные с курицей и посыпают кунжутом.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Удон с курицей по-тайски

Номер рецептуры: № 477

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	21,05	20,00	2,11	2,00
Лапша Удон	21,38	21,38	2,14	2,14
Вода	142,50	142,50	14,25	14,25
Соль	0,95	0,95	0,10	0,10
Масло растительное	0,52	0,52	0,05	0,05
Фасоль стручковая б/з	4,00	4,00	0,40	0,40
Морковь столовая свежая продовольственная	7,90	6,30	0,79	0,63
или Морковь столовая очищенная полуфабрикат	6,30	6,30	0,63	0,63
Перец сладкий б/з	3,00	3,00	0,30	0,30
Масло растительное	0,60	0,60	0,06	0,06
Соевый соус	1,82	1,82	0,18	0,18
Крахмал	0,14	0,14	0,01	0,01
Сахар- песок	0,25	0,25	0,02	0,02
Лимонная кислота	0,01	0,01	0,001	0,001
Кунжут	0,50	0,50	0,05	0,05
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	6,82
Жиры (г):	3,23
Углеводы (г):	16,90
Энергетическая ценность (ккал):	125,94

Ca (мг):	22,58
Mg (мг):	17,76
Fe (мг):	0,71
C (мг):	3,33
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,05

Технология приготовления:

Мясо птицы дефростируют до температуры в толще не более -1,5°C, промывают, запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-пар" при 150-170°C в течении 20-30 минут, до температуры в толще не менее 90°C, нарезают соломкой (брусочком). Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: упаковку моют и протирают, овощи промывают. Обработанную морковь нарезают соломкой. Нарезанные овощи припускают в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла до полуготовности, добавляют не размороженную стручковую фасоль и перец б/з и припускают до готовности, после чего добавляют запеченную птицу, соус Терияки, тщательно перемешивают и тушат в течении 5-7 минут. Лапшу удон варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) до готовности без последующего промывания. Сваренную лапшу откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют растительным маслом, перемешивают.

Кунжутное семя прожаривают в сковороде или в пароконвектомате до золотистого цвета при 130-150°C в режиме "Жар" в течении 5-7 минут. Лапшу удон выкладывают горкой, сверху выкладывают овощи тушеные с курицей и посыпают кунжутом.

Приготовление соуса Терияки : Соевый соус (часть от рецептурной нормы 3/4 от нормы) соединяют с сахаром, лимонной кислотой, доводят до кипения, добавляют крахмал, разведенный в соевом соусе (часть от рецептурной нормы 1/4 от нормы), помешивая заготавливают соус.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):

Фарфалле с сливочным соусом со шпинатом и лососем

Номер рецептуры: № 479

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макароны гр.А <фарфалле>	21,00	21,00	2,10	2,10
Масло растительное	0,52	0,52	0,05	0,05
Филе б/к горбуша (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное ДП	23,16	22,00	2,32	2,20
Молоко	25,00	25,00	2,50	2,50
Масло сливочное	1,00	1,00	0,10	0,10
Мука пшеничная	1,90	1,90	0,19	0,19
Шпинат б/з	3,04	3,04	0,30	0,30
Соль	0,38	0,38	0,04	0,04
Сыр полутвердый	5,56	5,50	0,56	0,55
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	9,15
Жиры (г):	5,51
Углеводы (г):	17,38
Энергетическая ценность (ккал):	156,02

Ca (мг):	88,90
Mg (мг):	18,27
Fe (мг):	0,69
C (мг):	2,06
B1 (мг):	0,09
B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:

Замороженное филе рыбы дефростируют до температуры не выше -1,5°C, промывают холодной проточной водой. Подготовленное рыбное филе припускают или запекают до готовности, разбирают на сегменты. Сыр нарезают на куски, зачищают от корки (при необходимости) натирают на терке. Макароны Фарфалле варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) в течении 10-15 минут до готовности без последующей промывки. Сваренные изделия макаронные откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, заправляют растительным маслом.

Приготовление соуса: Муку пассеруют при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают до 60-70°C, вводят растопленное сливочное масло, затем разводят горячим молоком или молоком с добавлением бульона или воды и варят 7-10 мин при слабом кипении, добавляют соль (часть от рецептурной нормы), процеживают и доводят до кипения.

Шпинат б/з размораживают (при необходимости измельчают) и добавляют в соус, проваривают, в конце добавляют припущенную рыбу, доводят до кипения. Выкладывают отварные макароны (фарфалле), поливают соусом, всё равномерно перемешивают и посыпают тертым сыром.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

не более 2-х часов с момента приготовления,

Срок реализации:

включая время доставки на пищеблоку, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №	100124
Вариант 1. 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): **Фит-боул с цыпленком (без заправки)**

Номер рецептуры: № 220
Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	31,59	30,01	3,16	3,00
Огурцы свежие	20,41	20,00	2,04	2,00
Помидоры свежие	20,41	20,00	2,04	2,00
Редис красный свежий	10,00	9,50	1,00	0,95
Кукуруза консервированная (без учета заливки)	15,00	15,00	1,50	1,50
Салат листовой (Айсберг/Романо)	7,06	6,00	0,71	0,60
или салат Китайский (капуста пекинская)	7,06	6,00	0,71	0,60
Морковь столовая свежая продовольственная	22,13	17,70	2,21	1,77
или Морковь столовая очищенная полуфабрикат	17,70	17,70	0,05	0,05
Выход:		100		10

* после 1 марта, нарезанную морковь бланшируют

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	8,23	Ca (мг):	34,97
Жиры (г):	3,77	Mg (мг):	36,78
Углеводы (г):	11,97	Fe (мг):	1,40
Энергетическая ценность (ккал):	116,3	C (мг):	11,12
		B1 (мг):	0,11
		B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:
Замороженное мясо птицы дефростируют до температуры не выше -1,5°C в толще продукта, промывают холодной проточной водой. Овощи сортируют, моют и очищают, у помидоров, огурца, редиса удаляют место крепления плодоножки, у салата листового удаляют 2-3 наружных листа, затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. При использовании очищенного сырья: овощи промывают под проточной водой. Потребительскую упаковку кукурузы консервированной промывают, вытирают насухо, вскрывают, откидывают на дуршлаг, дают стечь отвару. Подготовленные овощи нарезают: огурцы, редис красный кружочком, помидоры нарезают на дольки, морковь - соломкой. Подготовленный салат рвут. Подготовленное куриное мясо выкладывают в гастроемкость и запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-Пар" при температуре 160-180 С° до достижения температуры не менее 90°C в центре продукта, охлаждают, нарезают запеченное мясо ломтиком или кубиком. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.
*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи: не выше 14°C

Срок реализации: не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления, включая время доставки на пищеблока, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог _____

Вариант 1. 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): **Фрукты в ассортименте**
Номер рецептуры: № 848
Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Яблоки свежие	112	100	11,20	10,00
или апельсины свежие	133	100	13,30	10,00
или бананы свежие	140	100	14,00	10,00
или груши свежие	110	100	11,00	10,00
или киви свежие	121	100	12,10	10,00
или мандарины свежие	126	100	12,60	10,00
Выход:		100		10

*- калорийность посчитана по яблокам свежим

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	0,40
Жиры (г):	0,40
Углеводы (г):	9,80
Энергетическая ценность (ккал):	47,00

Ca (мг):	16,00
Mg (мг):	9,00
Fe (мг):	2,20
C (мг):	10,00
B1 (мг):	0,03
B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Фрукты сортируют, моют, затем повторно промывают небольшими партиями в проточной воде. Подготовленные фрукты, при необходимости, нарезают непосредственно перед раздачей.

Температура подачи: 20±5° С.

Срок реализации: не более 30 минут (если фрукты нарезаны)

Технолог _____

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Фузилли с куриным филе и соусом песто

Номер рецептуры: № 480

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Макароны гр.А <фузилли>	20,00	20,00	2,00	2,00
Соль	0,29	0,29	0,03	0,03
Лук репчатый свежий	5,35	4,50	0,54	0,45
или Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4,50	4,50	0,45	0,45
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	28,60	26,60	2,86	2,66
Сыр полутвердый	4,60	4,55	0,46	0,46
Соус Песто:				
Масло растительное	1,05	1,05	0,11	0,11
Петрушка (зелень)	6,08	4,50	0,61	0,45
Чеснок	0,19	0,14	0,02	0,01
Соль	0,14	0,14	0,01	0,01
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	9,48
Жиры (г):	6,58
Углеводы (г):	16,08
Энергетическая ценность (ккал):	162,53

Ca (мг):	74,47
Mg (мг):	18,20
Fe (мг):	0,79
C (мг):	8,01
B1 (мг):	0,06
B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:

Мясо птицы дефростируют до температуры в толще не более -1,5°C, промывают, запекают в пароконвектомате в режиме жар при 150-170°C в течении 20-30 минут, до температуры в толще не менее 90°C, нарезают соломкой. Чеснок и лук сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: упаковку моют и протирают, овощи промывают. Обработанный лук нарезают мелким кубиком, припускают в небольшом количестве воды, добавляют запеченное мясо птицы, часть соуса "Песто" (1/3 от общей массы соуса), перемешивают и прогревают до 85°C. Макароны изделия (Фузилли) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (в соотношении 1:6) до готовности без последующего промывания. Сваренные изделия макаронные (Фузилли) откидывают, после стекания воды перекладывают в емкость, добавляют оставшуюся часть соуса "Песто" (2/3 от общей массы соуса), перемешивают, повторно прогревают до 85°C. Сыр нарезают на куски, зачищают от корок (при необходимости), измельчают на терке.

Соус "Песто": Зелень промывают небольшими партиями, рубят, подпекают при 160-180°C в течении 10-15 минут в режиме Жар, соединяют с маслом растительным, обработанным чесноком, солью, все ингредиенты перемешивают, измельчают.

Отварные макароны порционируют, сверху выкладывают мясо птицы и посыпают сыром измельченным.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65°C

Срок 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 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):Хлебная корзина

Номер рецептуры: № 27

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Хлеб из муки пшеничной первого сорта	35,00	35,00	3,50	3,50
Хлеб ржано-пшеничный	35,00	35,00	3,50	3,50
Булочка в ассортименте	30,00	30,00	3,00	3,00
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	7,50	Ca (мг):	68,38
Жиры (г):	2,70	Mg (мг):	9,50
Углеводы (г):	52,56	Fe (мг):	1,08
Энергетическая ценность (ккал):	264,75	C (мг):	0,00
		B1 (мг):	0,06
		B2 (мг):	0,02

Технология приготовления:

Хлеб пшеничный и ржаной освобождают от упаковки, нарезают при необходимости, булочку, и хлеб выкладывают в промаркированные емкости. Нарезанные хлеб и булочки накрывают.

*Вес порционных и нарезанных изделий может незначительно меняться в зависимости от производителя.

Температура подачи:

20±5°С

Срок реализации:

В соответствии с маркировкой производителя

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

100654

Вариант 1. 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):

Хот-дог

Номер рецептуры: № 1271

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Булочка для хот-дога ПП	40,72	40,72	4,07	4,07
Помидоры свежие	6,49	6,37	0,65	0,64
Огурцы консервированные (без уксуса) (без учета заливки)	7,6	7,6	0,76	0,76
Колбаски (сосиски) детские	35,2	35,2	3,52	3,52
Томатная паста	6,37	6,37	0,64	0,64
Сыр полутвердый	5,46	5,41	0,55	0,54
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Белки (г):	8,73	Ca (мг):	49,84
Жиры (г):	10,79	Mg (мг):	20,29
Углеводы (г):	22,81	Fe (мг):	1,31
Энергетическая ценность (ккал):	224,68	C (мг):	5,04
		B1 (мг):	0,16
		B2 (мг):	0,13

Технология приготовления:

Готовую булочку для хот-дога надрезают вдоль с одной стороны. Булочки прогревают в тепловом шкафу или в пароконвектомате. Колбаски или сосиски промывают, удаляют искусственную оболочку (оболочку натуральную не удаляют), закладывают в кипящую воду и варят при слабом кипении 5-10 мин или в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 130-180 °C 5-10 минут.

Овощи сортируют, моют и очищают: у помидоров удаляют место крепления плодоножки, затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой и обсушиванием. Подготовленные помидоры нарезают кружочками. Банки с огурцами моют, протирают, вскрывают, рассол сливают. Сыр очищают от корок (при необходимости), нарезают тонкими ломтиками. На нижнюю часть прогретой булочки кладут помидор, консервированный огурец, готовую сосиску с томатной пастой, сыр, закрывают второй частью булочки. Собранный Хот-дог запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170 °C в течении 5-7 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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

Температура подачи: не ниже 45°C

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Срок реализации:

Технолог

Вариант 1. 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): Чай

Номер рецептуры: № 877 (2 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г.

Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Чай черный	0,95	0,95	0,095	0,095
Вода	100	100	10	10
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	0,00	Ca (мг):	4,70
Жиры (г):	0,00	Mg (мг):	0,00
Углеводы (г):	0,00	Fe (мг):	0,00
Энергетическая ценность (ккал):	0,00	C (мг):	0,00
		B1 (мг):	0,00
		B2 (мг):	0,00

Технология приготовления:

Приготовление чай-заварки: в емкость из керамики или нержавеющей стали насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком (1/4 часть от рецептурной нормы), закрывают крышкой, настаивают 5-10 минут.

Приготовление чая: оставшуюся воду доводят до кипения. В кипяток добавляют чай - заварку из расчета 50 мл чай - заварки на 200 мл готового чая, настаивают в течение 5 минут.

С использованием чая пакетированного: в бокал или чашку кладут чай пакетированный, заливают подготовленным кипятком, настаивают в течение 5 минут.

Температура подачи: не ниже 55°C

Срок реализации: чай - заварки - не более 30 минут с момента заварки; напиток - не более 2 - х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 100067

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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): **Чикен Бургер**

Номер рецептуры: № 1300 (2 вариант)

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Булочка цветная (жёлтая) ПП	31,25	31,25	3,13	3,13
Котлета из курицы ПП*	37,50	37,50	3,75	3,75
Масса готовой котлеты:		31,25		3,13
Помидор свежий	10,20	10,00	1,02	1,00
Огурцы консервированные (без уксуса) (без учета заливки)	10,00	10,00	1,00	1,00
Сыр полутвердый	6,10	6,00	0,61	0,60
Томатная паста	13,20	13,20	1,32	1,32
Выход:		100		10

* допускается изменение веса котлеты в зависимости от производителя

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	11,04	Ca (мг):	39,73
Жиры (г):	6,95	Mg (мг):	21,19
Углеводы (г):	23,81	Fe (мг):	1,09
Энергетическая ценность (ккал):	203,47	C (мг):	7,64
		B1 (мг):	0,05
		B2 (мг):	0,10

Технология приготовления:

Котлеты куриные не дефростируют, выкладывают в емкость, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 °С в течение 15-20 минут или в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 160-180°С в течение 12-15 минут до достижения температуры в толще не менее 90°С

Овощи сортируют, моют, затем удаляют место крепления плодоножки, повторно промывают, выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием охлажденной кипяченной водой. Банки с огурцами моют, протирают ветошью, вскрывают. Огурцы консервированные и помидоры нарезают кружочками. Сыр очищают от корок (при необходимости), нарезают тонкими ломтиками. Булочку дефростируют при 4±2°С не более 4-х часов (повторное замораживание продукта не допускается) разрезают пополам (при необходимости).

Нижнюю часть булочки смазывают томатной пастой. На нижнюю часть булочки выкладывают ингредиенты в следующем порядке: котлету куриную, сыр, огурцы, помидоры и накрывают верхней половиной булочки. Собранный Чикен-Бургер запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170 °С в течении 5-7 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 45°С

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

Технолог _____

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

100645

Вариант 1. 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):

Чикен ролл

Номер рецептуры: № 1291

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лаваш	37,50	37,50	3,75	3,75
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	26,32	25,00	2,63	2,50
Перец сладкий свежий	17,71	14,17	1,77	1,42
Салат Китайский (салат китайский	18,63	15,84	1,86	1,58
или Салат листовой(Айсберг, Романо и др)	18,63	15,84	1,86	1,58
Соус на основе растительного масла	6,34	6,34	0,63	0,63
Помидоры свежие	12,92	12,66	1,29	1,27
Сыр полутвердый	6,53	6,46	0,65	0,65
Масло растительное	0,21	0,21	0,02	0,02
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	10,53
Жиры (г):	9,58
Углеводы (г):	23,08
Энергетическая ценность (ккал):	245,54

Ca (мг):	44,40
Mg (мг):	28,29
Fe (мг):	1,47
C (мг):	36,40
B1 (мг):	0,12
B2 (мг):	0,11

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают: у помидоров удаляют место крепления плодоножки, у перца сладкого удаляют плодоножку с семенами, у капусты пекинской удаляют 2-3 наружных листа затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Мясо птицы дефrostируют, промывают, запекают в смазанной растительным маслом гастроёмкости в пароконвектомате в режиме "Жар-Пар" 150-160 С в течении 25-35 минут, нарезают соломкой или кубиком. Подготовленные овощи нарезают: капусту пекинскую шинкуют, перец нарезают брусочком, помидоры ломтиком. Сыр очищают от корок (при необходимости), нарезают тонкими ломтиками или натирают на терке. Лаваш раскладывают, в центре равномерно распределяют соус, затем слоями укладывают нарезанные пекинскую капусту, сыр, помидоры, птицу, перец, далее сворачивают в ролл. Собранный Чикен ролл запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170 °С в течении 5-7 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 45 С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. 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):

**Шашлык куриный с картофелем
по-деревенски**

Номер рецептуры: № 663

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	85,26	81,00	8,526	8,100
Маринад для шашлыка:				
Соевый соус	9,20	9,20	0,920	0,920
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	6,65	6,65		
или Лук репчатый свежий	7,91	6,65	0,791	0,665
Душистый перец	0,29	0,29	0,029	0,029
Имбирь сухой	0,29	0,29	0,029	0,029
Паприка сладкая молотая	0,86	0,86	0,086	0,086
Соль	0,10	0,10	0,010	0,010
Масло растительное	4,80	4,80	0,480	0,480
Картофель дольки б/з (промышленного производства)	79,80	79,80	7,980	7,980
Соль	0,14	0,14	0,014	0,014
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	18,39
Жиры (г):	13,12
Углеводы (г):	14,09
Энергетическая ценность (ккал):	249,87

Ca (мг):	26,11
Mg (мг):	42,35
Fe (мг):	1,71
C (мг):	10,51
B1 (мг):	0,15
B2 (мг):	0,20

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Подготовленный лук мелко рубят.

П/Ф из птицы дефростируют, промывают. Подготовленное филе нарезают кубиком, размером 3*3 см. Подготовленные куски филе замачивают в подготовленном маринаде и оставляют мариноваться 1 час, при температуре 4±2 С°. Маринованное филе нанизывают на шпажку* и запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-Пар" при температуре 160-180 С° до достижения температуры не менее 90°С в центре продукта. Режимы и время тепловой обработки могут быть изменены в зависимости от используемого теплового оборудования.

Картофель не дефростируют, выкладывают в емкость, солят, перемешивают, запекают в жарочном шкафу в течение 15-25 минут при температуре 220-280°С или в пароконвектомате течение 20-30 минут при температуре 160-180°С до образования золотистого колера, перемешивают в процессе запекания несколько раз.

Картофель подают с шашлыком в качестве гарнира

Маринад для шашлыка: В масло растительное добавляют соевый соус, душистый перец, паприку сладкую молотую, имбирь сухой, соль и лук мелко рубленный. Все перемешивают.

* Допускается не использовать шпажку

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и догоотовочных. 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):

Шашлычки куриные по - азиатски

Номер рецептуры: № 664

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
П/ф из птицы (цыплят) бескостные ДП замороженные	120,00	114,00	12,00	11,40
Маринад для шашлыка:				
Соевый соус	3,20	3,20	0,32	0,32
Чеснок	2,15	1,62	0,22	0,16
Куркума	0,10	0,10	0,01	0,01
Имбирь сухой	0,10	0,10	0,01	0,01
Кориандр молотый	0,19	0,19	0,02	0,02
Соль	0,48	0,48	0,05	0,05
Масло растительное	4,80	4,80	0,48	0,48
Молоко кокосовое	5,00	5,00	0,50	0,50
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	22,90
Жиры (г):	16,92
Углеводы (г):	0,94
Энергетическая ценность (ккал):	250,07

Ca (мг):	17,91
Mg (мг):	27,61
Fe (мг):	1,30
C (мг):	2,92
B1 (мг):	0,07
B2 (мг):	0,18

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, подготовленный чеснок измельчают. Мясо птицы дефростируют, промывают. Подготовленное филе нарезают кубиком, размером 3*3 см. Подготовленные куски филе замачивают в подготовленном маринаде и оставляют мариноваться 1 час, при температуре 4±2 С°. Маринованное филе нанизывают на шпажку* и запекают в пароконвектомате в режиме "Жар-Пар" при температуре 160-180 С° до достижения температуры не менее 90°С в центре продукта. Режимы и время тепловой обработки могут быть изменены в зависимости от используемого теплового оборудования.

Маринад для шашлыка: В масло растительное добавляют соевый соус, куркуму, кориандр, имбирь сухой, соль, кокосовое молоко и чеснок мелко рубленный. Все хорошо перемешивают.

* Допускается не использовать шпажку

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 65 °С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

Вариант 1. Собственное производство Для столовых сырьевых и дотовочных. 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):

Шримп ролл

Номер рецептуры: № 536

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Лаваш	42,86	42,86	4,29	4,29
Помидоры свежие	10,18	9,98	1,02	1,00
Перец сладкий свежий	12,50	10,00	1,25	1,00
Креветки с/м б/г	28,57	20,00	2,86	2,00
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	9,21	7,83	0,92	0,78
или Салат Китайский (капуста пекинская)	9,21	7,83	0,92	0,78
Томатная паста	9,03	9,03	0,90	0,90
Соус на основе растительного масла	9,03	9,03	0,90	0,90
Выход:		100		10

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	8,56
Жиры (г):	6,80
Углеводы (г):	27,56
Энергетическая ценность (ккал):	225,59

Ca (мг):	40,39
Mg (мг):	37,64
Fe (мг):	1,90
C (мг):	27,05
B1 (мг):	0,13
B2 (мг):	0,07

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают: у помидоров удаляют место крепления плодоножки, у перца сладкого удаляют плодоножку с семенами, салат айсберг перебирают, затем выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течении 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Креветки очищенные дефростируют, очищают, при необходимости разрезают пополам, промывают, варят после закипания 2-3 минуты.

Подготовленные помидоры нарезают слайсами, болгарский перец соломкой. На лаваш, предварительно смазанный соусом салатным и томатной пастой укладывают слоями листья салата айсберг, перец сладкий, креветки, помидоры. Сворачивают в виде ролла. Собранный Шримп ролл запекают в пароконвектомате в режиме "Жар" при температуре 150-170 °C в течении 5-7 минут.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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 45 C

Срок хранения:

не более 2-х часов с момента приготовления, включая время доставки на пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог

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):

Эби поке боул (без заправки)

Номер рецептуры: № 221

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Издание 3 / под ред. Г.Г. Онищенко, Москва, 2024

1. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Креветки с/м б/г	28,57	20,00	2,86	2,00
Соль	0,29	0,29	0,03	0,03
Огурцы свежие	27,55	27,00	2,76	2,70
Редис свежий	30,00	28,50	3,00	2,85
Салат листовой (Айсберг, Романо или др)	7,09	6,03	0,71	0,60
или Салат Китайский (капуста пекинская)	7,09	6,03	0,71	0,60
Киноа	6,00	6,00	0,60	0,60
Вода	7,60	7,60	0,76	0,76
Соль	0,10	0,10	0,05	0,05
Выход:		100		10

2. Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Белки (г):	5,12
Жиры (г):	0,67
Углеводы (г):	5,34
Энергетическая ценность (ккал):	49,80

Ca (мг):	42,63
Mg (мг):	31,81
Fe (мг):	1,20
C (мг):	10,27
B1 (мг):	0,05
B2 (мг):	0,06

3. Технология приготовления:

Креветки дефrostируют, очищают, делают надрез вдоль всего хвоста, промывают и закладывают в кипящую подсоленную воду, отваривают в течение 5-10 минут. Овощи сортируют, моют и очищают, у салата листового удаляют 2-3 наружных листа, затем повторно промывают небольшими партиями, у редиса и огурцов удаляют место крепления плодоножки, и выдерживают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой, затем оставляют для стекания лишней жидкости. Киноа перебирают и промывают.

Подготовленную киноа засыпают в кипящую подсоленную воду в соотношении 1:2 варят до готовности без последующей промывки. Салат Айсберг нарезают шашками. Подготовленный редис и огурцы нарезают ломтиком. При порционировании ингредиенты выкладывают по отдельности.

*Допускается смешивание ингредиентов.

Для буфет раздаточных: Готовое блюдо раскладывают 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.

Температура подачи:

не выше 14°C

не заправленного салата не более 3-х часов (при температуре хранения 4±2°C),

заправленного - не более 30 минут с момента

приготовления, включая время доставки на

пищеблоки, работающие по типу буфет раздаточных

Технолог



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»

Графский переулок, 4, к. 2,3,4, Москва, Россия, 129626
телефон: (495) 687 36 19, E-mail: fguz@mossanepid.ru, http://www.mossanexpert.ru

ОРГАН ИНСПЕКЦИИ

Аттестат аккредитации № RA.RU.710045

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии проектной и иной документации
санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам

№ [REDACTED]

Дата [REDACTED]

Основание для производства экспертизы: Заявление № [REDACTED]

Дата (период) проведения экспертизы: с 08.10.2024 по 01.11.2024

Место проведения экспертизы: 129626, г. Москва, Графский переулок, дом 4, к. 2, 3, 4

Цель проведения экспертизы: Подтверждение соответствия требованиям санитарного законодательства

Экспертиза проведена: заведующим отделом гигиены детей и подростков, врачом по гигиене детей и подростков А.О.Петренко, образование высшее по специальности медико-профилактическое дело, кандидат медицинских наук, аккредитация специалиста по специальности "Гигиена детей и подростков"

Заказчик: [REDACTED]

Юридический адрес: [REDACTED]

Объект экспертизы: Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы

Разработчик документации: [REDACTED]

Юридический адрес разработчика: [REDACTED]

Перечень представленной документации: Рацион для организации 12-дневного питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования; Сведения о потреблении пищевых продуктов на 1 обучающегося; Пояснительная записка.

Установлено:

Общие сведения.

Обеды состоят из основных блюд, холодных закусок в виде овощных нарезок или консервированных бобовых, сладких холодных напитков и чая с порционным сахаром. Хлеб на обед предоставляется без ограничений.

Представленный примерный типовой рацион питания разработан на 12-дневный период, содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание белков, жиров, углеводов, витаминов (С, В1, В2, А) и минеральных веществ (фосфор (Р), кальций (Са), железо(Fe), магний (Mg), указания номеров технологических карт.

Среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для учащихся образовательных учреждений среднего профессионального образования составляет:

[REDACTED]

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*	Калорийность по рациону, ккал
I неделя	60,91	58,11	258,48	1800,54	1829,29
II неделя	60,57	68,94	248,29	1855,85	1906,39
Итого:	60,74	63,52	253,38	1828,19	1867,84

В представленном рационе содержание белков составляет 67,49 %, жиров – 69,05 %, углеводов – 66,16 %, общая калорийность – 67,21 % от суточной потребности.

Наряду с основными блюдами, в рационе предусмотрен выбор дополнительных блюд. Наличие разницы расчётных значений и физиологической потребностью по содержанию белков, жиров, углеводов и энергетической ценности (далее разница) в сторону превышения физиологических норм, позволяет предоставить на выбор дополнительные блюда, отличающихся по пищевой и энергетической ценности от основных блюд.

Сведения о разнице представлены в таблице:

День	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1	31,83	37,65	93,86	841,64
2	25,72	47,28	107,85	959,80
3	26,17	10,14	147,21	784,77
4	17,38	6,16	87,54	475,06
5	15,62	13,43	94,08	559,72
6	32,75	13,19	101,14	654,23
7	26,79	33,44	65,43	669,87
8	12,69	34,75	80,04	683,73
9	22,40	32,57	104,73	801,68
10	28,32	25,79	135,04	885,60
11	15,88	29,46	106,26	753,77
12	41,31	36,79	79,02	812,44

Оценивалось максимальное отклонение в сторону уменьшения пищевой и энергетической ценности (далее отклонение) предложенных вариантов блюд по каждому дню. Выявленное отклонение сравнивалось с разницей, представленной выше.

Результаты данной оценки, представлены в таблице:

День	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
День 1	20,96	31,08	36,68	684,30
День 2	4,44	30,59	78,37	619,61
День 3	20,28	5,03	127,01	651,55
День 4	15,38	0,30	64,78	383,06
День 5	8,01	8,82	73,88	439,86
День 6	23,71	3,84	77,28	473,78
День 7	19,62	25,30	38,16	501,59
День 8	10,69	22,72	53,86	591,73
День 9	6,91	25,90	82,51	585,14
День 10	9,42	8,27	99,68	563,27
День 11	12,56	25,79	86,06	604,43
День 12	14,46	29,52	57,19	657,33

Исходя из данных таблицы предлагаемые варианты блюд обеспечивают физиологическую потребность организма в макронутриентах и энергии по каждому дню.

Формирование рациона.

Представленный примерный 12-дневный рацион питания для учащихся образовательных учреждений среднего профессионального образования предусматривает двухразовое питание (обед, полдник).

Рацион питания составлен с использованием всех видов продуктов из рекомендуемого среднесуточного набора пищевых продуктов, в том числе используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений. Имеющиеся

отступления не являются значимыми, учитывая, что в целом рацион обеспечивает физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Сведения о среднесуточном наборе продуктов представлены заказчиком.

Группа	Фактическое потребление, г.	Норма с учётом количества приёмов пищи, г.	Разница, г.
Хлеб ржаной	38,3	48,0	-9,67
Хлеб пшеничный	110,6	80,0	30,61
Мука пшеничная	63,7	8,0	55,74
Крупы, бобовые	47,0	20,0	26,99
Макаронные изделия	23,5	8,0	15,49
Картофель	266,5	74,8	191,71
Овощи, зелень	365,9	128,0	237,87
Фрукты (плоды) свежие	111,2	74,0	37,20
Сок	200,0	80,0	120,00
Мясо бескостное	72,4	31,2	41,21
Субпродукты	21,3	12,0	9,25
Птица	151,7	21,2	130,45
Рыба	26,1	30,8	-4,72
Молоко	90,1	140,0	-49,89
Кисломолочные продукты	166,7	72,0	94,67
Творог	11,3	24,0	-12,75
Сыр	20,9	6,0	14,90
Масло сливочное	18,1	14,0	4,10
Масло растительное	17,2	7,2	9,98
Яйцо	36,6	18,0	18,63
Сахар-песок	34,0	14,0	20,03
Кондитерские изделия	38,8	6,0	32,75
Чай	1,9	0,8	1,10
Какао	8,9	0,5	8,37
Дрожжи	0,35	0,1	0,23
Соль	4,2	2,0	2,21

В рационе питания используются все основные группы продуктов, предусмотренные суточным продуктовым набором, в том числе мясные, молочные продукты, кисломолочные напитки, рыба, овощи, фрукты.

Ежедневно в меню использованы мясо, молоко (молочные продукты в т.ч. кисломолочные напитки), сливочное и растительное масло, хлеб ржаной и пшеничный.

Согласно пояснительной записке при составлении рационов использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием: Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. 3 издание [Электронный ресурс] / под ред. Г.Г. Онищенко, В.А. Тутельяна Москва, 2024. Режим доступа - http://appsro.ru/press-center/nasha_pechatnaya_produktsiya (дата обращения: 01.11.2024 г.); Также дополнительно присутствуют технологические карты на изделия промышленного производства (штучные изделия в индивидуальной упаковке), а именно: круассан; маффин ванильный; ватрушка; пирожок с яблоком; маффин шоколадный; пирожок с клубникой; сдоба с маком; печенье песочное; пирожок с вишней. Для вышеперечисленных позиций не предусмотрены рецептуры в сборнике рецептур, изделия изготавливаются в соответствии с нормативной документацией изготовителя.

Продукты, блюда и кулинарные изделия, запрещенные или не рекомендованные для использования в питании детей и подростков, в рационе отсутствуют.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности обеспечена за счет разнообразия пищевых продуктов, с естественным содержанием необходимых витаминов и минеральных веществ (с учетом потерь при тепловой обработке), а также использования в меню свежих плодов и ягод. Для профилактики йододефицитных состояний используется йодированная соль.

Среднесуточное содержание микронутриентов в рационе питания для учащихся образовательных учреждений среднего профессионального образования составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мкг рет.экв
I неделя	84,35	0,84	1,14	172,69
II неделя	103,53	0,98	2,05	2700,97
Итого:	93,94	0,91	1,60	1436,83

	Кальций, мг	Фосфор, мг	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	616,61	1013,15	13,69	201,82
II неделя	695,56	1064,42	16,52	205,09
Итого:	656,09	1038,78	15,10	203,45

В представленном рационе содержание витамина С, витамина А полностью удовлетворяет суточную потребность; содержание витамина В1 - 65 %; содержание витамина В2 - 99,83 %; содержание кальция - 54,67 %; содержание фосфора - 86,57 %; содержание железа - 83,91 %; содержание магния - 67,82 % от суточной потребности.

Заключение:

Примерное 12-дневное меню для организации питания обучающихся в государственных учреждениях среднего профессионального образования г. Москвы **соответствует** требованиям: СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения (гл. VIII).

В соответствии со ст.42 Федерального закона от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» ответственность за качество и объективность санитарно-эпидемиологической экспертизы несет специалист, проводивший санитарно-эпидемиологическую экспертизу.

Заведующий отделом гигиены
детей и подростков

Руководитель (заместитель)
органа инспекции



А. О. Петренко

В.Ю. Иванов

