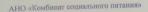
Горячий школьный завтрак

«Хороший день начинается с хорошего завтрака»

Стивен Кинг



Технолочические карты



Утверждаю Директор АНО «Комбинат социального питания» НІ. С. Нагучева

Технологическая карта № 132

Наименование блюда: Салат из свежих огурцов

Номер рецептуры: № 16

Источник рецентуры: Сборник технических норматию» - Сборник рецентур на продукцию для питания аггей в пошкольных образовательных организациях (под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельняя. -

	Расход сырья и полуфабрикатов				
Наименование сырья	1 порция		100 порция		
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г 8500	
	89,5	85	8950		
Эгурцы свежие	12	10	1200	1000	
Пук репчатый	12	6	600	600	
Масло растительное	6	0.05	25	25	
Соль	0,25	0,25	40	10000	
Выход готового блюда		100	-	10000	

	Расход сырья и полуфабрикатов				
Наименование сырья	1 no	кила	100 порций		
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Herro,	
	53,7	51	5370	5100	
Эгурцы свежие		6	720	600	
іук репчатый	7,2	2.6	360	360	
Ласло растительное	3,6	3,6		15	
Соль	0,15	0,15	15	60	
Выхол готового блюда		60		00	

\$7



ито «Компинат социального питания»

Наименование сырыя	Расход сырья и полуфабрикатов				
	1 порция		*100 порций		
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Herro, r	
крупа гречневая	43,65	43,65	4365	4365	
вода	140	140	14000	14000 .	
СОЛЬ	0,45	0,45	45	45	
иасло сливочное	6,3	6,3	630	630	
BLIXOLI		180		18000	

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (150г)

Зелки(г)	4.58	Витамин А (рокожи/сут)	19,2	Кальций (мг/сут)	8,45
		Витамин В1(м/оут)	0,12	Фоофор (мг/сут)	108,75
		Витамии В2(мг/сут)	0.06	Магний (мг/сут)	72,03
нерготическая		Витамин С(мг/сут)	100000	ОКелезо (мг/сут)	2,43



	цией Д.Б.Никитюкан В.А. Тутельяна М:ДеЛи плюс, 2022) Расход сырья и полуфабрикатов				
Наименование сырья	1 порция		100 порций		
THE PARTY OF THE P	Брутго, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	
овядина (котлетное мясо)	42,22	38	4222	3800	
слеб пшеничный	8	8	800	800	
вода	11	11	1100	1100	
тук репчатый	5	4	500	400	
ОЛЬ	0,3	0,3	30	30	
масса п/ф		61		6100	
масса готовых фрикаделек		50		5000	
covc223		50	9.00	5000	
	12,5	12,5	1250	1250	
сметана	3,75	3,75	375	375	
мука пшеничная	37,5	37,5	3750	3750	
вода	5	5	500	500	
TOMRT	0,125	0,125	12,5	12,5	
соль	,120	100		10000	
Выход:	1 2				
	Расход сырья з		и полуфабрикатов		
Наименование сырья	1 порция			порций	
Наименование сыры	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, 1	
	2.0	24.2	3800	3420	

Наименование сырья	1 порция		100 порций	
	Trans.		Брутто, г	Нетто, г
	Брутто, г	Нетто, г		3420
Говядина (котлетное мясо)	38	34,2	3800	
	7,2	7,2	720	720
клеб пшеничный		9,9	990	990
вода	9,9		450	360
лук репчатый	4,5	3,6	27	27
соль	0,27	0,27	41	5500
масса п/ф		55		4500
масса п/ф		45		4500
масса готовых фрикалелек		45		
coyc223	22.22	11,25	1125	1125
сметана	11,25		338	338
	3,38	3,38		3380
мука пшеничная	33,8	33,8	3380	3300
вода	2010			





*Правильное приготовление фарша-залог вкусных фрикаделек





Соусы придают более сочную консистенцию блюдам





Гречневая каща — матушка наша



Огурцы содержат фосфор, калий, кальций, серу, магний, натрий, железо, цинк и йод, причем в легкоусвояемой форме.

Все свежие соки содержат в себе большое число витаминов и минералов, которые быстро усваиваются человеческим организмом и принимают участие в биохимических процессах.



