

Горячий школьный завтрак

«Хороший
день
начинается
с хорошего
завтрака»

Стивен Кинг



Технологические карты

АНО «Комбинат социального питания»

Утверждаю
Директор АНО «Комбинат социального питания»
И.С. Нагучева
2023г

Технологическая карта № 132

Наименование блюда: Салат из свежих огурцов

Номер рецептуры: № 16

Источник рецептуры: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях (под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М:Делта плюс, 2022)

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы свежие	53,7	51	5370	5100
Лук репчатый	7,2	6	720	600
Масло растительное	3,6	3,6	360	360
Соль	0,15	0,15	15	15
Выход готового блюда	-	60	-	60

АНО «Комбинат социального питания»

Утверждаю
Директор АНО «Комбинат социального питания»
И.С. Нагучева
2023г

Технологическая карта № 90

Наименование блюда: Каша вязкая гречневая

Номер рецептуры: №303

Источник рецептуры: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во образовательных учреждениях (под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М:Делта плюс, 2017)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	36,75	36,75	3675	3675
Вода	117	117	11700	11700
Соль	0,375	0,375	37,5	37,5
Масло сливочное	5,25	5,25	525	525
Выход	-	150	-	15000

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	43,65	43,65	4365	4365
Вода	140	140	14000	14000
Соль	0,45	0,45	45	45
Масло сливочное	6,3	6,3	630	630
Выход	-	180	-	18000

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

Велич(г)	4,58	Витамин А (мкг/г)	19,2	Кальций (мг/г)	8,45
Каль(г)	5,01	Витамин В1(мг/г)	0,12	Фосфор (мг/г)	108,72
Глико(г)	20,52	Витамин В2(мг/г)	0,06	Магний (мг/г)	72,02
иергетическая ность, кДж	145,50	Витамин С(мг/г)	-	Железо (мг/г)	2,43

АНО «Комбинат социального питания»

Утверждаю
Директор АНО «Комбинат социального питания»
И.С. Нагучева
2024г

Технологическая карта № 81

Наименование блюда: Фрикадельки из говядины в соусе (котл.мясо)

Номер рецептуры: №189

Источник рецептуры: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во образовательных учреждениях (под редакцией Д.Б. Искитован В.А. Тутельяна. - М:Делта плюс, 2022)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	42,22	38	4222	3800
хлеб пшеничный	8	8	800	800
вода	11	11	1100	1100
лук репчатый	5	4	500	400
соль	0,3	0,3	30	30
масса п/ф	-	61	-	6100
масса готовых фрикаделек	-	50	-	5000
соус223	-	50	-	5000
сметана	12,5	12,5	1250	1250
мука пшеничная	3,75	3,75	375	375
вода	37,5	37,5	3750	3750
томат	5	5	500	500
соль	0,125	0,125	12,5	12,5
Выход:	-	100	-	10000

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	38	34,2	3800	3420
хлеб пшеничный	7,2	7,2	720	720
вода	9,9	9,9	990	990
лук репчатый	4,5	3,6	450	360
соль	0,27	0,27	27	27
масса п/ф	-	55	-	5500
масса готовых фрикаделек	-	45	-	4500
соус223	-	45	-	4500
сметана	11,25	11,25	1125	1125
мука пшеничная	3,38	3,38	338	338
вода	33,8	33,8	3380	3380



* **Правильное приготовление
фарша-залог вкусных
фрикаделек**



Соусы придают более сочную
консистенцию блюдам



Гречневая каша —
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.



**Контрольное
блюдо**

