

Утверждаю
Директор МКОУ «Бородинская СОШ»
Е.Г. Глебова



Технологическая карта кулинарного блюда № 268

Наименование кулинарного блюда:

«Омлет натуральный»

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ и детских оздоровительных учреждений», сост.: Перевалов А.Я., Коровка Л.С., Тапешкина Н.В. и др. Издание 4-е с дополнениями, 2021 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов 1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Яйцо	2 1/3 шт	106
Молоко	60	60
Масло растит.	1	1
Масса готового омлета	-	138
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	2	2
Выход		150

Химический состав	на 1/150 гр порцию
Белки (г):	13
Жиры (г):	20
Углеводы (г):	3,2
Эн. ценность (ккал):	273,9

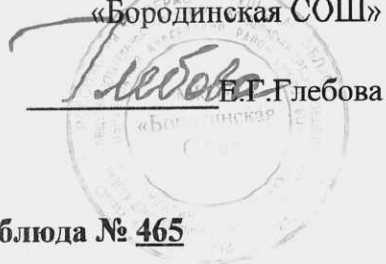
Технология приготовления:

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, йодированную соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или на противень слоем 2,5 - 3 см. и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200 °С 8-10 минут до образования легкой румяной корочки. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 штуки и соединять с общей массой. Перед подачей нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают растопленным сливочным маслом, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 30 мин с момента приготовления.

Утверждаю
Директор МКОУ
«Бородинская СОШ»


Е.Т. Глебова

Технологическая карта кулинарного блюда № 465

Наименование кулинарного блюда:

«Кофейный напиток с молоком»

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ и детских оздоровительных учреждений», сост.: Перевалов А.Я., Коровка Л.С., Тапешкина Н.В. и др. Издание 4-е с дополнениями, 2021 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов 1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Кофейный напиток	5	5
Молоко	80	80
Сахар	7	7
Вода	130	130
Выход	-	200

Химический состав на 1 порцию:

Белки (г):	2,8
Жиры (г):	2,5
Углеводы (г):	13,6
Эн. ценность (ккал):	88

Технология приготовления:

Наливают в посуду воду, доводят до кипения, всыпают кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, после чего процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения.

Температура подачи: 65 °С

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Утверждаю
Директор МКОУ
«Бородинская СОШ»


Е. Ф. Глебова

Технологическая карта кулинарного блюда № 82

Наименование кулинарного блюда:

«Плоды свежие»

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ и детских оздоровительных учреждений», сост.: Перевалов А.Я., Коровка Л.С., Тапешкина Н.В. и др. Издание 4-е с дополнениями, 2021 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов 1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Яблоки	114	100
Или груша	112	100
Или банан	143	100
Или банан	160	100
Или апельсин	150	100
Или мандарин	136	100
Выход	-	100

Химический состав на 1 порцию:

	Яблоки	Груша	Банан	Апельсин	Мандарин
Белки (г):	0,4	0,4	1,8	0,9	0,8
Жиры (г):	0,4	0,3	0,6	0,2	0,2
Углеводы (г):	9,8	10,3	22,8	8,1	7,5
Эн. ценность (ккал):	44	47	96	49,2	38

Технология приготовления:

Подготовленные плоды подают на десертной тарелке или вазочке.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Утверждаю
Директор МКОУ «Бородинская СОШ»
Е.Е. Глебова

Технологическая карта кулинарного блюда № 111

Наименование кулинарного блюда:

«Батон нарезной»

Наименование сборника рецептов: «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ и детских оздоровительных учреждений», сост.: Перевалов А.Я., Коровка Л.С., Тапешкина Н.В. и др. Издание 5-е с дополнениями, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов 1 порция		Расход сырья и полуфабрикатов 1 порция	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Батон нарезной	20	20	30	30
Выход	-	20	-	30

Химический состав на 1 порцию:

	Выход 20 г	Выход 30 г
Белки (г):	1,5	2,25
Жиры (г):	0,58	0,87
Углеводы (г):	10,28	15,4
Эн. ценность (ккал):	52,4	78,6

Технология приготовления:

Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Утверждаю
Директор МКОУ
«Бородинская СОШ»

Е.Г.Глебова

Технологическая карта кулинарного блюда № 148

Наименование кулинарного блюда:

«Овощи натуральные»

Наименование сборника рецептов: «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ и детских оздоровительных учреждений», сост.: Перевалов А.Я., Коровка Л.С., Тапешкина Н.В. и др. Издание 4-е с дополнениями, 2021 г.

Наименование продуктов	Масса, г	
	Брутто	Нетто
Помидоры свежие	62	60
или огурцы свежие	62	60
Выход		60

Химический состав:

	Помидоры 60 гр	Огурцы 60 гр
Белки (г):	0,66	0,4
Жиры (г):	0,12	0,06
Углеводы (г):	2,28	1,14
Эн. ценность (ккал):	14,4	6,6

Технология приготовления:

Огурцы и помидоры перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной (йодированной солью) или подкисленной воде. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском. У помидоров вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.