



ТВЕРЖДАЮ"  
"ВИТА-ЛАЙН"  
/Н.Н.Клоков

1 декабря 2024  
г.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 321

Наименование изделия: **КАПУСТА ТУШЕНАЯ**

Номер рецептуры: **321**

Наименование сборника

**Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2017.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	214,88	171,9	21,49	17,19
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,25	5,25	0,53	0,53
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	4	3	0,4	0,3
с 01.09 по 31.12	3,75	3	0,38	0,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6	0,71	0,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	9	9	0,9	0,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,14	0,14	0,01	0,01
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,37	4,37	0,44	0,44
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,18	0,18
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5	0,35	0,35
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,02	0,02	0,002	0,002
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0,15	0,15
<b>Выход: 150</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	3,65
Жиры, г	3,90
Углеводы, г	14,19
Энергетическая ценность,	113,32

В1, мг	0,04
С, мг	32,18
А, мг	0,11
Е, мг	0,25
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,07

Са, мг	84,97
Mg, мг	30,87
P, мг	61,47
Fe, мг	1,86
K, мг	398,07
I, мкг	5,52
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Нарезанную соломкой капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду, лимонную кислоту, масло сливочное, пассерованную томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук репчатый и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, добавляют сахар, лавровый лист и доводят до кипения. При приготовлении используется 3-ех процентный раствор лимонной кислоты массой 30 г на 1000 г выхода гарнира.

### Правила оформления, подачи блюд:

Температура подачи +65 С

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук и морковь в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: свойственный капусте и продуктам, входящим в состав блюда, умеренно соленый, кисло-сладкий.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 234

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ 90/5**

Номер рецептуры: **234**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 2017.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	73,5	63	7,35	6,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	16,2	16,2	1,62	1,62
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	23,4	23,4	2,34	2,34
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	9	9	0,9	0,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9	9	0,9	0,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5	0,25	0,25
<b>Выход: 95</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	6,09
Жиры, г	7,88
Углеводы, г	13,29
Энергетическая ценность,	162,06

В1, мг	0,09
С, мг	0,45
А, мг	0,03
Е, мг	4,37
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,09

Ca, мг	39,67
Mg, мг	44,98
P, мг	179,70
Fe, мг	1,46
K, мг	316,25
I, мкг	94,50
F, мг	0,40
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде черствым пшеничным хлебом, добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из полученной рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, панируют в сухарях, выкладывают на противень и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 160-180 С в течение 20-30 мин

### Правила оформления, подачи блюд:

Оптимальная температура подачи 65 С

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом, аккуратно уложены, сбоку - гарнир  
Консистенция: сочная, однородная  
Цвет: корочки - золотистый, на разрезе - светло-серый  
Вкус: жареной рыбной котлетной массы, умеренно соленый  
Запах: приятный, рыбы и масла.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "ВИТА-ЛАЙН"  
И.И. Клоков

01 декабря 2024  
г.

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **МР 2.4.0179-20. 2.4. Гигиена детей и подростков. Рекомендации по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций. Методические рекомендации** (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 18.05.2020)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	2	2
<b>Выход: 20</b>				

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	1,32
Жиры, г	0,18
Углеводы, г	8,48
Энергетическая ценность,	40,79

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	0,00
Mg, мг	0,00
P, мг	0,00
Fe, мг	0,00
K, мг	0,00
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

#### Технология приготовления:

Хлеб нарезать порционными кусочками.

Технолог по питанию

Т.В.Русинова



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 377

Наименование изделия: **ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

Номер рецептуры: **377**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
ЧАЙ-ЗАВАРКА		50		5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1	1	0,1	0,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	54	54	5,4	5,4
САХАР ПЕСОК	8	8	0,8	0,8
ЛИМОН	8	7	0,8	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150	15	15
<b>Выход: 200</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	0,25
Жиры, г	0,01
Углеводы, г	8,36
Энергетическая ценность,	35,68

В1, мг	0,00
С, мг	1,16
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	15,39
Mg, мг	6,56
P, мг	8,81
Fe, мг	0,80
K, мг	37,06
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Предварительно промытый теплой водой лимон ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин. Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром непосредственно перед отпуском.

#### Чай-заварка

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определенное количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема чайника. Настаивают 5-10 мин. и доливают кипятком. На порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавает кружочек лимона

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, с привкусом лимона

Запах: свойственный чаю и лимону

Технолог по питанию

Т.В.Русинова