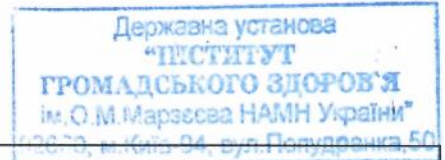


Технологічна карта № 6.08



Запіканка з рибним фаршем і спеціями

Категорія: Страви з риби. Страви з котлетної маси.

№ з/п	Найменування сировини	Маса, г		Норма вмісту на 1 порцію, г							
		брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	утто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	рутто, г	нетто, г
1	Філе минтая зі шкірою, що вироблене промисловістю (Р)	445	400	100,1	90,0	133,5	120,0	66,8	60,0	44,5	40,0
2	Морква столова свіжа до 01.01.	100	80	22,5	18,0	30,0	24,0	15,0	12,0	10,0	8,0
	Морква столова свіжа з 01.01.	107	80	24,0	18,0	32,0	24,0	16,0	12,0	10,7	8,0
3	Цибуля ріпчаста	95	80	21,4	18,0	28,6	24,0	14,3	12,0	9,5	8,0
4	Олія соняшникова	20	20	4,5	4,5	6,0	6,0	3,0	3,0	2,0	2,0
5	Вершкове масло (МП, Л)	10	10	3,0	3,0	2,5	2,5	1,8	1,8	1,0	1,0
6	Картопля свіжа з 01.09. по 31.10.	747	560	168,0	126,0	224,0	168,0	112,0	84,0	74,7	56,0
	Картопля свіжа з 01.11. по 31.12.	800	560	180,0	126,0	240,0	168,0	120,0	84,0	80,0	56,0
	Картопля свіжа з 01.01. по 28-29.02.	862	560	193,8	126,0	258,5	168,0	129,2	84,0	86,2	56,0
	Картопля свіжа з 01.03.	933	560	210,0	126,0	280,0	168,0	140,0	84,0	93,3	56,0
7	Орегано сухий	3	3	0,7	0,7	0,9	0,9	0,5	0,5	0,3	0,3
8	Перець чорний мелений	1	1	0,2	0,2	0,3	0,3	0,2	0,2	0,1	0,1
9	Паста томатна	20	20	4,5	4,5	6,0	6,0	3,0	3,0	2,0	2,0
10	Сіль йодована	3	3	0,7	0,7	0,9	0,9	0,5	0,5	0,3	0,3
	Маса рибного фаршу		400		90,0		120,0		60,0		40,0
	Маса пасированих овочів		170		38,3		51,0		25,5		17,0
	Маса картопляного пюре		558		125,6		167,4		83,7		55,8
	Маса напівфабриката		1135		255,4		340,5		170,3		113,5
	Вихід готової страви, г		1000		225		300		150		100

Відхилення до маси порції +/-3%

Наявність харчових алергенів у страві : (Р) риба; (Л) лактоза; (МП) молочні продукти;

Харчові продукти і продовольча сировина, з яких виготовляються готові страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Картоплю очищають, миють, відварюють. Додають 1/2 кількості олії соняшникової, збивають пюре. Рибну сировину розморожують, розділяють на філе без шкіри та кісток. Філе пропускають через м'ясорубку, додають сіль, ретельно перемішують і вибивають. Томатну пасту розводять, додаючи 50 г холодної кип'яченої води. Моркву та цибулю очищають, миють, нарізають соломкою, пасерують на решті кількості олії соняшниковій 5-7 хвилин, додаючи томатний соус. Рибний фарш змішують з пасеровкою, перцем чорним меленим, орегано сухим, тушкують кілька хвилин. Фарш викладають у форму, зверху рівномірно розподіляють пюре картопляне, запікають 20-25 хвилин при температурі 180 °С до появи скоринки.

Термін придатності до споживання та умови зберігання Термін реалізації - 2 години. Температура подачі +65-75 °С Спосіб реалізації (подання) споживачу

Запіканку нарізають, викладають на тарілку, посипають сушеним кропом.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд - Запіканка нарізана, з румяною скоринкою, викладена на тарілку.

Смак та запах - Приємні, притаманні запеченій страві з риби та картоплі, з приємним присмаком і ароматом прянощів Колір - світло-коричневий.

Консистенція - М'яка, ніжна, соковита.

ХАРЧОВА (ПОЖИВНА) ТА ЕНЕРГЕТИЧНА ЦІННІСТЬ (КАЛОРИЙНІСТЬ) 1 ПОРЦІЇ:

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	6,72	3,51	12,03	105,17
150	10,08	5,26	18,05	157,75
225	15,1	7,9	27,1	236,6
300	20,2	10,5	36,1	315,5

Печиво цитрусове

№ з/п	Найменування сировини	Маса, г		Норма вмісту на 1 порцію, г					
		брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
1	Борошно пшеничне цільнозернове (Г)	750,0	750,0	45,0	45,0	60,0	60,0	75,0	75,0
2	Яйця курячі (Я)	2 шт	80,0		4,8		6,4		8,0
3	Цукор пісок	40,0	40,0	2,4	2,4	3,2	3,2	4,0	4,0
4	Молоко питне (МП, Л)	200,0	200,0	12,0	12,0	16,0	16,0	20,0	20,0
5	Олія соняшникова рафінована	60,0	60,0	3,6	3,6	4,8	4,8	6,0	6,0
6	Цедра лимона	20	20	1,2	1,2	1,6	1,6	2,0	2,0
7	Ванільний цукор	10	10	0,6	0,6	0,8	0,8	1,0	1,0
8	Розпушувач для тіста (Г)	15	15	0,9	0,9	1,2	1,2	1,5	1,5
9	Борошно для формування виробів (Г)	10	10	0,6	0,6	0,8	0,8	1,0	1,0
10	Маса напівфабрикату		1185		71,1		94,8		118,5
Вихід готової страви, г		1000		60 (3 шт)		80 (4 шт)		100	

Відхилення до маси порції +3%

Наявність харчових алергенів у страві : (МП - молочні продукти, Я - яйця ; Л- лактоза; Г - глютен.

Харчові продукти і продовольча сировина, з яких виготовляються готові страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання. Технологія приготування страви

Поєднати яйце, молоко, олію, масло вершкове, цукор та цедру лимону та замісити. Додати просіяне борошно та розпушувач. Вимісити тісто. Розкатати його товщиною 1 см. Нарізати ромбіком вагою 23-24 г, викласти на деко та випікати при температурі 180 °С протягом 20 хвилин.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Термін реалізації 1-2 год. Температура подачі +10-15 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Порцію печива подають на піржковій тарілці.

Характеристика готової страви:

Зовнішній вигляд - правильної форми, добре пропечені;

Смак і запах - в міру солодкий з приємним ароматом наповнювачів;

Колір - ніжно лимонно-кремовий;

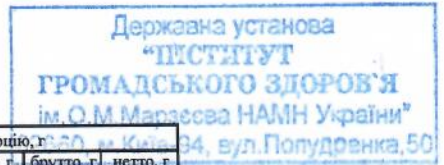
Консистенція - м'яка з легкою хрустинкою.

ХАРЧОВА (ПОЖИВНА) ТА ЕНЕРГЕТИЧНА ЦІННІСТЬ (КАЛОРИЙНІСТЬ) 1 ПОРЦІЇ:

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
60	5,6	4,8	37,2	206,3
80	7,5	6,5	49,6	275,1
100	9,32	8,07	62,03	343,90

Технологічна карта № 07.02

Печиво вівсяне



№ з/п	Найменування сировини	Маса, г		Норма вмісту на 1 порцію, г					
		брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
1	Борошно пшеничне цільозернове (Г)	450,0	450,0	27,0	27,0	36,0	36,0	45,0	45,0
2	Вівсяні пластівці (Г)	370,0	370,0	22,2	22,2	29,6	29,6	37,0	37,0
3	Цукор пісок	50,0	50,0	3,0	3,0	4,0	4,0	5,0	5,0
4	Вершкове масло (МП, Л)	10,0	10,0	0,6	0,6	0,8	0,8	1,0	1,0
5	Олія соняшникова рафінована	30,0	30,0	1,8	1,8	2,4	2,4	3,0	3,0
6	Сметана (МП, Л)	180,0	180,0	10,8	10,8	14,4	14,4	18,0	18,0
7	Яйце куряче (Я)	2 шт	80,0		4,8		6,4		8,0
8	Розпушувач для тіста	3,0	3,0	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3
9	Кориця мелена	5,0	5,0	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
	Борошно для формування виробів	10	10	0,6	0,6	0,8	0,8	1,0	1,0
	Маса напівфабрикату		1188		71,3		95,0		118,8
	Вихід готової страви, г	1000		60 (3 шт)		80 (4 шт)		100	

Відхилення до маси порції +3%

Наявність харчових алергенів у страві: МП - молочні продукти, Я - яйця ; Л- лактоза; Г - глютен.

Харчові продукти і продовольча сировина, з яких виготовляються готові страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Борошно просіяти. Змішати разом всі вологі інгредієнти та окремо змішати сухі. Поєднати сухі та вологі інгредієнти, замісити тісто, сформувати кульки розміром 23-24 г та розкласти на деко. Випікати 15 хв. при 180 °С.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Термін реалізації 1-2 год. Температура подачі +10-15 °С.

Спосіб реалізації (подавання) споживачу

Порцію печива подають на пиріжковій тарілці.

Характеристика готового виробу:

Зовнішній вигляд - вироби правильної округлої форми;

Зовнішній вигляд - вироби правильної округлої форми;

Смак і запах - властиві певним видам борошна з ароматом кориці; Колір - від світло-коричневого до темно-коричневого;

Консистенція - щільна, злегка хрумка.

ХАРЧОВА (ПОЖИВНА) ТА ЕНЕРГЕТИЧНА ЦІННІСТЬ (КАЛОРИЙНІСТЬ) 1 ПОРЦІЇ:

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
60	6,6	6,2	38,6	236,9
80	8,8	8,2	51,5	315,8
100	11,01	10,0	64,37	394,76

Технологічна карта № 07.03

Державна установа
"ІНСТИТУТ
ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я
України НАМН України"

Шуліка з маком

з/п	Найменування сировини	Маса, г		Норма вмісту на 1 порцію, г					
		брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
	Борошно пшеничне цільнозернове (Г)	730,0	30,0	43,8	43,8	58,4	58,4	73,0	73,0
	Олія соняшникова рафінована	30,0	0,0	1,8	1,8	2,4	2,4	3,0	3,0
	Кефір (МП, Л)	300,0	00,0	18,0	18,0	24,0	24,0	30,0	30,0
	Сода харчова	2,0	0	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2	0,2
	Яйце куряче (Я)	2 шт	0,0		4,8		6,4		8,0
	Цукор пісок	20,0	0,0	1,2	1,2	1,6	1,6	2,0	2,0
	Сіль йодована	1,0	0	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	Мак	20,0	0,0	1,2	1,2	1,6	1,6	2,0	2,0
	Вихід готової страви, г		1000		60		80		100
	Ягідний кюлі для подачі (ТК № 10.13)		250		25		25		25
	Сметанковий соус для подачі(ТК № 10.11		200		20		20		20
	Вихід з ягідним кюлі, г		1250		85		105		125
	Вихід з сметанковим соусом, г		1200		80		100		120

Відхилення до маси порції +-3%

Наявність харчових алергенів у страві: МП - молочні продукти, Я - яйця; Л- лактоза; Г - глютен.

Харчові продукти і продовольча сировина, з яких виготовляються готові страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Поєднати всі інгредієнти та замісити тісто. Розкатати його товщиною 0,5см та випікати при температурі 170 °С протягом 7-10 хв.

Охолодження шуліку нарізають на квадратні шматки масою по 60-80 г. Полити ягідним або сметанковим соусом.

Термін придатності до споживання та умови зберігання Термін реалізації 1-2 год. Температура подачі +10-15 °С. Спосіб реалізації (подавання) споживачу

Подають порцію шуліки на десертній мілкій чи пірижковій тарілці, поливаючи ягідним або сметанковим соусом.

Характеристика готової страви:

Зовнішній вигляд - правильної форми, поверхня гладенька без тріщин і розривів;

Колір - поверхні від золотистого до темно коричневого;

Смак, запах - приємний, властивий виробу з прісного тіста з маковим наповнювачем;

Консистенція - м'яка.

ХАРЧОВА (ПОЖИВНА) ТА ЕНЕРГЕТИЧНА ЦІННІСТЬ (КАЛОРИЙНІСТЬ) 1 ПОРЦІЇ:

Шуліка з маком

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
60	5,82	3,72	34,50	185,52
80	7,76	4,96	46,00	247,36
100	9,7	6,2	57,5	309,2

Сметанковий соус (ТК № 10.11)

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
20	0,58	2,88	1,61	34,76
100	2,9	14,4	8,1	173,8

Ягідне кюлі для подачі (ТК № 10.13)

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
25	0,28	0,15	4,05	18,61
100	1,1	0,6	16,2	74,45

Шуліка з маком з сметанковим соусом

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
60/20	6,40	6,60	36,11	220,28
80/20	8,34	7,84	47,61	282,12
100/20	10,28	9,08	59,11	343,96

Шуліка з маком з ягідним кюлі

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
60/25	6,10	3,87	38,55	204,13
80/25	8,04	5,11	50,05	265,97
100/25	9,98	6,35	61,55	327,81