

Технологічна карта № 07.23



Вегетаріанський закритий пиріг

з/п	Найменування сировини	Маса, г		Норма вмісту на 1 порцію, г			
		брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
1	Цибуля свіжа	95,2	80	7,6	6,4	9,5	8,0
2	Морква свіжа	175	120	14,0	9,6	17,5	12,0
3	Часник свіжий	8	5	0,6	0,4	0,8	0,5
5	Олія соняшникова	50	50	4,0	4,0	5,0	5,0
6	Картопля свіжа	580	400	46,4	32,0	58,0	40,0
7	Сочевиця крупа	180	180	14,4	14,4	18,0	18,0
8	Орегано сухий	3,2	3,2	0,3	0,3	0,3	0,3
9	Перець чорний мелений	3,2	3,2	0,3	0,3	0,3	0,3
10	Томатна паста	50	50	4,0	4,0	5,0	5,0
11	Сіль йодована	3	3	0,2	0,2	0,3	0,3
Вихід готової страви, г		1000		80		100	

Відхилення до маси порції +3%

Наявність харчових алергенів у страві: МП - молочні продукти, Л- лактоза

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 відварити, додати вершкове масло та зробити пюре. Сочевицю відварити до стану напівготовності. Часник дуже дрібно подрібнити. Цибулю дрібно нарізати, пасерувати на рослинній олії, додати натерту моркву та пасерувати 5-7 хвилин. Додати томатну пасту, часник, відварену сочевицю та 100 мл. води. Тушкувати декілька хвилин, додати сіль та перець.

Викласти масу в форму, зверху рівномірно розподілити картопляне пюре. Запекати 20-25 хв. 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

Нарізати пиріг на квадрати. Викласти шматок пирога в центр тарілки, довкола посипати сушеним кропом.

Характеристика готової страви:

Зовнішній вигляд - на поверхні румяна кірочка, без тріщин;

Смак і запах - смак у міру солоний з присмаком пасерованих овочів та ароматом спецій; Колір - колір кірочки золотистий, на розрізі властивий кольору інгредієнтів; Консистенція - м'яка, соковита, форма нарізки овочів зберігається.

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

Маса порції, г	Білки, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
80	2,4	10,4	96,4
100	3,02	12,96	120,47

Технологічна карта № 07.24

Пан де калатрава

з/п	Найменування сировини	Маса, г		Норма вмісту на 1 порцію, г					
		брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г		
	Молоко (МП,Л)	667,0	667,0	40,0	40,0	53,4	53,4	66,7	66,7
	Яйця курячі (Я)	1,5 шт	60,0		3,6		4,8		6,0
	Цукор пісок	46,0	46,0	2,8	2,8	3,7	3,7	4,6	4,6
	Хліб пшеничний цільнозерновий (Г)	200,0	200,0	12,0	12,0	16,0	16,0	20,0	20,0
	Кориця мелена	8,5	8,5	0,5	0,5	0,7	0,7	0,9	0,9
	Ванільний цукор	4,0	4,0	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4
	Сіль йодована	3,0	3,0	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3
Вихід готової страви, г		1000		60		80		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

Зрізати з хліба скоринку. Хлібний м'якуш нарізати на тонкі скибки.

Молоко підігрети, зняти з вогню, ретельно помішуючи, додати яйця, цукор та корицю.

Скибки хліба викласти одним шаром в форму для запікання та залити молочно-яєчною сумішшю.

Запекати в духовій шафі при температурі 180 °С до готовності, коли хліб повністю поглине молоко та на поверхні утвориться золотава скоринка.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

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

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають порційно, поріzano відповідно до маси порції.

Характеристика готової страви:

Зовнішній вигляд - на поверхні підрум'янена кірочка;

Смак і запах - притаманні батону з ароматом наповнювачів;

Колір - світло-кремовий;

Консистенція - однорідна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
60	1,83	1,68	6,49	49,32
80	2,44	2,24	8,65	65,76
100	3,05	2,81	10,81	82,19

Технологічна карта № 08.01

Гречана каша з чебрецем  
Категорія: гарніри

№ 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	Гречана крупа	476	470	71,4	70,5	57,1	56,4	47,6	47
2	Вода питна	710	710	106,5	106,5	85,2	85,2	71	71
3	Сіль йодована	3	3	0,5	0,5	0,4	0,4	0,3	0,3
4	Чебрець сухий (тим'ян сухий)	2	2	0,3	0,3	0,2	0,2	0,2	0,2
5	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	3,8	3,8	3,0	3,0	2,5	2,5
Вихід готової страви, г		1000		150		120		100	

Відхилення до маси порції +-3%

Наявність харчових алергенів у страві: МП - молочні продукти, Л- лактоза;

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

Гречану крупу перебирають, відділяють сторонні домішки, промивають декілька разів в холодній воді. В киплячу підсолону воду закладають підготовлену крупу та чебрець і відварюють до готовності

Термін придатності до споживання та умови зберігання 2 години на марміті з моменту приготування. Температура подачі +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

При подачі гречану кашу полити розтопленим вершковим маслом. Температура подачі +65 С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд - крупа повністю розварена

Колір - світло-коричневий

Смак і запах - відповідають даній крупі із запахом чебрецю

Консистенція - розсипчаста

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,44	2,59	20,05	110,55
120	4,1	3,1	24,1	132,7
150	5,2	3,9	30,1	165,8

Технологічна карта № 08.02

Гречка з томатною пастою  
Категорія: гарніри

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
	Гречана крупа	420	417	21,0	20,9	31,5	31,3	42	41,7
	Томатна паста	100	100	5,0	5,0	7,5	7,5	10	10
	Вода питна	790	790	39,5	39,5	59,3	59,3	79	79
	Вершкове масло (МП, Л)	20	20	1,0	1,0	1,5	1,5	2	2
	Сіль йодована	3	3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

Відхилення до маси порції +-3%

Наявність харчових алергенів у страві: МП - молочні продукти, Л- лактоза;

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

Гречану крупу перебирають, відділяють сторонні домішки, промивають декілька разів в холодній воді. В киплячу підсолону воду закладають підготовлену крупу, додають томатну пасту. Відварюють при слабкому кипінні до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання 2 години на марміті з моменту приготування. Температура подачі +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають гречану кашу на гарнір додавши вершкове масло. Температура подачі +65 °С.

Характеристика готової страви Зовнішній вигляд - крупа повністю розварена Колір - коричневий з червоним відтінком

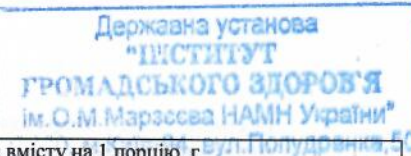
Смак і запах - відповідають даній крупі з присмаком томатів

Консистенція - розсипчаста

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,82	2,18	21,50	114,30
120	4,6	2,6	25,8	137,2
150	5,7	3,3	32,3	171,5

## Технологічна карта № 08.03



## Рис з кмином

Категорія: гарніри

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
	Крупа рисова	357	357	53,6	53,6	42,8	42,8	35,7	35,7
	Вода питна	750	750	112,5	112,5	90,0	90,0	75	75
	Сіль йодована	3	3	0,5	0,5	0,4	0,4	0,3	0,3
	Кмин сухий (зерно)	5	5	0,8	0,8	0,6	0,6	0,5	0,5
	Вершкове масло (МП, Л)	25	25	3,8	3,8	3,0	3,0	2,5	2,5
	Вихід готової страви, г		1000		150		120		100

Відхилення до маси порції +3%

Наявність харчових алергенів у страві: МП - молочні продукти, Л- лактоза;

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

Рис перебирають, промивають декілька раз в холодній воді та закладають у підсолону, киплячу воду і відварюють при слабкому кипінні до готовності. При наявності зайвої води, зливають її, потім додають кмин.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 години на марміті з моменту приготування. Температура подачі +65 °С.

Спосіб реалізації (подавання) споживачу

Подають рис на гарнір, а також для приготування фаршів. Температура подачі +65 С.

Характеристика готової страви Зовнішній вигляд - рис не розварений, не злипається

Колір - світло-кремовий

Смак і запах - відповідають вареному рису із смаком і запахом кмину

Консистенція - розсипчаста

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,1	2,5	25,1	136,8
120	3,7	3,0	30,2	164,1
150	4,7	3,8	37,7	205,2

## Технологічна карта № 08.04

## Рис розсипчастий з орегано

Категорія: гарніри

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
	Крупа рисова	362	357	54,3	53,6	43,4	42,8	36,2	35,7
	Вода питна	750	750	112,5	112,5	90,0	90,0	75,0	75,0
	Сіль йодована	3	3	0,5	0,5	0,4	0,4	0,3	0,3
	Вершкове масло (МП, Л)	25	25	3,8	3,8	3,0	3,0	2,5	2,5
	Орегано сушений	5	5	0,8	0,8	0,6	0,6	0,5	0,5
	Вихід готової страви, г		1000		150		120		100

Відхилення до маси порції +3%

Наявність харчових алергенів у страві: МП - молочні продукти, Л- лактоза;

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

Рис перебирають, промивають декілька разів в холодній воді та закладають у підсолону, киплячу воду та відварюють при слабкому кипінні до готовності. При наявності води, зливають її та додають орегано.

Термін придатності до споживання та умови зберігання 2 години на марміті з моменту приготування. Температура подачі +65 °С.

Спосіб реалізації (подавання) споживачу

Подають рис на гарнір додавши масло, а також для приготування фаршів. Температура подачі +65 °С.

Характеристика готової страви Зовнішній вигляд - рис не розварений, не злипається

Колір - світло-кремовий

Смак і запах - відповідають вареному рису із смаком і запахом орегано

Консистенція - розсипчаста

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,1	2,4	25,2	136,3
120	3,7	2,9	30,2	163,6
150	4,6	3,6	37,7	204,5

Технологічна карта № 08.05

Ризотто з зеленим горошком та твердим сиром

Категорія: гарніри

Державна установа  
"ІНСТИТУТ  
ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я  
ім. О.М.Марзєєва НАМН України"  
02660, м.Київ-94, вул.Полудренка,50

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	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
	Крупа рисова	175	170	43,8	42,5	35,0	34,0	26,3	25,5	21,0	20,4	17,5	17,0
	Цибуля ріпчаста	71,4	60	17,9	15,0	14,3	12,0	10,7	9,0	8,6	7,2	7,1	6,0
	Часник свіжий	12,8	10	3,2	2,5	2,6	2,0	1,9	1,5	1,5	1,2	1,3	1,0
	Олія соняшникова рафінована	30	30	7,5	7,5	6,0	6,0	4,5	4,5	3,6	3,6	3,0	3,0
	Овочевий бульйон н/ф (ТК № 2.15) (С)	627	627	156,8	156,8	125,4	125,4	94,1	94,1	75,2	75,2	62,7	62,7
	Горошок зелений (свіжоморожений)	100	100	25,0	25,0	20,0	20,0	15,0	15,0	12,0	12,0	10,0	10,0
	Сир твердий (МП, Л)	81,5	75	20,4	18,8	16,3	15,0	12,2	11,3	9,8	9,0	8,2	7,5
	Сіль йодована	3	3	0,8	0,8	0,6	0,6	0,5	0,5	0,4	0,4	0,3	0,3
	Перець чорний мелотий	1	1	0,3	0,3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,1	0,1	0,1	0,1
	Вихід готової страви, г		1000		250		200		150		120		100

Відхилення до маси порції +-3%

Наявність харчових алергенів у страві: МП - молочні продукти, Л- лактоза; С - селера;

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

Підготовлену цибулю і часник дрібно нарізають. Овочевий бульйон або воду розігріті практично до кипіння тримають на плиті на мінімальному вогні.

асерують цибулю і часник у пательні з олією протягом 2-3 хвилин на середньому вогні, поки цибуля не стане прозорою. Додають до пательні рис, добре перемішують і смажать ще 1-2 хвилини.

Після цього поступово додають у ризотто гарячий овочевий бульйон або воду. Продовжують підливати рідину невеликими порціями через кожні 2-3 хвилини при постійному помішуванні. Рис повинен приготуватися до стану аль-денте, тобто залишатися трохи твердим всередині. На це може піти до 10-12 хвилин. Коли рис практично готовий, додають заморожений зелений горошок і добре перемішують, прогрівають ще 2 хвилини.

У самому кінці приготування додають тертий твердий сир, щоб він розплавився. Додають сіль і перець за смаком. За консистенцією ризотто повинно нагадувати рідку клейку кашу.

Подають відразу після приготування.

Термін придатності до споживання та умови зберігання 2 години на марміті з моменту приготування. Температура подачі +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають ризотто з горошком на гарнір. Температура подачі +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд - зерна частково розварені, не розділяються

Колір - кремовий з ланетуватим віддітком від горошку

Смак і запах - характерний для каші з даного виду крупи та зеленого горошку

Консистенція - в'язка

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,1	5,8	21,7	159,0
120	6,1	7,0	26,1	190,8
150	7,6	8,7	32,6	238,4
200	10,1	11,6	43,5	317,9
250	12,7	14,6	54,3	397,4