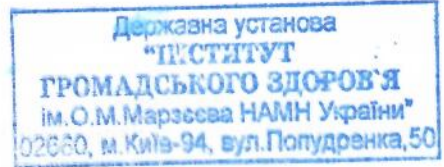


Технологічна карта № 1.43



Асорті овочево

Категорія: Холодні страви. Салати і вінегрети.

№ 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	Морква столова свіжа до 01.01.	625	500,0	93,8	75,0	75,0	60,0	62,5	50,0
	Морква столова свіжа з 01.01.	667	500,0	100,0	75,0	80,0	60,0	66,7	50,0
2	Огірки тепличні-парникові свіжі	255	250,0	38,3	37,5	30,6	30,0	25,5	25,0
	Огірки ґрунтові свіжі	313	250,0	46,9	37,5	37,5	30,0	31,3	25,0
3	Перець солодкий свіжий	240	180,0	36,0	27,0	28,8	21,6	24,0	18,0
4	Соус "Ароматна олія" (ТК № 10.10)	30,0	30,0	4,5	4,5	3,6	3,6	3,0	3,0
5	Насіння кунжуту білого (К)	50,0	50,0	7,5	7,5	6,0	6,0	5,0	5,0
Вихід готової страви, г		1000		150		120		100	

Відхилення до маси порції +3%

Наявність харчових алергенів у страві : (К) кунжут;

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

Моркву миють, очищують, нарізають соломкою. Перець солодкий свіжий миють, підрізають навколо плодоніжки і видаляють її разом з насінням, нарізають соломкою. Огірки свіжі миють, нарізають ламтиками. При відпусканні заправляють олією соняшниковою і посипають насінням кунжуту.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Температура подачі +8 °С ; Умови зберігання при t +4 ...+8 °С; Термін придатності 1 година.

Спосіб реалізації (подавання) споживачу

Асорті викладають горкою в центрі тарілки, поливають олією соняшниковою, посипають насінням кунжуту білого.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд - овочі нарізані рівними смужками

Колір - властивий кожному інгредієнту

Смак, запах - властивий кожному інгредієнту

Консистенція - овочі свіжі та хрумкі

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	1,0	3,1	2,7	43,2
75	1,5	4,7	4,0	64,8
100	1,98	6,25	5,33	86,44

Технологічна карта № 1.44

Вінегрет

Категорія: Холодні страви. Салати і вінегрети.

№ 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	Капуста квашена	100,0	70,0	5,0	3,5	7,5	5,3	10,0	7,0
1	Картопля свіжа з 01.09. по 31.10.	413	310,0	20,7	15,5	31,0	23,3	41,3	31,0
	Картопля свіжа з 01.11. по 31.12.	443	310,0	22,1	15,5	33,2	23,3	44,3	31,0
	Картопля свіжа з 01.01. по 28-29.02.	477	310,0	23,8	15,5	35,8	23,3	47,7	31,0
2	Картопля свіжа з 01.03.	517	310,0	25,8	15,5	38,8	23,3	51,7	31,0
3	Морква столова свіжа до 01.01.	250	200,0	12,5	10,0	18,8	15,0	25,0	20,0
	Морква столова свіжа з 01.01.	267	200,0	13,3	10,0	20,0	15,0	26,7	20,0
4	Цибуля ріпчаста свіжа	83	70,0	4,2	3,5	6,3	5,3	8,3	7,0
5	Буряк столовий свіжий до 01.01.	250	200,0	12,5	10,0	18,8	15,0	25,0	20,0
	Буряк столовий свіжий з 01.01.	267	200,0	13,3	10,0	20,0	15,0	26,7	20,0
6	Горошок свіжоморожений	100,0	100,0	5,0	5,0	7,5	7,5	10,0	10,0
7	Петрушка зелена свіжа	34	25,0	1,7	1,3	2,5	1,9	3,4	2,5
8	Соус "Вінегрет" (ТК № 10.02) (ГЦ)	40	40	2,0	2,0	3,0	3,0	4,0	4,0
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

Відхилення до маси порції +3%

Наявність харчових алергенів у страві : (ГЦ) гірчиця;

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

Відварені обчищені буряки, картоплю і моркву нарізають кубиком. Буряк заправляють окремо олією. Капусту квашену перебирають, відтискають і шинкують. Якщо капуста кисла, то промивають у холодній воді. Цибулю ріпчасту очищують, промивають, нарізають напівкільцями. Горошок свіжоморожений відварюють до готовності. Петрушку зелену свіжу промивають, обсушують, нарізають завдовжки 1-1,5 см. Підготовлені овочі змішують, перед подачею заправляють соусом "Вінегрет".

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Температура подачі +8 °С ; Умови зберігання при t +4 ...+8 °С; Термін придатності 1 година.

Спосіб реалізації (подавання) споживачу

Салат викладають горкою в центрі тарілки.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд - овочі нарізані кубиком, рівномірно перемішані і заправлені соусом.

Смак і запах - приємні, притаманні інгредієнтам страви.

Колір - притаманний інгредієнтам страви.

Консистенція - м'яка, соковита.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	0,92	1,75	6,04	43,33
75	1,38	2,62	9,06	65,00
100	1,84	3,49	12,08	86,67
125	2,3	4,4	15,1	108,3
150	2,76	5,24	18,12	130,00

Технологічна карта № 1.45

Державна установа
"ІНСТИТУТ
ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я
ім. О.М. Маршесва НАМН України"
вул. Кіровоградська, 50

Салат з гречки та овочів

Категорія: Холодні страви. Салати і вінегрети.

№ 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	Крупа гречана	245	242	61,3	60,5	44,1	43,6	24,5	24,2
2	Вода питна	458	458	114,5	114,5	82,4	82,4	45,8	45,8
3	Маса гречаної каші (розсипчаста)	580	580	145,0	145,0	104,4	104,4	58,0	58,0
4	Морква столова свіжа до 01.01.	250	200	62,5	50,0	45,0	36,0	25,0	20,0
	Морква столова свіжа з 01.01.	267	200	66,7	50,0	48,0	36,0	26,7	20,0
5	Бурак столовий свіжий до 01.01.	250	200	62,5	50,0	45,0	36,0	25,0	20,0
	Бурак столовий свіжий з 01.01.	267	200	66,7	50,0	48,0	36,0	26,7	20,0
6	Олія соняшникова	30	30	7,5	7,5	5,4	5,4	3,0	3,0
7	Сіль йодована	3	3	0,8	0,8	0,5	0,5	0,3	0,3
Вихід готової страви, г		1000		250		180		100	

Відхилення до маси порції +-3%

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

Крупу гречану перебирають, промивають, всипають в підсолону киплячу воду і варять, помішуючи, до загущення. Після чого кашу залишають для упівання. Готову кашу охолоджують. Моркву і буряк миють, очищають, відварюють або запікають до готовності та нарізають соломкою. Підготовлені інгредієнти змішують, додають сіль, заправляють перед подачею олією соняшниковою.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Температура подачі +8 °С ; Умови зберігання при t +4 ...+8 °С; Термін придатності 1 година.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Салат викладають у центр тарілки, посипають подрібненим свіжим кропом або петрушкою.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд - салат викладено горкою на тарілці, полито олією, посипано подрібненим свіжим кропом або петрушкою.

Смак і запах - приємні, притаманні інгредієнтам страви.

Колір - властивий інгредієнтам, що входять до страви.

Консистенція - ніжна, м'яка, соковита.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,3	3,4	13,4	89,4
180	4,1	6,1	24,2	160,9
250	5,7	8,5	33,6	223,4

Технологічна карта № 1.46

Салат з кисломолочного сиру, перецю солодкого з часником

Категорія: Холодні страви. Салати і вінегрети.

№ 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	Сир кисломолочний (МП,Л)	720	710	36,0	35,5	54,0	53,3	72	71
2	Перець солодкий	266,7	200	13,3	10,0	20,0	15,0	26,7	20
3	Кріп свіжий	40,5	30	2,0	1,5	3,0	2,3	4,1	3
4	Часник сухий	10,0	10	0,5	0,5	0,8	0,8	1,0	1
5	Перець чорний мелений	1	1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
6	Олія соняшникова рафінована	30	30	1,5	1,5	2,3	2,3	3	3
7	Орегано сухий	3	3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3
8	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 : (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

Сир кисломолочний протирають, додають сіль, часник сухий. Кріп миють, просушують, дрібно нарізають. Перець солодкий миють, видаляють плодоножку з насінням, нарізають кубиком.

Підготовлені інгредієнти змішують, додають сіль, перець чорний мелений, орегано сухий. При відпусканні салат заправляють олією соняшниковою і посипають орегано.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Температура подачі +8 °С ; Умови зберігання при t +4 ...+8 °С; Термін придатності 1 година.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Салат викладають у тарілку або салатник, поливають олією, посипають орегано.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд - салат викладено горкою в салатнику, полито олією, посипано орегано сухим.

Смак і запах - приємні, притаманні інгредієнтам страви.

Колір - властивий інгредієнтам, що входять до страви.

Консистенція - ніжна, м'яка, соковита.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	5,9	3,4	1,7	60,5
75	8,9	5,1	2,5	90,8
100	11,87	6,78	3,35	121,01