

Чілі кон карне з куркою**Категорія: Основні страви.**

№ 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
1	Філе куряче	402	390,0	120,6	117,0	80,4	78,0	72,4	70,2	60,3	58,5	40,2	39,0
2	Цибуля ріпчаста		50,0	17,9	15,0	14,9	12,5	10,7	9,0	8,9	7,5	6,0	5,0
3	Сіль йодована	3,0	3,0	0,9	0,9	0,8	0,8	0,5	0,5	0,5	0,5	0,3	0,3
4	Олія соняшникова рафінована	20,0	20,0	6,0	6,0	5,0	5,0	3,6	3,6	3,0	3,0	2,0	2,0
12	Вершкове масло (МП, Л)	10	10	3,0	3,0	2,5	2,5	1,8	1,8	1,5	1,5	1,0	1,0
5	Квасоля відварена (ТК№ 8.08)	480,0	480,0	144,0	144,0	120,0	120,0	86,4	86,4	72,0	72,0	48,0	48,0
6	Томатний сік	190,0	190,0	57,0	57,0	47,5	47,5	34,2	34,2	28,5	28,5	19,0	19,0
7	Вода питна	100,0	100,0	30,0	30,0	25,0	25,0	18,0	18,0	15,0	15,0	10,0	10,0
8	Чорний перець мелотий	1,0	1,0	0,3	0,3	0,3	0,3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,1	0,1
	Маса тушкованого курячого м'яса		280,0		84		70		50		42		28
	Маса гарніру з овочами		720,0		216		180		130		108		72
Вихід готової страви, г		1000		300		250		180		150		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

Філе куряче подрібнюють на м'ясорубці. Цибулю нарізають кубиками та обсмажують з фаршем на рослинній олії, додають відварену квасолю, вершкове масло, воду, томатний сік, сіль, перець, тушкують 15-20 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігати страву гарячою не більше 2 год. з моменту приготування. Температура подавання - +65-75 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Викладають гарнір на верх викладають порціно шматочки м'яса відповідно до маси порції

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд. Суміш подрібненого м'яса птиці з квасолею у однорідному соусі.

Смак і запах. Характерні тушкованій страві з виразним присмаком квасолі і м'яса птиці, в міру солоний

Колір. Рожевий з світлокоричневими включеннями.

Консистенція. М'яка, соковита

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	10,42	9,45	11,87	169,30
150	15,63	14,18	17,80	253,95
180	18,76	17,01	21,36	304,74
200	20,84	18,90	23,73	338,60
250	26,05	23,63	29,67	423,25
300	31,26	28,35	35,60	507,90

Котлета по-міланськи з сиром
Категорія: Основні страви.

№ 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
1	Філе куряче	824,7	800,0	123,7	120,0	103,1	100,0	70,1	68,0	82,5	80,0
2	Сухарі панірувальні (Г)	200,0	200,0	30,0	30,0	25,0	25,0	17,0	17,0	20,0	20,0
3	Яйце куряче (Я)	2,0	80,0	0,3	12,0	0,3	10,0	0,2	6,8	0,2	8,0
4	Молоко (МП, Л)	80,0	80,0	12,0	12,0	10,0	10,0	6,8	6,8	8,0	8,0
5	Борошно пшеничне цільнозернове (Г) або крохмаль кукурудзяний	92,0	90,0	13,8	13,5	11,5	11,3	7,8	7,7	9,2	9,0
6	Сіль йодована	3,0	3,0	0,5	0,5	0,4	0,4	0,3	0,3	0,3	0,3
7	Сир твердий (МП, Л)	110,0	100,0	16,5	15,0	13,8	12,5	9,4	8,5	11,0	10,0
8	Перець чорний мелений	1,0	1,0	0,2	0,2	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
9	Олія соняшникова для деко	15,0	15,0	2,3	2,3	1,9	1,9	1,3	1,3	1,5	1,5
	Маса м'ясного напівфабрикату		800		120		100		68		80
	Маса меланжу та паніровки		450		68		56		38		45
	Маса м'ясного напівфабрикату в паніровці		1250		188		156		106		125
	Вихід готової страви, г		1000		150		125		90		100

Відхилення до маси порції +3%

Наявність харчових алергенів у страві : (Г) глютен або його сліди; (Л) лактоза; (Я) яйця; (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

Куряче філе зачищають, порціонують, відбивають, надаючи овально-продовгуючої форми, додають сіль та перець. Яйця збивають в піну та додають молоко. Відбите філе, панірують спочатку в борошні чи крохмалі, потім змочують у підготовленому льезоні та панірують в сухарях. Запікають в духовій шафі за температури 220-240°C протягом 15-20 хв. Готову страву посипати тертим сиром.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігати страву гарячою не більше 2 год. з моменту приготування. Температура подавання - +65-75 °С.

Спосіб реалізації (подавання) споживачу

Викладають зверху на гарнір, присипають сушеним кропом чи петрушкою.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд. Шматок м'яса овально-плоскої форми, рівномірно обсмажений, з рум'яною скоринкою без тріщин на поверхні.

Смак і запах. Властивий запеченому м'ясу.

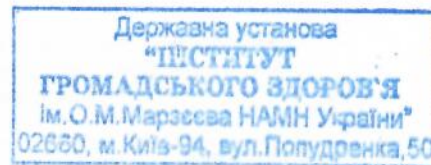
Колір. Від золотисто-жовтого до світло-коричневого.

Консистенція. М'яка, соковита, скоринка хрустка.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність
50	9,2	5,5	11,8	126,8
90	16,6	10,0	21,3	228,2
100	18,40	11,08	23,64	253,52
125	23,0	13,9	29,5	316,9
150	27,6	16,6	35,5	380,3

Технологічна карта № 4.07



Курка по-італійськи
Категорія: Основні страви.

№ 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	Філе куряче	1237	1200,0	105,2	102,0	74,2	72,0	123,7	120
3	Томатна паста	100,0	100,0	8,5	8,5	6,0	6,0	10,0	10
4	Цибуля ріпчаста	83	70,0	7,1	6,0	5,0	4,2	8,3	7
5	Часник сухий	10,0	10,0	0,9	0,9	0,6	0,6	1,0	1
6	Сіль йодована	3,0	3,0	0,3	0,3	0,2	0,2	0,3	0,3
7	Перець чорний мелений	1	1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
8	Орегано сушений	3	3	0,3	0,3	0,2	0,2	0,3	0,3
9	Вода питна	250	250	21,3	21,3	15,0	15,0	25,0	25
8	Олія соняшникова рафінована	30,0	30,0	2,6	2,6	1,8	1,8	3,0	3
	Маса тушкованого курячого м'яса		860,0		73,1		51,6		86
	Маса підливи з овочами		140,0		11,9		8,4		14
Вихід готової страви, г		1000		85		60		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

Варене філе пропускають через м'ясорубку. Цибулю обсмажують на пательні, додають мелене м'ясо, воду, томатну пасту, сіль, орегано, сушений часник та добре перемішують.

Доводять до кипіння і витримують на вогні 7-10 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігати страву гарячою не більше 2 год. з моменту приготування. Температура подавання - +65-75 °С.

Спосіб реалізації (подавання) споживачу

Подають з гарніром (відварені макаронні вироби, картопляне пюре, каша розсипчаста). Викладають на гарнір, посипають сушеним кропом чи петрушкою.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд. Суміш м'яса з овочами в соусі.

Смак і запах. Приємні, характерні пасерованим овочам з м'ясом птиці та томатною пастою. Смак в міру солоний.

Колір. Світло-рожевий.

Консистенція. Соковита, рідкої частини страви - соусоподібна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність
60	12,1	2,5	1,1	74,4
85	17,2	3,5	1,5	105,4
100	20,23	4,14	1,77	123,99

Технологічна карта № 4.08

Державна установа
"ІНСТИТУТ
ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я
ім. О.М.Марзєєва НАМН України"
10260, м.Київ-94, вул.Полудранка,50

Курячий шніцель
Категорія: Основні страви.

№ 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	Філе куряче	1031	1000,0	123,7	120,0	72,2	70,0	103,1	100
2	Панірувальні сухарі (Г)	150,0	150,0	18,0	18,0	10,5	10,5	15	15
3	Яйце куряче (Я)	2,0	80,0	0,2	9,6	0,1	5,6	0,2	8
4	Молоко пастеризоване (МП, Л) або вода питна	50	50,0	6,0	6,0	3,5	3,5	5	5
	Борошно пшеничне цілнозернове (Г) або крохмалькукурудзяний	50,0	50,0	6,0	6,0	3,5	3,5	5	5
6	Сіль йодована	52,0	50,0	6,2	6,0	3,6	3,5	5,2	5
7	Лимонний сік	3,0	3,0	0,4	0,4	0,2	0,2	0,3	0,3
8	Перець чорний мелений	10,0	10,0	1,2	1,2	0,7	0,7	1	1
9	Олія соняшникова для деко	1,0	1,0	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	Маса напівфабрикату	15,0	15,0	1,8	1,8	1,1	1,1	1,4	1,4
	Вихід готової страви, г		1300		156,0		91,0		117
	Відхилення до маси порції +-3%		1000		120		70		100

Наявність харчових алергенів у страві : (Г) глютен або його сліди; (Л) лактоза; (Я) яйця; (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

Куряче філе зачистити, порціонувати, відбити, додати сіль, перець.
Яйця взбити в піну та додати молоко, обвалити філе в молочно-яєчній суміші та запанірувати філе в крохмалі з сухарями. Запекти в духовій шафі за температури 180 °С протягом 15 хв. (до готовності).
отову страву збризнути лимонним соком перед подачею.
Термін придатності до споживання та умови зберігання
Зберігати страву гарячою не більше 2 год. з моменту приготування. Температура подавання - +65-75 °С.
Спосіб реалізації (подавання) споживачу

Викласти зверху на гарнір, присипати свіжим чи сушеним кропом або петрушкою.
Характеристика готової страви
Зовнішній вигляд. Виріб рівномірно панірований, скоринка без тріщин і підгорілостей на поверні
Смак і запах. Приємні, характерні для запеченої птиці, смак в міру солоний. Колір. Поверхня від золотиста до світло коричневого, на зрізі-біла
Консистенція. М'яка, соковита.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
70	13,1	6,9	11,3	148,5
100	18,70	9,85	16,19	212,09
120	22,4	11,8	19,4	254,5

Курячий шніцель з соусом "Кетчуп"

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
70/25	13,4	6,9	14,3	161,6
100/25	18,97	9,87	19,16	225,25
120/25	22,7	11,8	22,4	267,7