

Технологічна карта № 5.03

Китайська печеня зі свининою

Категорія: Основні страви

Державна установа
"ІНСТИТУТ
ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я
ім.О.М.Мар'єєва НАМН України"
108-94, вул.Палудівська 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
1	Свинина великими шматками	471,4	470,0	117,9	117,5	94,3	94,0	70,7	70,5	47,1	47,0
2	Картопля свіжа з 01.09. по 31.10.	693	520,0	173,3	130,0	138,7	104,0	104,0	78,0	69,3	52,0
	Картопля свіжа з 01.11. по 31.12.	743	520,0	185,7	130,0	148,6	104,0	111,4	78,0	74,3	52,0
	Картопля свіжа з 01.01. по 28-29.02.	800	520,0	200,0	130,0	160,0	104,0	120,0	78,0	80,0	52,0
	Картопля свіжа з 01.03.	867	520,0	216,7	130,0	173,3	104,0	130,0	78,0	86,7	52,0
3	Морква столова свіжа до 01.01.	125	100,0	31,3	25,0	25,0	20,0	18,8	15,0	12,5	10,0
	Морква столова свіжа з 01.01.	133	100,0	33,3	25,0	26,7	20,0	20,0	15,0	13,3	10,0
4	Цибуля ріпчаста	120,0	100,0	30,0	25,0	24,0	20,0	18,0	15,0	12,0	10,0
5	Олія соняшникова рафінована	20,0	20,0	5,0	5,0	4,0	4,0	3,0	3,0	2,0	2,0
6	Вершкове масло (МП, Л)	10	10	2,5	2,5	2,0	2,0	1,5	1,5	1,0	1,0
7	Сіль йодована	3,0	3,0	0,8	0,8	0,6	0,6	0,5	0,5	0,3	0,3
8	Крохмаль картопляний	15,0	15,0	3,8	3,8	3,0	3,0	2,3	2,3	1,5	1,5
9	Вода питна	200,0	200,0	50,0	50,0	40,0	40,0	30,0	30,0	20,0	20,0
10	Кориця мелена	5,0	5,0	1,3	1,3	1,0	1,0	0,8	0,8	0,5	0,5
11	Аніс сухий	2шт	5,0		1,3		1,0		0,8		0,5
12	Імбир сухий молотий	4,0	4,0	1,0	1,0	0,8	0,8	0,6	0,6	0,4	0,4
13	Куркума молота	4,0	4,0	1,0	1,0	0,8	0,8	0,6	0,6	0,4	0,4
	Маса тушкованого м'яса		330,0		82,5		66,0		49,5		33,0
	Маса готових овочів		670,0		167,5		134,0		100,5		67,0
Вихід готової страви, г		1000		250		200		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

Підготовлені овочі: картоплю, моркву, цибулю очистити та нарізати кубиком, свинину також нарізати кубиком(масою 30-40гр). Овоч обсмажити на олії. Залити водою, додати спецій та сіль. Тушкувати на маленькому вогні до готовності та загустити крохмалем.

Підготовлені овочі: картоплю, моркву, цибулю очистити та нарізати кубиком, свинину також нарізати кубиком(масою 30-40гр). Овоч обсмажити на олії. Залити водою, додати спецій та сіль. Тушкувати на маленькому вогні до готовності та загустити крохмалем.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Спосіб реалізації (подавання) споживачу

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

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

Характеристика готової страви:

Яд - форма нарізки овочів і мяса зберігається, на поверхні шматочків мяса румяна кірочка, шматочки мяса нарізані упоперек волокон;

Смак і запах - тушкованого мяса з ароматом овочів і спецій;

Колір - від кремового до світло-жовтого, мяса сірого або коричневого;

Консистенція - м'яка, соковита, соусу однорідна - без грудочок крохмалю

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,6	9,3	13,0	156,0
150	6,9	13,9	19,5	234,0
200	9,1	18,5	26,0	311,9
250	11,4	23,2	32,5	389,9

Технологічна карта № 5.04

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

Лінійні голубці з яловичиною

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	Яловичина великими шматками	412,1	410,0	123,6	123,0	103,0	102,5	70,1	69,7	41,2	41,0
2	Цибуля ріпчаста	80,0	60,0	24,0	18,0	20,0	15,0	13,6	10,2	8,0	6,0
3	Морква столова свіжа до 01.01.	88	70,0	26,3	21,0	21,9	17,5	14,9	11,9	8,8	7,0
	Морква столова свіжа з 01.01.	93	70,0	28,0	21,0	23,3	17,5	15,9	11,9	9,3	7,0
4	Капуста білоголова свіжа	375	300,0	112,5	90,0	93,8	75,0	63,8	51,0	37,5	30,0
5	Крупа рисова	110,0	110,0	33,0	33,0	27,5	27,5	18,7	18,7	11,0	11,0
6	Криандр мелений	1,0	1,0	0,3	0,3	0,3	0,3	0,2	0,2	0,1	0,1
7	Томатна паста	20,0	20,0	6,0	6,0	5,0	5,0	3,4	3,4	2,0	2,0
8	Сметана (МП, Л)	80,0	80,0	24,0	24,0	20,0	20,0	13,6	13,6	8,0	8,0
9	Олія соняшникова рафінована	20,0	20,0	6,0	6,0	5,0	5,0	3,4	3,4	2,0	2,0
10	Масло вершкове (МП, Л)	10,0	10,0	0,8	0,8	0,8	0,8	1,0	1,0	1,0	1,0
11	Сіль йодована	3,0	3,0	0,9	0,9	0,8	0,8	0,5	0,5	0,3	0,3
12	Перець чорний мелений	1,0	1,0	0,3	0,3	0,3	0,3	0,2	0,2	0,1	0,1
	Маса фаршу		380		114,0		95,0		64,6		38,0
	Маса вареного рису		280		84,0		70,0		47,6		28,0
	Маса пасерованих овочів		335		100,5		83,8		57,0		33,5
	Маса напівфабриката		997		299,1		249,3		169,5		99,7
	Маса соусу для тушкування		155		46,5		38,8		26,4		15,5
Вихід готової страви, г		1000		300		250		170		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

Промити рис і залити його холодною водою у співвідношенні 1:2. Підсолити і варити 5 хвилин під закритою кришкою після закипання. Зняти з вогню і залишити на 15 хвилин, щоб рис дійшов до готовності. М'ясо подрібнюють через м'ясорубку двічі. Цибулю треба нарізати дрібними кубиками. Моркву натерти на крупній тертці, капусту нарізати дрібно. На олії та вершковому маслі пасерувати цибулю до м'якості і прозорості. Додати до пательні моркву і тушкувати 3 хвилини. Ввести нашатковану капусту і тушкувати все разом до м'якості капусти протягом 5-7 хвилин, щоб голубці вийшли соковитими і ніжними. З'єднати охолоджений рис, фарш і пасеровані овочі. Додати до голубців меленого коріандру. Ретельно перемішати і сформувати невеликі лінійні голубці у формі довгастих виробів, вагою 70-75 гр. Деко для запікання змастити соняшниковою олією і викласти лінійні голубці в один шар дуже близько один до одного. Для заливки з'єднати томатну пасту та сметану. Додати сіль і перець, добре перемішати. Отриманою сумішшю залити лінійні голубці і запекти в духовці за температури 180 °C протягом 45-50 хвилин.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Термін реалізації - 2 години. Температура подачі +65-75 °C

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подавати порційно зі сметаною.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд - Форма нарізання овочів однакова, збережена після приготування.

Смак - кисло-солодкий. Запах - властивий овочам, без запаху пареної капусти, підгорілих овочів і томатної пасти, з ароматом кмину і томату.

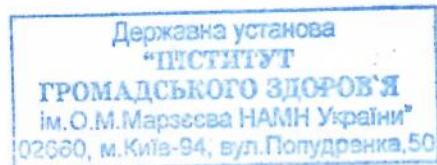
Колір - світло коричневий.

Консистенція - соковита.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,9	9,0	9,8	146,8
170	10,1	15,4	16,7	249,6
250	14,8	22,6	24,5	367,1
300	17,8	27,1	29,4	440,5

Технологічна карта № 5.05



Болоньезе

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	Яловичина великими шматками	577,9	575,0	121,4	120,8	104,0	103,5	69,3	69,0
2	Цибуля ріпчаста	250,0	210,0	52,5	44,1	45,0	37,8	30,0	25,2
3	Часник свіжий	23,0	17,0	4,8	3,6	4,1	3,1	2,8	2,0
4	Олія соняшникова рафінована	20,0	20,0	4,2	4,2	3,6	3,6	2,4	2,4
5	Паста томатна	100,0	100,0	21,0	21,0	18,0	18,0	12,0	12,0
6	Бульйон овочевий (ТК № 2.15) (С)	500,0	500,0	105,0	105,0	90,0	90,0	60,0	60,0
7	Перець чорний мелений	1,0	1,0	0,2	0,2	0,2	0,2	0,1	0,1
8	Сіль йодована	3,0	3,0	0,6	0,6	0,5	0,5	0,4	0,4
9	Цукор пісок	33,0	33,0	6,9	6,9	5,9	5,9	4,0	4,0
Вихід готової страви, г		1000		210		180		120	

Відхилення до маси порції +3%

Наявність харчових алергенів у страві : (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

М'ясо нарізати та подрібнити на м'ясорубці. На соняшниковій олії припустити цибулю, часник та фарш за температури 150-160 °С протягом 5-7 хв.

Додати до фарша томатну пасту, овочевий бульйон, сіль та перець. Тушкувати на середньому вогні за температури 100 °С до готовності протягом 10-15 хв.

Страву подати з гарніром.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Термін реалізації - 2 години. Температура подачі +65-75 °С

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подається до гарніру, відповідно до маси порції.

Характеристика готової страви:

Зовнішній вигляд - тушкований фарш розсипчастий;

Смак і запах - з ароматом овочів та спецій;

Колір - від темно-червоного до коричневого, колір фаршу сірий або коричневий;

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	7,65	8,22	11,48	165,81
120	9,18	9,86	13,78	198,97
180	13,77	14,80	20,66	298,46
210	16,07	17,26	24,11	348,20

Технологічна карта № 5.06

Державна установа
"ІНСТИТУТ
ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я
ІМ. С. П. МОРОЗОВА НАМН України"

Кебаб 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
1	Яловичина великими шматками	1005,0	1000,0	120,6	120,0	100,5	100,0	70,4	70,0
2	Яйця курячі (Я)	2 шт	80,0		9,6		8,0		5,6
3	Хмелі-сунелі	1,5	1,5	0,2	0,2	0,2	0,2	0,1	0,1
4	Сіль йодована	3,0	3,0	0,4	0,4	0,3	0,3	0,2	0,2
5	Сир твердий (МП, Л)	135,9	125,0	16,3	15,0	13,6	12,5	9,5	8,8
6	Цибуля ріпчаста	107	90,0	12,9	10,8	10,7	9,0	7,5	6,3
	Кріп сушений	5,0	5,0	0,6	0,6	0,5	0,5	0,4	0,4
	Маса фаршу		1084,0		130,1		108,4		75,9
	Маса сиру кисломолочного		250,0		30,0		25,0		17,5
7	Маса сформованого напівфабрикату		1334,0		160,1		133,4		93,4
	Олія соняшникова для деко	15,0	15,0	1,2	1,8	1,4	1,4	1,1	1,1
Вихід готової страви, г		1000		120		100		70	

Відхилення до маси порції +3%

Наявність харчових алергенів у страві: (Л) лактоза; (МП) молочні продукти; (Я) яйця;

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

М'ясо нарізати та подрібнити на м'ясорубці. Додати яйце та хмелі-сунелі, сушений кріп, змішати фарш. Для начинки з сиру, сир натерти, або пропустити через подрібнювач.

Січену натуральну масу розділити на порції, округлити та приплюснути, всередину вкласти натертий сир та сформувати напівфабрикати овальної форми). Викласти на деко змащене рослинною олією.

Запекати в духовій шафі за температури 180 °С протягом 30 хвилин.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Термін реалізації - 2 години. Температура подачі +65-75 °С

Спосіб реалізації (подавання) споживачу

Подається до гарніру, відповідно до маси порції.

Характеристика готової страви:

Зовнішній вигляд - страва зберігає форму, на поверхні румяна

Смак і запах - смак у міру солоний з ароматом начинки та спец

Колір - на розрізі світлий або темно-сірий;

Консистенція - соковита, без грубої сполучної тканини, сухож

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
70	12,64	8,83	1,08	132,67
100	18,06	12,62	1,54	189,53
120	21,67	15,14	1,85	227,43

Технологічна карта № 5.07

Січеники

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	Яловичина великими шматками								
2	Свинина великими шматками	623,1	620,0	74,8	74,4	62,3	62,0	43,6	43,4
3	Цибуля ріпчаста	401,2	400,0	48,1	48,0	40,1	40,0	28,1	28,0
4	Панірувальні сухарі (Г)	179	150,0	21,4	18,0	17,9	15,0	12,5	10,5
5	Яйця курячі (Я)	100,0	100,0	12,0	12,0	10,0	10,0	7,0	7,0
6	Хмелі-сунелі	40,0	40,0	4,8	4,8	4,0	4,0	2,8	2,8
7	Хмелі-сунелі	1,5	1,5	0,2	0,2	0,2	0,2	0,1	0,1
8	Сіль йодована	3,0	3,0	0,4	0,4	0,3	0,3	0,2	0,2
8	Олія соняшникова для деко	15,0	15,0	1,8	1,8	1,5	1,5	1,1	1,1
	Маса напівфабрикатів		1320		184,8		132,0		92,4
Вихід готової страви, г		1000		120		100		70	

Відхилення до маси порції +3%

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

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

М'ясо свинини та яловичини подрібнити та підготовлену цибулю, перемолоти на м'ясорубку або посікти. Додати до фаршу яйця, спеції, сіль. Фарш ретельно перемішати, і вибити. Готову котлетну масу порціонують, обкачують у сухарях і надають овально-приплюснотій форми з загостреним кінцем (котлети) товщиною 2,0-2,5 см., 10-12см. завдовжки і 5см. завширшки. Сформовані напівфабрикати викласти на змащене олією деко. Запекати у жаровій шафі при температурі 180 оС, 20-25 хв. до появи золотистої скоринки.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Термін реалізації - 2 години. Температура подачі +65-75 °С

Спосіб реалізації (подавання) споживачу

Подається до гарніру, відповідно до маси порції.

Характеристика готової страви:

Зовнішній вигляд - котлети зберігають форму, не допускається відставання паніровки, на поверхні румяна кірочка без тріщин;

Смак і запах - смак у міру солоний з ароматом спецій, без присмаку хліба;

Колір - на розрізі світлий або темно-сірий;

Консистенція - соковита, однорідна, без грубої сполучної тканини.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
70	7,01	7,00	7,88	124,18
100	10,02	10,00	11,25	177,40
120	12,02	12,00	13,50	212,88