

Утверждено: Директор ООО "ШБС № 11"

Т.И. Борщичева

Согласовано: Директор МДОУ "Школа № 99" Сидорова

Базовая

Примерное двухнедельное меню с 09.01.2024 г. по 22.01.2024 г. (август) для детей 12 лет и старше 1 смена на II полугод. 2024-2025 уч.год (дотация Подольская № 128 руб 56 коп)

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
Неделя 1 день 1						
2/2004	Бутерброд с джемом	25/20	3,97	3,84	7,38	113,76
25/8	Шницель из мяса с отрубями	100	10,64	16,02	12,96	249,03
ттк 462	Булгур с овощами	180	6,36	6,57	38,87	220,73
ттк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
	Итого		22,74	26,76	77,60	671,88
Неделя 1 день 2						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
1/2004	Бутерброд с сыром	25/20	4,23	1,99	7,02	35,36
383/1994	Рыба запеченная в сметанном соусе	50/50	10,60	10,90	11,10	179,00
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	13,10	56,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
	Итого		22,18	18,77	77,70	544,97
Неделя 1 день 3						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
ттк 466	Чиполлетти из мяса	100	10,89	11,57	9,74	221,17
276/94	Макаронные изделия с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		19,71	18,34	85,02	588,94
Неделя 1 день 4						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
ттк 510	Мясо птицы по - строгановски	100	13,75	6,39	7,74	177,70
ттк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	180	4,17	8,16	36,90	218,21
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
	Мучное изделие	50	2,90	9,90	23,40	67,50
	Итого		22,90	25,34	89,59	566,84
Неделя 1 день 5						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
2/2004	Бутерброд с маслом	25/15	1,10	2,24	6,80	94,76
ттк 467	Азу из мяса по - домашнему	100	10,60	12,40	12,90	216,00
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	7,89	6,37	34,51	208,10
ттк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01
	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
	Итого		21,69	21,23	78,27	626,04
Неделя 2 день 1						
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
ттк 511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	100/50	10,25	13,53	11,63	176,00
276/94	Макаронные изделия с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12
ттк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		19,11	20,31	87,15	545,98

<u>Неделя 2 день 2</u>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
1/2004	Бутерброд с сыром	25/20	4,23	1,99	7,02	35,36
394/94	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	250	18,13	18,72	56,02	399,05
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	13,10	56,00
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
Итого			26,01	21,88	76,80	604,39
<u>Неделя 2 день 3</u>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
2/2004	Бутерброд с маслом	25/15	1,10	2,24	6,80	94,76
тгк 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	250	14,50	17,64	46,51	341,56
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
Итого			19,31	20,39	85,48	589,64
<u>Неделя 2 день 4</u>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
тгк 510	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	100	13,75	6,36	7,74	177,70
тгк 255	Макаронны отварные с овощами	180	6,20	8,90	41,16	221,20
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
	Мучное изделие	50	2,90	9,90	23,40	67,50
Итого			24,93	26,05	93,85	569,83
<u>Неделя 2 день 5</u>		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
401/1994	Гуляш из мяса	100	10,89	11,57	17,74	231,17
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09
тгк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
Итого			18,38	18,16	71,99	544,25
Итого за 10 дней			216,96	217,23	823,45	5852,75
Итого за один день			21,70	21,72	82,35	585,28

Утверждаю: Директор ЕМУП ШБС № 11
Т.И.Зубрицкая

Согласовано: *Т.А.Васильева*
МАБУ ШКОЛ № 99
Средняя общеобразовательная школа № 99
г. Екатеринбург

Примерное двухнедельное меню с 01.09.2024 "Обед" для детей 12 лет и старше 2 смена
на 2024-2025 уч. год (дотация, родительская оплата 17 руб. 79 коп.)

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего				
Неделя 1 день 1								
138/1994	Суп картофельный с бобовыми	250	5,54	5,93	20,78	164,06		
25/8	Шницель из мяса с отрубями	100	10,64	16,02	12,96	249,03		
ттк 462	Булгур с овощами	180	6,36	6,57	38,87	220,73		
ттк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,09	88,19		
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63		
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69		
	Итого		29	30,02	122,15	884,32		
Неделя 1 день 2								
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ		
110/1994	Борщ со сметаной	250/5	6,60	10,15	29,58	189,96		
401/1994	Гуляш из мяса	100	10,89	11,57	17,74	231,17		
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09		
ттк 263	Компот из ягод	200	1,02	0,06	19,76	87,60		
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63		
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69		
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68		
	Итого		27,93	28,64	131,24	878,82		
Неделя 1 день 3								
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ		
ттк 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08		
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	3,10	6,60	19,24	124,38		
ттк 466	Чиполлетти из мяса	100	10,89	11,57	9,74	221,17		
276/94	Макаронные изделия с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12		
ттк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00		
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75		
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69		
	Итого		26,93	25,65	124,42	831,19		
Неделя 1 день 4								
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ		
ттк 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08		
120/1994	Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	3,35	4,30	16,20	230,00		
ттк 199	Филе индейки. тушен. в соусе смет.с том с овощ	100	13,75	14,36	7,74	177,70		
ттк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	180	4,17	8,16	36,90	218,21		
638/1994	Компот из кураги	200	1,02	0,06	19,76	87,60		
-	Батон с отрубями	50	4,00	1,74	23,50	131,26		
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69		
	Итого		29,80	29,26	121,55	946,54		
Неделя 1 день 5								
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ		
139/1994	Суп картофельный с макаронными изд.	250	7,59	8,95	19,31	163,27		
ттк 467	Азу из мяса по - домашнему	100	10,60	12,40	12,90	216,00		
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	7,89	6,37	34,51	208,10		
ттк 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами	200	0,15	0,08	26,52	110,92		
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63		
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17		
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68		
	Итого		30,61	28,86	130,61	879,77		

Неделя 2 день 1		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
138/1994	Суп картофельный с бобовыми	250	5,54	5,93	20,78	164,06
ттк 410	Тефтели из мяса с отрубями с соусом молочным	100/50	10,25	13,53	11,63	176,00
36/2003	Рис припущенный с овощами	180	4,35	5,57	43,70	236,10
ттк 302	Компот из ягод "Ассорти"	200	1,02	0,06	17,76	87,60
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
Итого			27,75	27,60	132,72	868,82
Неделя 2 день 2		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
5/2	Борщ с морской капустой со сметаной	250/5	6,60	10,15	29,58	189,96
394/94	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	250	18,13	18,72	56,02	399,05
ттк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
Итого			30	29,51	133,20	814,73
Неделя 2 день 3		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
132/1994	Суп из овощей с зеленым горш со сметаной	250/5	3,35	8,30	27,20	230,00
ттк 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	250	14,50	17,64	46,51	341,56
ттк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,09	88,19
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
Итого			25,16	26,91	133,65	864,81
Неделя 2 день 4		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/10	7,86	10,58	17,59	168,98
ттк 199	Филе кур. тушен. в соусе смет.с том с овощ	100	8,75	10,56	8,74	177,70
ттк 255	Макароны отварные с овощами	180	6,20	8,90	41,16	221,20
ттк 263	Компот из ягод	200	1,02	0,06	19,76	87,60
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
Итого			29,53	31,57	127,30	866,48
Неделя 2 день 5		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
ттк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	3,10	6,60	19,24	124,38
401/1994	Гуляш из мяса	100	10,89	11,57	17,74	231,17
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	7,37	34,51	208,10
ттк 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами	200	0,80	0,80	26,52	110,92
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
Итого			28,30	27,87	127,58	844,51
Итого за 10 дней			284,34	285,89	1284,42	8679,99
Итого за один день			28,43	28,59	128,44	868,00

129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной с мясом	250	3,10	6,60	19,24	124,38
тк 466	Чиполлетти из мяса	100	10,89	11,57	9,74	221,17
276/94	Макаронные изделия отварные с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12
тк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Обед '		26,13	27,60	128,26	841,21
	Итого		45,83	46,93	206,90	1386,92
	Неделя 1 день 4					
	Завтрак	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
257/94	Каша пшеничная молочная с маслом сл.	200/5	7,86	7,18	36,02	232,18
297/1994	Запеканка из творога с молоком сгущ.	100/20	6,53	12,54	18,43	266,16
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
	Итого за 'Завтрак '		18,10	20,23	86,62	652
	Обед					
120/1994	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом	250	3,35	4,30	16,20	230,00
тк 510	Мясо птицы по - строгановски	100	13,75	6,39	7,74	177,70
тк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	180	4,17	8,16	36,90	218,21
638/1994	Компот из кураги	200	1,02	0,06	19,76	87,60
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Мучное изделие	50	2,90	9,90	23,40	67,50
	Итого за 'Обед '		28,84	29,98	124,10	894,98
	Итого		46,94	50,21	210,72	1546,64
	Неделя 1 день 5					
	Завтрак	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
2/2004	Бутерброд с маслом	25/15	1,10	2,24	6,80	94,76
430/1994	Запеканка картофельная с мясом с соусом сметанным с томатом	250/50	14,70	17,89	46,99	390,01
тк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
	Итого за 'Завтрак '		19,90	21,22	89,60	657,58
	Обед					
тк 245	Овощная поджаренная	20	0,21	0,04	0,75	5,08
139/1994	Суп картофельный с макаронными изд.с мясом	250	7,59	8,95	19,31	163,27
тк 467	Азу из мяса по - домашнему	100	10,60	12,40	12,90	216,00
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	7,89	6,37	34,51	208,10
тк 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами	200	0,15	0,08	26,52	110,92
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Обед '		32,14	29,31	134,04	914,37
	Итого		52,04	50,53	224	1571,95
	Неделя 2 день 1					
	Завтрак	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
1/2004	Бутерброд с маслом и сыром	25/10/20	8,36	12,91	13,81	184,02
157/1994	Каша ячневая вязкая молочная с маслом сл.	200/5	8,28	7,52	36,83	238,29
тк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Завтрак '		18,81	20,76	80,63	559,35

		<u>Обед</u>				
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом	250	5,54	5,93	20,78	164,06
тгк 511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	100/50	10,25	13,53	11,63	176,00
276/94	Макаронные изделия с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12
тгк 302	Компот из ягод "Ассорти"	200	1,02	0,06	17,76	87,60
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
Итого за 'Обед '			28,85	26,87	132,35	854,31
Итого			47,66	47,63	212,98	1413,66
Неделя 2 день 2		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
		<u>Завтрак</u>				
1/2004	Бутерброд с сыром	25/20	4,23	1,99	7,02	35,36
тгк 456	Каша "Царская" (каша гречневая с мясом и овощами)	250	16,56	19,63	52,07	440,98
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	13,10	56,00
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
Итого за 'Завтрак '			22,44	21,92	80,54	580,69
		<u>Обед</u>				
тгк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	9,62
5/2	Борщ с морской капустой со сметаной с мясом	250	6,60	10,15	29,58	189,96
394/94	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	250	18,13	18,72	56,02	399,05
тгк 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	45	2,97	0,28	21,03	100,75
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
Итого за 'Обед '			29,77	29,51	133,20	816,73
Итого			52,21	51,43	213,74	1397,41
Неделя 2 день 3		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
		<u>Завтрак</u>				
тгк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
тгк 413	Котлета куриная с отрубями	100	8,51	9,90	7,43	144,53
469/1994	Макаронные изделия отварные	180	6,36	6,57	38,87	220,73
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
Итого за 'Завтрак '			19,30	17,04	91,19	574,88
		<u>Обед</u>				
тгк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
132/1994	Суп из овощей с зеленым горш со сметаной	250	5,35	8,30	27,20	230,00
тгк 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	250	14,50	17,64	46,51	341,56
тгк 289	Компот из кураги и изюма	200	0,72	0,03	21,09	88,19
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
Итого за 'Обед '			26,57	26,82	138,24	879,91
Итого			45,87	43,86	229,43	1454,79
Неделя 2 день 4		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
		<u>Завтрак</u>				
284/1994	Омлет натуральный	200	11,27	13,12	29,83	271,25
	Йогурт фруктовый	125	3,80	6,50	12,80	120,30
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
Итого за 'Завтрак '			19,13	20,70	78,20	562,15
		<u>Обед</u>				

167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/10	7,86	10,58	17,59	168,98
тгк 510	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	100	13,75	6,36	7,74	177,70
тгк 255	Макаронны отварные с овощами	180	6,20	8,90	41,16	221,20
тгк 263	Компот из ягод	200	1,02	0,06	19,76	87,60
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Мучное изделие	50	2,90	9,90	23,40	67,50
	Итого за 'Обед'		35,38	36,97	129,75	836,95
	Итого		54,51	57,67	207,95	1399,11
	Неделя 2 день 5					
	Завтрак	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
2/2004	Бутерброд с маслом	25/15	1,10	2,24	6,80	94,76
43/2003	Суфле "Рыбка"	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09
тгк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
	Итого за 'Завтрак'		18,21	21,55	71,76	559,03
	Обед					
181/1994	Уха рыбацкая	250	5,85	8,25	17,33	155,80
401/1994	Гуляш из мяса	100	10,89	11,57	17,74	231,17
тгк 393	Капуста тушеная с куркумой	180	7,44	8,23	42,67	234,14
тгк 270	Компот "Здоровье" из яблоч с ягодами	200	0,80	0,80	26,52	110,92
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Обед'		30,68	30,32	144,31	943,03
	Итого		48,89	51,87	216,07	1502,06
	Итого за 10 дней		494,76	496,06	2131,21	14564,67
	Итого за один день		49,48	49,61	213,12	1456,47



Утверждаю: Директор ООО "ШБС № 11"

Т.А. Зубрицкая



Согласовано: Директор

М.А. Умрищев и др. 99
Сычукова

Примерное двухнедельное меню с 09.01.2025 г "завтрак + обед" для детей 12 лет и старше с сахарным диабетом на II полугодии 2024-2025г

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего			
Неделя 1 день 1							
<i>Завтрак</i>							
3/2004	Бутерброд с маслом с сыром	15/10/15	6,36	11,91	11,81	182,02	
35/2003	Каша молоч. Дружба с масл. сл. без сахара	200/5	7,85	7,17	21,63	169,70	
тгк/264	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	14,39	96,37	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
Итого за 'Завтрак '			19,75	23,16	71,18	562,40	
<i>Обед</i>							
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом	250	5,54	5,93	20,78	164,06	
25/8	Шницель из мяса с отрубями	100	10,64	16,02	12,96	249,03	
тгк 462	Булгур с овощами	180	6,36	6,57	38,87	220,73	
тгк 289	Компот из кураги и изюма без сахара	200	0,72	0,03	11,31	51,02	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
Итого за 'Обед '			27,31	29,72	115,62	847,49	
Итого			47,06	52,88	186,80	1409,89	
Неделя 1 день 2							
<i>Завтрак</i>							
1/2004	Бутерброд с сыром	25/20	4,23	1,99	7,02	35,36	
50/2003	Котлета мясная Детская	100	10,60	12,00	10,40	237,00	
469/1994	Макаронные изделия отварные	180	6,36	6,57	39,86	220,73	
705/1994	Напиток из шиповника без сахара	200	0,24	0,10	3,28	18,57	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
Итого за 'Завтрак '			23,43	21,53	72,31	577,29	
<i>Обед</i>							
тгк 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08	
110/1994	Борщ со сметаной с мясом	250	6,60	10,15	29,58	189,96	
383/1994	Рыба запеченная в сметанном соусе	50/50	10,60	10,90	11,10	179,00	
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09	
тгк 263	Компот из ягод без сахара	200	1,02	0,06	7,36	10,74	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,79	65,63	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
Итого за 'Обед '			26,20	27,71	104,64	706,53	
Итого			49,63	49,24	176,95	1283,81	
Неделя 1 день 3							
<i>Завтрак</i>							
тгк 245	Овощная подгарнировка	35	0,32	0,06	1,12	17,62	
492/2004	Плов из мяса птицы с куркумой	250	15,82	19,06	49,70	398,62	
628/1994	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,02	0,64	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
Итого за 'Завтрак '			19,92	19,74	79,14	562,25	

		<u>Обед</u>					
ттк 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08	
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной с мясом	250	3,10	6,60	19,24	124,38	
ттк 466	Чиполлетти из мяса	100	10,89	11,57	9,74	221,17	
276/94	Макаронные изделия отварные с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
		Итого за 'Обед '		24,61	25,94	101,29	727,41
		Итого		44,53	45,68	180,43	1289,65
		Неделя 1 день 4					
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
		<u>Завтрак</u>					
257/199	Каша пшеничная молочная с маслом сл без сах	200/5	7,86	7,18	32,03	219,62	
297/1994	Запеканка из творога без сахара	80	8,44	8,36	5,63	148,64	
628/1994	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,02	0,64	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
		Итого за 'Завтрак '		20,03	16,73	57,78	482,87
		<u>Обед</u>					
ттк 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08	
120/1994	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом	250	3,35	4,30	16,20	230,00	
ттк 510	Мясо птицы по - строгановски	100	13,75	6,39	7,74	177,70	
ттк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	180	4,17	8,16	36,90	218,21	
638/1994	Компот из кураги без сахара	200	1,02	0,06	9,98	50,43	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
		Итого за 'Обед '		26,55	20,12	103,27	844,08
		Итого		46,58	36,85	161,05	1326,95
		Неделя 1 день 5					
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
		<u>Завтрак</u>					
2/2004	Бутерброд с маслом	25/15	1,10	2,24	6,80	94,76	
430/1994	Запеканка картофельная с мясом с соусом сметанным с томатом	250/50	14,70	17,89	46,99	390,01	
ттк 420	Чай лимонный без сахара	200	0,12	0,03	10,04	40,01	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
		Итого за 'Завтрак '		17,6	20,5	72,2	573,1
		<u>Обед</u>					
ттк 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08	
139/1994	Суп картофельный с макаронными изд.с мясом	250	7,59	8,95	19,31	163,27	
ттк 467	Азу из мяса по - домашнему	100	10,60	12,40	12,90	216,00	
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	7,89	6,37	34,51	208,10	
ттк 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами б/с	200	0,15	0,08	2,57	12,90	
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
		Итого за 'Обед '		30,47	28,33	104,01	769,55
		Итого		48,04	48,79	176,19	1342,67
		Неделя 2 день 1					
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
		<u>Завтрак</u>					
3/2004	Бутерброд с маслом и сыром	15/10/15	6,36	11,91	11,81	182,02	
257/199	Каша ячневая вязкая молоч. с масл. сл. б/сах	200/5	8,28	7,52	28,70	198,37	
ттк 420	Чай лимонный без сахара	200	0,12	0,02	0,16	2,48	

-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Завтрак '		16,8	19,8	60,6	479,9
	<u>Обед</u>					
гтк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
138/1994	Суп картофельный с бобовыми с мясом	250	5,54	5,93	20,78	164,06
гтк 511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	100/50	10,25	13,53	11,63	176,00
276/94	Макаронные изделия с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12
гтк 302	Компот из ягод "Ассорти" без сахара	200	1,02	0,06	7,36	10,74
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Обед '		27,54	27,31	112,45	735,19
	Итого		44,35	47,06	173,07	1215,09
	Неделя 2 день 2	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					
1/2004	Бутерброд с сыром	25/20	4,23	1,99	7,02	35,36
гтк 456	Каша "Царская" (каша гречневая с мясом и овощами)	250	16,56	19,63	52,07	440,98
705/1994	Напиток из шиповника без сахара	200	0,24	0,10	3,28	18,57
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
	Итого за 'Завтрак '		22,7	22,0	70,7	543,3
	<u>Обед</u>					
гтк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
5/2	Борщ с морской капустой со сметаной	250/5	6,60	10,15	29,58	189,96
394/94	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	250	18,13	18,72	56,02	399,05
гтк 418	Компот из яблок с сухофруктами без сахара	200	0,10	0,00	6,56	18,90
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Обед '		29,20	30,10	124,98	778,19
	Итого		51,88	52,12	195,70	1321,44
	Неделя 2 день 3	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					
гтк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
гтк 413	Котлета куриная с отрубями	100	6,51	9,90	7,43	144,53
469/1994	Макаронные изделия отварные	180	6,36	6,57	38,87	220,73
628/1994	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,02	0,64
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Завтрак '		15,32	16,85	67,39	470,54
	<u>Обед</u>					
гтк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
132/1994	Суп из овощей с зеленым горш со сметаной	250	5,35	8,30	27,20	230,00
гтк 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	250	14,50	17,64	46,51	341,56
гтк 289	Компот из кураги и изюма без сахара	200	0,72	0,03	11,31	51,02
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Обед '		24,94	27,20	117,84	792,86
	Итого		40,26	44,05	185,23	1263,41
	Неделя 2 день 4	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	<u>Завтрак</u>					

284/1994	Омлет натуральный	200	11,27	13,12	29,83	271,25
	Йогурт фруктовый	125	3,80	6,50	12,80	120,30
628/1994	Чай без сахара	200	0,08	0,02	0,02	0,64
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Завтрак '		17,20	19,94	62,60	489,21
	Обед					
тгк 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/10	7,86	10,58	17,59	168,98
тгк 510	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	100	13,75	6,36	7,74	177,70
тгк 255	Макаронны отварные с овощами	180	6,20	8,90	41,16	221,20
тгк 263	Компот из ягод без сахара	200	1,02	0,06	7,36	10,74
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	150	0,60	0,00	17,40	79,02
	Итого за 'Обед '		33,40	27,13	112,47	779,24
	Итого		50,60	47,07	175,07	1268,45
	Неделя 2 день 5	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Завтрак					
2/2004	Бутерброд с маслом	25/15	1,10	2,24	6,80	94,76
43/2003	Суфле "Рыбка"	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09
тгк 420	Чай лимонный без сахара	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
	Итого за 'Завтрак '		17,88	21,66	66,09	540,21
	Обед					
181/1994	Уха рыбацкая	250	5,85	8,25	17,33	155,80
401/1994	Гуляш из мяса	100	10,89	11,57	17,74	231,17
тгк 393	Капуста тушеная с куркумой	180	7,44	8,23	42,67	234,14
тгк 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами б/с	200	0,15	0,08	2,57	12,90
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого за 'Обед '		28,36	28,62	114,28	798,21
	Итого		46,24	50,28	180,37	1338,41
	Итого за 10 дней		469	474	1791	13060
	Итого за один день		46,92	47,40	179,09	1305,98

Утверждено:  Директор ООО "ШБС № 11"

Т. Ю. Орицкая

Первое двухнедельное меню с 09.01.2025 "Утренний полдник"



Директор МБОУ гимназии № 5 Селеукова

смена на II полугод. 2024-2025 уч.год (раздаточная таблица для детей 12 лет и старше) 128 руб. 56 коп

№	Наименование блюда	Выход	Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			Б	Ж		
Неделя 1 день 1						
25/8	Шницель из мяса с отрубями	100	10,64	16,02	12,96	249,03
тгк 462	Булгур с овощами	180	6,36	6,57	38,87	220,73
тгк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		21,17	23,79	93,57	672,43
Неделя 1 день 2						
тгк 245	Овощная подгарнировка	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
383/1994	Рыба запеченная в сметанном соусе	20	0,21	0,04	0,75	5,08
472/1994	Картофельное пюре	50/50	10,60	10,90	11,10	179,00
705/2004	Напиток из шиповника	180	3,72	5,39	24,11	159,09
-	Хлеб крестьянский витаминный	200	0,00	0,00	13,10	56,00
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,19	14,02	67,17
		25	1,65	0,30	8,35	48,35
	Итого		18,16	16,82	71,43	514,69
Неделя 1 день 3						
тгк 466	Чиполлетти из мяса	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
276/94	Макаронные изделия с сыром	100	10,89	11,57	9,74	221,17
628/1994	Чай с сахаром	180	6,36	6,56	39,86	214,12
-	Хлеб крестьянский витаминный	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Фрукт	25	1,65	0,30	8,35	48,35
		100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		21,36	18,64	93,37	637,29
Неделя 1 день 4						
тгк 510	Мясо птицы по - строгановски	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
тгк 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	100	13,75	6,39	7,74	177,70
628/1994	Чай с сахаром	180	4,17	8,16	36,90	218,21
-	Батон с отрубями	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Хлеб ржаной	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Мучное изделие	25	1,65	0,30	8,35	48,35
		50	2,90	9,90	23,40	67,50
	Итого		24,55	25,64	97,94	615,19
Неделя 1 день 5						
тгк 467	Азу из мяса по - домашнему	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	10,60	12,40	12,90	216,00
тгк 420	Чай лимонный	180	7,89	6,37	34,51	208,10
-	Батон с отрубями	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Хлеб ржаной	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Фрукт	25	1,65	0,30	8,35	48,35
		100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		22,66	19,97	89,15	626,77
Неделя 2 день 1						
тгк 511	Митболы из мяса с отрубями с соусом молочным	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
276/94	Макаронные изделия с сыром	100/50	10,25	13,53	11,63	176,00
тгк 420	Чай лимонный	180	6,36	6,56	39,86	214,12
-	Хлеб крестьянский витаминный	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Фрукт	25	1,65	0,30	8,35	48,35
		100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		20,76	20,61	95,50	594,33

		Неделя 2 день 2				
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
ттк 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08
394/94	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	250	18,13	18,72	56,02	399,05
705/2004	Напиток из шиповника	200	0,00	0,00	13,10	56,00
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
	Итого		21,97	19,25	76,80	575,65
		Неделя 2 день 3				
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
ттк 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08
ттк 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	250	14,50	17,64	46,51	341,56
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Хлеб крестьянский витаминный	30	1,98	0,19	14,02	67,17
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		18,82	18,19	91,03	548,64
		Неделя 2 день 4				
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
ттк 510	Соус "Альфредо" (филе птицы в сырном соусе)	100	13,75	6,36	7,74	177,70
ттк 255	Макароны отварные с овощами	180	6,20	8,90	41,16	221,20
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Мучное изделие	50	2,90	9,90	23,40	67,50
	Итого		26,58	26,35	102,20	618,18
		Неделя 2 день 5				
		выход	Б	Ж	У	ЭЦ
401/1994	Гуляш из мяса	100	10,89	11,57	17,74	231,17
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09
ттк 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68
	Итого		18,38	18,16	71,99	544,25
	Итого за 10 дней		214,41	207,42	882,98	5947,39
	Итого за один день		21,44	20,74	88,30	594,74



Технико-технологическая карта

Наименование блюд (изделия) Соус «Альфредо»
Рецептура № 408

Сборник ттк ООО «ШБС № 11»

Перечень сырья: мясо кури или мясо индейки, молоко, чеснок, лук репчатый, соль йодированная, мука пшеничная, масло сливочное, сыр полутвердый

Требования к качеству сырья: продовольственное сырьё, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда (изделия), соответствуют требованиям нормативных документов и имеют сертификат соответствия и (или) удостоверение качества.

Сырьё	Норма закладки на 50/50гр		Норма закладки на 75/75гр	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Филе куриное	-	64	-	96
Или мясо индейки	-	64	-	96
Лук репчатый	6	5	9	7,5
Молоко	79	79	118,5	118,5
Бульон или вода	10	10	15	15
Масло сливочное	4	4	6	6
Мука пшеничная	4	4	6	6
Сыр полутвердый	4	4	6	6
Чеснок	1	0,8	1,5	1,2
Куркума	0,5	0,5	0,75	0,75
Соль йодированная	0,5	0,5	0,75	0,75
Выход		100		150

Технология приготовления

Подготовленный сыр натирают на терке. Подготовленное куриное филе или мясо индейки нарезают брусочками или соломкой выкладывают в гастроемкости и припускают в небольшом количестве воды в разогретом пароконвектомате в режиме «конвекция» или в жарочном шкафу при t 200° 10-15 мин. Чеснок мелко рубят, добавляют нарезанный мелким кубиком репчатый лук и припускают с добавлением сливочного масла до готовности. В подготовленный соус добавляют припущенные овощи, припущенное мясо птицы, помешивая доводят до кипения, добавляют куркуму, тертый сыр, соль и тушат в течении 15-20 минут до готовности.

Температура подачи- 65 град. Срок реализации – 2 ч

Приготовление соуса:

Просеянную пшеничную муку пассеруют на сливочном масле при непрерывном помешивании до запаха коленного ореха. В пассерованную муку вливают горячее молоко небольшими порциями при непрерывном помешивании до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшееся молоко. Затем соус процеживают.

Органолептические показатели

Внешний вид: мясо птицы нарезано брусочком или соломкой

Консистенция: мягкая, сочная, соус без комочков

Цвет свойственный продуктам входящих в состав блюда

Запах, вкус: характерный для птицы и компонентов, входящих в состав блюда.

Пищевая и энергетическая ценность в 100г блюда:

Са мг	Mg мг	Fe мг	С мг
15,76	6,01	0,23	0,83
Б мг	Ж мг	У мг	Эн ц ккал
14,70	16,06	7,74	177,70

Технолог _____

Чеснокова С.В.

Наименование блюд (изделия) Митболы из мяса с отрубями с соусом

Номер рецептуры 511

Сборник ТТК ЕМУП ШБС № 11

Перечень сырья: мясо (котлетное мясо), хлеб пшеничный, отруби пшеничные, лук репчатый, масло растительное, соус сметанный с томатом или соус томатный, или соус молочный

Требования к качеству сырья: продовольственное сырьё, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые для приготовления данного блюда (изделия), соответствуют требованиям нормативных документов и имеют сертификат соответствия и (или) удостоверение качества.



Сырьё	Норма закладки на 1 порцию, 60/50 г г		Норма закладки на 1 порцию, 80/30 г		Норма закладки на 1 порцию, 100/30 г		Норма закладки на 1 порцию, 100/50 г	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Говядина (котлетное мясо)	-	38	-	51	-	63	-	63
или Свинина (котлетное мясо)	-	38	-	51	-	63	-	63
Хлеб пшеничный	6	6	8	8	10	10	10	10
Вода или молоко	12	12	16	16	20	20	20	20
Лук репчатый	24	20	32	28	40	33	40	33
Отруби пшеничные	1,5	1,5	2	2	2,5	2,5	2,5	2,5
Соль йодированная	0,6	0,6	0,8	0,8	1	1	1	1
Масло растительное	3	3	4	4	5	5	5	5
Масса пассерованного лука		10		13		17		17
Мука пшеничная	4	4	5	5	7	7	7	7
Масса полуфабриката		71		95		118		118
Масло растительное	3	3	3	3	5	5	5	5
Масса готовых изделий		60		80		100		100
Соус томатный № 540/1994 или сметанный с томат 554/1994 или соус молочный 549/1994		50		30		30		50

Технология приготовления

Подготовленное мясо нарезают на куски и пропускают через мясорубку, соединяют с черствым пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно замоченном в воде или молоке, добавляют соль, измельченный пассированный лук, пшеничные отруби (предварительно замоченные в жидкости 1:3) и перемешивают. Снова пропускают через мясорубку. Перемешивают. Из готовой котлетной массы формируют изделия в виде шариков по 1-2 шт на порцию, панируют в муке, выкладывают на смазанные маслом растительным маслом противни, ставят в разогретый пароконвектомат и готовят в режиме «конвекция» при t 220°C 5 мин, затем заливают соусом и тушат в режиме «конвекция»

при t 200°C 10-15 мин до готовности. Или панированные изделия выкладывают на смазанные маслом растительным противни запекают в жарочном шкафу при t 200-220°C -10 минут, заливают соусом, и тушат 15-20 минут в жарочном шкафу при t 200-220°C. Готовность определяется при появлении бесцветного сока в месте прокола и серый цвет на разрезе. Температура внутри готового изделия должна быть не < 90°C в течении 5 минут. Температура подачи- 60-65 град. Срок реализации -2 ч

Органолептические показатели.

- Внешний вид:** Форма шариков, поверхность ровная, без трещин.
- Цвет** мяса серый, соус соответствует тому, в котором тушились митболы.
- Запах и вкус** свойственный мясу
- Консистенция:** - мягкая, сочная, соус без комочков, однородный

Микробиологические показатели

- КМАФАМ в 1 г, не более $1 \cdot 10^3$
- Масса продукта, г, в которой не допускаются:
- БГКП 0,01
- Стафилококки 1,0
- Бактерии рода Протей 0,1
- Патогенные микроорганизмы, 0,1
- В том числе сальмонеллы 25,0

Пищевая и энергетическая ценность на 100 г

Са мг	Mg мг	Fe мг	С мг	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая Ценность, ккал
13,7	16	1,3	1,3	7,5	12,3	10,57	160

технолог _____

Шулепова С.В.



Технико-технологическая карта
 Мясо птицы по - строгановски

Наименование блюд (изделия)
 Рецепт № 510
 Сборник ттк ЕМУП ШБС № 11

Перечень сырья: филе курицы, или мясо индейки, масло растительное, томат пюре, сметана, мука пшеничная, соль йодированная, лук репчатый.
Требования к качеству сырья: продовольственное сырьё, пищевые продукты и полуфабрикаты, используемые при приготовлении данного блюда (изделия), соответствуют требованиям нормативных документов и имеют сертификат соответствия и (или) удостоверения качества.

Сырьё	Норма закладки на 50/50 гр		Норма закладки на 75/75гр	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Филе куриное	-	64	-	96
или мясо индейки	-	64	-	96
Масса готового филе		50		75
Соус:				
Сметана	11,3	11,3	17	17
Мука пшеничная	3,4	3,4	5,1	5,1
Вода	34	34	51	51
Масло растительное	2	2	3	3
Лук репчатый	6	5	9	7,5
Томатное пюре	5	5	7,5	7,5
Соль йодированная	0,25	0,25	0,4	0,4
Масса соуса		50		75
Выход готового блюда		100		150

Технология приготовления

Мясо птицы нарезают брусочками или кубиком по 20-30 гр выкладывают в гастроемкости, припускают в небольшом количестве воды в разогретом пароконвектомате в режиме «конвекция» или в жарочном шкафу при t 200° 10 мин. Заливают соусом и тушат 15-20 минут до готовности. Отпускают филе вместе с соусом. Температура подачи- 65 град. Срок реализации – 2 ч

Для соуса: Муку слегка подсушивают при периодическом помешивании, не допуская пригорания. Лук нарезают соломкой или мелким кубиком и пассеруют. В пассерованную, охлажденную до 60-70 С муку, вливают небольшими порциями воду или бульон постоянно вымешиваю до однородной массы. После этого в соус добавляют прокипяченную сметану, пассерованный лук, томатное пюре доводят до кипения. В конце варки добавляют соль.

Органолептические показатели

Внешний вид: филе нарезано брусочками или кубиком

Консистенция: мягкая, сочная, соус без комочков

Цвет свойственный соусу сметанному с томатом

Запах, вкус: характерный для птицы и компонентов, входящих в состав блюда.

Микробиологические показатели

КМАФАнМ в 1 г, не более 1*10

Масса продукта, г, в которой не допускаются:

БГКП 0,01

Стафилококки 1,0

Бактерии рода Протей 0,1

Патогенные микроорганизмы, 0,1

В том числе сальмонеллы 25,0

Пищевая и энергетическая ценность в 100г блюда:

Са мг	Mg мг	Fe мг	С мг
15,76	6,01	0,23	0,83
Б мг	Ж мг	У мг	Эн ц ккал
14,70	16,06	7,74	177,70

Технолог _____

Чеснокова С.В.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430269

Владелец Селукова Татьяна Алексеевна

Действителен с 15.04.2024 по 15.04.2025