





# КАРТОФЕЛЬНО-МОРКОВНОЕ ПЮРЕ

Наименование сырья	Расход сырья и п/фабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Картофель с 01.09 по 31.10	119	89
Картофель с 01.11 по 31.12	127	89
Картофель с 01.01 по 29.02	137	89
Картофель с 01.03	149	89
Картофель с 01.07 по 01.09	111	89
Масса протертого картофеля	0	79
Морковь, красная до 01.01	124	99
Морковь, красная с 01.01	132	99
Масса протертой моркови	0	85
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	14	14
Масса нетто кипяченого молока	0,0	14
Масло сливочное	5	5
Выход:		180

## Химический состав данного блюда на 1 порцию

Пищевые вещества				
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Витамин С, мг
3,53	3,96	22,09	139,68	22,842

## Технология приготовления:

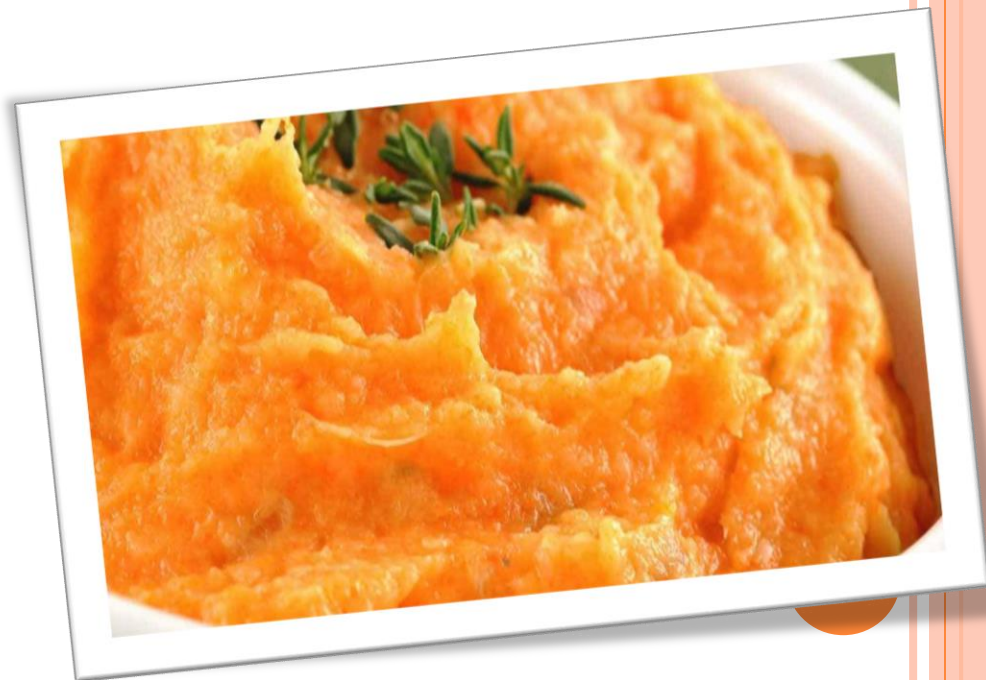
Картофель отваривают на пару или в кипящей подсоленной воде (0,6-0,7 л воды на 1 кг овощей) до готовности, воду сливают, картофель обсушивают и протирают горячим.

Морковь очищенную припускают дольками, с небольшим количеством воды, до готовности и тоже протирают.

Картофель и морковь соединяют, разводят горячим кипяченым молоком, добавляют масло сливочное растопленное, все прогревают на плите и взбивают до пышной однородной массы.

Отпускают как блюдо со сливочным маслом (5 г) или как гарнир.

Вид обработки: Варка





# СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ

Наименование сырья	Расход сырья и п/фабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Рыбные консервы	32,00	32,00
Картофель с 01.09 по 31.10	75	56
Картофель с 01.11 по 31.12	80	56
Картофель с 01.01 по 29.02	86	56
Картофель с 01.03	94	56
Картофель с 01.07 по 01.09	70	56
Морковь, красная до 01.01	16	13
Морковь, красная с 01.01	17	13
Лук репчатый	8	6
Крупа рисовая	4	4
Масло сливочное	2	2
Вода	160	160
Выход:		200

## Химический состав данного блюда на 1 порцию

Пищевые вещества				
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Витамин С, мг
7,32	2,42	13,60	105,84	13,880

## Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи.

За 10 - 15 минут до готовности закладывают предварительно протертые рыбные консервы, соль, зелень, доводят до готовности.

Вид обработки: Варка





# НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА

Наименование сырья	Расход сырья и п/фабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Шиповник	18,00	18,00
Сахарный песок	13,5	13,5
Вода	207	207
Выход:		180

## Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи.

За 10 - 15 минут до готовности закладывают предварительно протертые рыбные консервы, соль, зелень, доводят до готовности.

Вид обработки: Варка

## Химический состав данного блюда на 1 порцию

Пищевые вещества				
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Витамин С, мг
0,63	0,27	20,52	87,30	63,000





# ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ

Наименование сырья	Расход сырья и п/фабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Творог	114	112,5
Крупа манная	10,99	10,99
Яйцо	7,99	7,99
Сахарный песок	10,99	10,99
Изюм	15,41	15,41
Ванилин	0,01	0,01
Масло сливочное	4,50	4,50
Сухари	3,71	3,71
Сметана 10,0% жирности	3,71	3,71
<i>Масса готового пудинга</i>	0,00	150,00
Молоко сгущеное	30,00	30,00
Выход:		<b>150/30</b>

## Химический состав данного блюда на 1 порцию

Пищевые вещества				
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Витамин С, мг
20,70	19,70	31,69	387,00	0,300

## Технология приготовления:

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, манную крупу, растворенный в горячей воде ванилин 1:20, вымытый, ошпаренный и обсушенный изюм, все перемешивают.

Белки взбивают и, осторожно помешивая сверху вниз, вводят в массу, выкладывают в противни или формы, смазанные маслом и посыпанные сухарями, слоем 3 см, поверхность смазывают сметаной с сахаром.

Запекают в жарочном шкафу при температуре 250 °С в течение 15 мин, затем в камере с температурой 200 °С 15—20 мин.

Готовность определяют по изменению плотности, консистенции. Если масса отделилась от стенок, значит температура внутри изделия больше 80 °С. Если творог сухой, в массу добавляют молоко (20 г на выход), соответственно увеличивая выход или уменьшая закладку творога.

Отпускают, поливая сгущенным молоком.

Вид обработки: Запекание

