

10. Гарніри

10.1	Каша пшенична	Українська кухня
10.2	Банош	Українська кухня
10.3	Банош (безлактозний)	Українська кухня
10.4	Пшоняна каша з квашеною капустою	Українська кухня
10.5	Пшоняна каша з квашеною капустою (безлактозна)	Українська кухня
10.6	Гречана каша з чебрецем	Українська кухня
10.7	Гречана каша з чебрецем (безлактозна)	Українська кухня
10.8	Гречана каша з томатною пастою	Українська кухня
10.9	Гречана каша з томатною пастою (безлактозна)	Українська кухня
10.10	Рис з кмином	Азійська кухня
10.11	Рис з кмином (безлактозний)	Азійська кухня
10.12	Рис розсипчастий з орегано	Азійська кухня
10.13	Рис розсипчастий з орегано (безлактозний)	Азійська кухня
10.14	Ризото з зеленим горошком та твердим сиром	Італійська кухня
10.15	Овочева паелья з куркумою	Іспанська кухня
10.16	Кускус розсипчастий	Марокканська кухня
10.17	Кускус розсипчастий (безлактозний)	Марокканська кухня
10.18	Кускус розсипчастий з овочами	Марокканська кухня
10.19	Макендчиз	Американська кухня
10.20	Відварена картопля з вершковим маслом	Українська кухня
10.21	Відварена картопля з вершковим маслом (безлактозна)	Українська кухня
10.22	Картопляне пюре з орегано	Грецька кухня
10.23	Картопляне пюре з орегано (безлактозне)	Грецька кухня
10.24	Товчанка з бобовими	Українська кухня
10.25	Товчанка з квашеними огірками	Українська кухня
10.26	Картопля запечена з маслом вершковим	Українська кухня
10.27	Скляна локшина	Азійська кухня
10.28	Запечена цвітна капуста з соусом сирним	Французька кухня
10.29	Рататуй	Французька кухня
10.30	Рис з броколі з бешамеллю	Французька кухня
10.31	Запечена цвітна капуста з бешамеллю	Французька кухня
10.32	Запечені гарбуз з буряком	Українська кухня
10.33	Морквяне пюре з імбиром	Світова кухня
10.34	Гарбузова каша в'язка	Українська кухня
10.35	Гречана каша з корицею	Світова кухня
10.36	Гречана каша з бодяном	Світова кухня
10.37	Смажений рис	Азійська кухня
10.38	Мамалига	Молдавська кухня
10.39	Пшенична каша класична	Українська кухня
10.40	Пшенична каша з томатами	Українська кухня
10.41	Маринара	Італійська кухня
10.42	Альо-ольо	Італійська кухня
10.43	Вермішель з овочами	Світова кухня
10.44	А-ля корма	Індійська кухня
10.45	Вермішель з сиром	Італійська кухня

10.46	Вермішель з томатами	Італійська кухня
10.47	Макар	Українська кухня
10.48	Тертюхи	Українська кухня
10.49	Буришник	Українська кухня
10.50	Селера запечена	Французька кухня
10.51	Пюре з селери	Французька кухня
10.52	Перлова каша з овочами	Українська кухня
10.53	Перлова каша з гарбузом	Українська кухня
10.54	Булгур	Українська кухня

Технологічна карта № 10.1

Каша пшенична

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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 пшенична (ЗП, Г)	390	390	39	39	46,8	46,8	58,5	58,5
2	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
3	Вода питна	705	705	70,5	70,5	84,6	84,6	105,8	105,8
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	705	705	70,5	70,5	84,6	84,6	105,8	105,8
	Маса готової каші	–	980	–	98	–	118	–	147
4	Цибуля ріпчаста	30	25	3,0	2,5	3,6	3	4,5	3,8
5	Олія	15	15	1,5	1,5	1,8	1,8	2,3	2,3
	Маса пасерованих овочів	–	25	–	2,5	–	3	–	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 пшеничну перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають у холодній воді за температури $+15\text{ }^{\circ}\text{C}$, яку потім зливають. Підготовлену для варіння крупу всипають в підсолену киплячу рідину (воду питну або відвар овочевий) і варять до загустіння, помішуючи. Потім зменшують нагрів і варять кашу до готовності протягом 30–40 хв, залишають для упрівання на 30 хв. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» впродовж 25–30 хв до готовності. Відпускають готову кашу, поливши розтопленим маслом вершковим.

Підготовлену цибулю дрібно нарізають, пасерують з олією протягом 2–3 хв на середньому вогні, поки цибуля не стане прозорою. Пасерованою цибулею заправляють готову кашу.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають кашу порційно як гарнір. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: зерна крупи добре розварені, розділяються.

Колір: світло-коричнева, цибуля — прозора.

Смак і запах: відповідають даній крупі.

Консистенція: розсипчаста, однорідна нарізка овочів.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,66	0,43	28,07	132
120	4,39	0,51	33,68	158
150	5,49	0,64	42,10	197

Технологічна карта № 10.2

Банош

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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 кукурудзяна (ЗП)	333	333	33,3	33,3	39,9	39,9	49,9	49,9
2	Молоко (МП, Л)	450	450	45	45	54	54	67,5	67,5
3	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,75	3,75
4	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
5	Вода питна	350	350	35	35	42	42	52,5	52,5
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають у холодній воді за температури +15 °С, яку потім зливають. Підготовлену для варіння крупу всипають в підсолону киплячу суміш води і молока. Після закипання зменшують нагрів, додають ¹/₂ порції масла вершкового і варять кашу закритій кришці протягом 20–25 хв до напівготовності. Потім кашу викладають рівномірним шаром на деко, змащене маслом вершковим, поверхню вирівнюють, зверху поливають рештою масла вершкового та доводять до готовності в духовій шафі протягом 10–15 хв за температури +180 °С до утворення рум'яної скоринки. Готовий пиріг нарізають на порції, подають.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Готовий пиріг нарізають на порції квадратної форми, подають. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: на поверхні пирога рум'яна кірочка, без тріщин.

Колір: золотистий.

Смак і запах: відповідають кукурудзяній каші з маслом вершковим, смак у міру солоний.

Консистенція: пружний.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,05	3,34	26,27	152
120	4,86	4,00	31,52	182
150	6,08	5,01	39,40	228

Технологічна карта № 10.3

Банош (безлактозний)**Категорія: гарніри****Походження: українська кухня**

№ 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 кукурудзяна (ЗП)	333	333	33,3	33,3	39,9	39,9	49,9	49,9
2	Молоко безлактозне (МП)	450	450	45	45	54	54	67,5	67,5
	<i>або молоко рослинне</i>	450	450	45	45	54	54	67,5	67,5
3	Масло гхі ТК № 11.27 (МП)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,75	3,75
4	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
5	Вода питна	350	350	35	35	42	42	52,5	52,5
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$ **Наявність харчових алергенів у страві:** ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають у холодній воді за температури $+15\text{ }^{\circ}\text{C}$, яку потім зливають. Підготовлену для варіння крупу всипають в підсолону киплячу суміш води і молока. Після закипання зменшують нагрів, додають $\frac{1}{2}$ порції масла топленого гхі і варять кашу закритій кришці протягом 20–25 хв до напівготовності. Потім кашу викладають рівномірним шаром на деко, змащене маслом, поверхню вирівнюють, зверху поливають рештою масла та доводять до готовності в духовій шафі протягом 10–15 хв за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ до утворення рум'яної скоринки. Готовий пиріг нарізають на порції, подають.

Термін придатності до споживання та умови зберігання2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.**Спосіб реалізації (подання) споживачу**

Готовий пиріг нарізають на порції квадратної форми, подають. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви**Зовнішній вигляд:** на поверхні пирога рум'яна кірочка, без тріщин.**Колір:** золотистий.**Смак і запах:** відповідають кукурудзяній каші з маслом, смак у міру солоний.**Консистенція:** пружний.**ХАРЧОВА (ПОЖИВНА) ТА ЕНЕРГЕТИЧНА ЦІННІСТЬ (КАЛОРІЙНІСТЬ) 1 ПОРЦІЇ**

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,03	3,51	26,23	154
120	4,83	4,21	31,47	185
150	6,04	5,26	39,34	231

Технологічна карта № 10.4**Пшоняна каша з квашеною капостою****Категорія: гарніри****Походження: українська кухня**

№ 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	Крупа пшоняна (ЗП)	322	322	32,2	32,2	38,6	38,6	48,3	48,3	57,9	57,9
2	Вода питна	580	580	58	58	69,6	69,6	87	87	104,4	104,4
	<i>або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*</i>	580	580	58	58	69,6	69,6	87	87	104,4	104,4

	Маса готової каші	-	805	-	80,5	-	96,6	-	120,8	-	144,8
3	Капуста квашена	303	212	30,3	21,2	36,4	25,4	45,45	31,8	54,5	38,2
4	Імбир сушений мелений	2,5	2,5	0,25	0,25	0,3	0,3	0,37	0,37	0,45	0,45
5	Перець чорний мелений	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15	0,18	0,18
6	Масло вершкове (МП, Л)	20	20	2	2	2,4	2,4	3	3	3,6	3,6
7	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45	0,54	0,54
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150		180	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Квашену капусту перебирають, промивають декілька разів холодною водою (за температури +15–18 °С), відтискають, дрібно шаткують, тушкують до напівготовності. Пшоняну крупу промивають кілька разів теплою (за температури +30–40 °С), потім гарячою водою (за температури +55–60 °С) і варять при слабкому нагріві протягом 50–60 хв до готовності. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 30–40 хв до готовності. За 5–10 хв до готовності каші додають попередньо тушковану капусту, масло вершкове, імбир сушений, перець чорний, сіль та тушкують протягом 3–5 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають кашу порційно як гарнір. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: пшоно повністю розварене, капуста зберегла свою форму.

Колір: кремова.

Смак і запах: характерний для продуктів, що входять до складу страви.

Консистенція: в'язка.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,13	2,53	22,56	130
120	4,96	3,04	27,07	156
150	6,19	3,79	33,84	195
180	7,43	4,55	40,60	234

Технологічна карта № 10.5

Пшоняна каша з квашеною капустою (безлактозна)

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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	Крупа пшоняна (ЗП)	322	322	32,2	32,2	38,6	38,6	48,3	48,3	57,9	57,9
2	Вода питна	580	580	58	58	69,6	69,6	87	87	104,4	104,4
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	580	580	58	58	69,6	69,6	87	87	104,4	104,4
Маса готової каші		-	805	-	80,5	-	96,6	-	120,8	-	144,8
3	Капуста квашена	303	212	30,3	21,2	36,4	25,4	45,45	31,8	54,5	38,2
4	Імбир сушений мелений	2,5	2,5	0,25	0,25	0,3	0,3	0,37	0,37	0,45	0,45

5	Перець чорний мелений	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15	0,18	0,18
6	Масло гхі ТК № 11.27 (МП)	20	20	2	2	2,4	2,4	3	3	3,6	3,6
7	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45	0,54	0,54
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150		180	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Квашену капусту перебирають, промивають декілька разів холодною водою (за температури +15–18 °С), відтискають, дрібно шаткують, тушкують до напівготовності. Пшоняну крупу промивають кілька разів теплою (за температури +30–40 °С), потім гарячою водою (за температури +55–60 °С) і варять при слабкому нагріві протягом 50–60 хв до готовності. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 30–40 хв до готовності. За 5–10 хв до готовності каші додають попередньо тушковану капусту, масло гхі, імбир сушений, перець чорний, сіль та тушкують протягом 3–5 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають кашу порційно як гарнір. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: пшоно повністю розварене, капуста зберегла свою форму.

Колір: кремова.

Смак і запах: характерний для продуктів, що входять до складу страви.

Консистенція: в'язка.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,12	3,06	22,53	135
120	4,94	3,67	27,03	162
150	6,18	4,59	33,79	203
180	7,41	5,50	40,55	243

Технологічна карта № 10.6

Гречана каша з чебрецем

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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 підсмажена (ЗП)	408	408	40,8	40,8	49	49	61,2	61,2
2	Чебрець сушений мелений	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
4	Вода питна	774	774	77	77	93	93	116	116
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	774	774	77	77	93	93	116	116
Маса готової каші		—	980	—	98	—	118	—	147
5	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Підготовлену для варіння гречану крупу всипають в підсолену киплячу рідину (воду питну або відвар овочевий) разом з чебрецем, при цьому видаляють пустотілі зерна, що спливли. Кашу варять до загустіння, помішуючи. При варінні в харчовому казані після набухання крупи зменшують нагрів, закривають казан кришкою і доводять кашу до готовності. При варінні в посуді на плиті для доведення каші до готовності посуд щільно закривають кришкою і залишають на плиті з помірним нагріванням для упрівання каші на 1 год. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 30 хв до готовності. Відпускають готову кашу, поливши розтопленим маслом вершковим.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

При подачі гречану кашу полити розтопленим маслом вершковим. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: зерна крупи добре розварені, розділяються.

Колір: світло-коричнева.

Смак і запах: відповідають даній крупі із запахом чебрецю та масла вершкового.

Консистенція: розсипчаста.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,17	3,15	25,75	153
120	6,20	3,78	30,90	184
150	7,75	4,72	38,63	230

Технологічна карта № 10.7

Гречана каша з чебрецем (безлактозна)

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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 підсмажена (ЗП)	408	408	40,8	40,8	49	49	61,2	61,2
2	Чебрець сушений мелений	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
4	Вода питна	774	774	77	77	93	93	116	116
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	774	774	77	77	93	93	116	116
	Маса готової каші	—	980	—	98	—	118	—	147
5	Масло гхі ТК № 11.27 (МП)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Підготовлену для варіння гречану крупу всипають в підсолену киплячу рідину (воду питну або відвар овочевий) разом з чебрецем, при цьому видаляють пустотілі зерна, що спливли. Кашу варять до загустіння, помішуючи. При варінні в харчовому казані після набухання крупи зменшують нагрів, закривають казан кришкою і доводять кашу до готовності. При варінні в посуді на плиті для доведення каші до готовності посуд щільно закривають кришкою і залишають на плиті з помірним нагріванням для упрівання каші на 1 год. Або у пароконвектоматі за обраною програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 30 хв до готовності. Відпускають готову кашу, поливши маслом гхі.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

При подачі гречану кашу полити маслом гхі. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: зерна крупи добре розварені, розділяються.

Колір: світло-коричнева.

Смак і запах: відповідають даній крупі із запахом чебрецю та масла.

Консистенція: розсипчаста.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,15	3,32	25,72	155
120	6,18	3,98	30,86	186
150	7,72	4,98	38,58	233

Технологічна карта № 10.8

Гречана каша з томатною пастою

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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 підсмажена (ЗП)	408	408	40,8	40,8	49	49	61,2	61,2
2	Томатна паста	100	100	10	10	12	12	15	15
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
4	Вода питна	774	774	77	77	93	93	116	116
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	774	774	77	77	93	93	116	116
	Маса готової каші	-	980	-	98	-	118	-	147
5	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Підготовлену для варіння гречану крупу всипають в підсолену киплячу рідину (воду питну або відвар овочевий), при цьому видаляють пустотілі зерна, що спливли та додають томатну пасту. Кашу варять до загустіння, помішуючи. При варінні в харчовому казані після набухання крупи зменшують нагрів, закривають казан кришкою і доводять кашу до готовності. При варінні в посуді

на плиті для доведення каші до готовності посуд щільно закривають кришкою і залишають на плиті з помірним нагріванням для упрівання каші на 1 год. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 30 хв до готовності. Відпускають готову кашу, поливши розтопленим маслом вершковим.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають гречану кашу на гарнір, поливши розтопленим маслом вершковим. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: зерна крупи добре розварені, розділяються.

Колір: коричнева з червоним відтінком.

Смак і запах: відповідають даній крупі з присмаком томатів та масла.

Консистенція: розсипчаста.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,64	3,18	27,82	163
120	6,77	3,81	33,38	196
150	8,46	4,77	41,73	245

Технологічна карта № 10.9

Гречана каша з томатною пастою (безлактозна)

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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 підсмажена (ЗП)	408	408	40,8	40,8	49	49	61,2	61,2
2	Томатна паста	100	100	10	10	12	12	15	15
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
4	Вода питна	774	774	77	77	93	93	116	116
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	774	774	77	77	93	93	116	116
	Маса готової каші	-	980	-	98	-	118	-	147
5	Масло гхі ТК № 11.27 (МП)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Підготовлену для варіння гречану крупу всипають в підсолену киплячу рідину (воду питну або відвар овочевий), при цьому видаляють пустотілі зерна, що спливли та додають томатну пасту. Кашу варять до загустіння, помішуючи. При варінні в харчовому казані після набухання крупи зменшують нагрів, закривають казан кришкою і доводять кашу до готовності. При варінні в посуді на плиті для доведення каші до готовності посуд щільно закривають кришкою і залишають на плиті з помірним нагріванням для упрівання каші на 1 год. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 30 хв до готовності. Відпускають готову кашу, поливши маслом гхі.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають гречану кашу на гарнір, поливши маслом гхі. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: зерна крупи добре розварені, розділяються.

Колір: коричнева з червоним відтінком.

Смак і запах: відповідають даній крупі з присмаком томатів та масла.

Консистенція: розсипчаста.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,62	3,32	27,79	165
120	6,74	3,98	33,34	198
150	8,43	4,98	41,68	248

Технологічна карта № 10.10

Рис з кмином

Категорія: гарніри

Походження: азійська кухня

№ 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 рисова (ЗП)	350	350	35	35	42	42	52,5	52,5
2	Кмин	2,5	2,5	0,25	0,25	0,3	0,3	0,37	0,37
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
4	Вода питна	735	735	74	74	88	88	110	110
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	735	735	74	74	88	88	110	110
	Маса готової каші	-	980	-	98	-	118	-	147
5	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Рисову крупу перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають декілька разів теплою (за температури +30–40 °С), потім гарячою водою (за температури +55–60 °С) та закладають у підсолону киплячу рідину (воду питну або відвар овочевий) і відварюють при слабкому кипінні до готовності. Готовий рис відкидають для видалення зайвої води, промивають гарячою кип'яченою водою, кладуть в ємність, додають кмин і прогривають протягом 5 хв в жаровій шафі за температури +180 °С або на плиті з помірним нагрівом. Або у пароконвектоматі за обраною програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. Відпускають готовий рис, поливши розтопленим маслом вершковим.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають рис на гарнір, поливши розтопленим маслом вершковим. Рис також можна використовувати для приготування фаршів. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: рис не розварений, не злипається.

Колір: світло-кремовий.

Смак і запах: відповідають відвареному рису зі смаком і запахом кмину та масла.

Консистенція: розсипчастий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,52	2,23	25,19	133
120	3,02	2,67	30,23	160
150	3,78	3,34	37,79	200

Технологічна карта № 10.11

Рис з кмином (безлактозний)

Категорія: гарніри

Походження: азійська кухня

№ 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 рисова (ЗП)	350	350	35	35	42	42	52,5	52,5
2	Кмин	2,5	2,5	0,25	0,25	0,3	0,3	0,37	0,37
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
4	Вода питна	735	735	74	74	88	88	110	110
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	735	735	74	74	88	88	110	110
	Маса готової каші	-	980	-	98	-	118	-	147
5	Масло гхі ТК № 11.27 (МП)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Рисову крупу перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають декілька разів теплою (за температури $+30$ – 40 °С), потім гарячою водою (за температури $+55$ – 60 °С) та закладають у підсолену киплячу рідину (воду питну або відвар овочевий) і відварюють при слабкому кипінні до готовності. Готовий рис відкидають для видалення зайвої води, промивають гарячою кип'яченою водою, кладуть в ємність, додають кмин і прогривають протягом 5 хв в жаровій шафі за температури $+180$ °С або на плиті з помірним нагрівом. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури $+100$ °С у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. Відпускають готовий рис, поливши маслом гхі.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — $+65$ °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають рис на гарнір, поливши маслом гхі. Рис також можна використовувати для приготування фаршів. Температура подачі — $+65$ °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: рис не розварений, не злипається.

Колір: світло-кремовий.

Смак і запах: відповідають відвареному рису із смаком і запахом кмину та масла.

Консистенція: розсипчастий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,50	2,37	25,16	134
120	3,00	2,84	30,19	161
150	3,75	3,55	37,74	201

Технологічна карта № 10.12

Рис розсипчастий з орегано

Категорія: гарніри

Походження: азійська кухня

№ 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 рисова (ЗП)	350	350	35	35	42	42	52,5	52,5
2	Орегано сушений мелений	2,5	2,5	0,25	0,25	0,3	0,3	0,37	0,37
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
4	Вода питна	735	735	74	74	88	88	110	110
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	735	735	74	74	88	88	110	110
	Маса готової каші	-	980	-	98	-	118	-	147
5	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Рисову крупу перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають декілька разів теплою (за температури $+30-40\text{ }^{\circ}\text{C}$), потім гарячою водою (за температури $+55-60\text{ }^{\circ}\text{C}$) та закладають у підсолену киплячу рідину (воду питну або відвар овочевий) і відварюють при слабкому кипінні до готовності. Готовий рис відкидають для видалення зайвої води, промивають гарячою кип'яченою водою, кладуть в ємність, додають орегано і прогрівають протягом 5 хв в жаровій шафі за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ або на плиті з помірним нагрівом. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. Відпускають готовий рис, поливши розтопленим маслом вершковим.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають рис на гарнір, поливши розтопленим маслом вершковим. Рис також можна використовувати для приготування фаршів. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: рис не розварений, не злипається.

Колір: світло-кремовий з жовтим відтінком.

Смак і запах: відповідають відвареному рису із смаком і запахом орегано та масла.

Консистенція: розсипчастий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,49	2,20	25,19	133

120	2,98	2,64	30,23	160
150	3,73	3,30	37,78	200

Технологічна карта № 10.13

Рис розсипчастий з орегано (безлактозний)

Категорія: гарніри

Походження: азійська кухня

№ 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 рисова (ЗП)	350	350	35	35	42	42	52,5	52,5
2	Орегано сушений мелений	2,5	2,5	0,25	0,25	0,3	0,3	0,37	0,37
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
4	Вода питна	735	735	74	74	88	88	110	110
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	735	735	74	74	88	88	110	110
	Маса готової каші	-	980	-	98	-	118	-	147
5	Масло гхі ТК № 11.27 (МП)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Рисову крупу перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають декілька разів теплою (за температури $+30-40\text{ }^{\circ}\text{C}$), потім гарячою водою (за температури $+55-60\text{ }^{\circ}\text{C}$) та закладають у підсолену киплячу рідину (воду питну або відвар овочевий) і відварюють при слабкому кипінні до готовності. Готовий рис відкидають для видалення зайвої води, промивають гарячою кип'яченою водою, кладуть в ємність, додають орегано і прогрівають протягом 5 хв в жаровій шафі за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ або на плиті з помірним нагрівом. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. Відпускають готовий рис, поливши маслом гхі.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають рис на гарнір, поливши маслом гхі. Рис також можна використовувати для приготування фаршів. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: рис не розварений, не злипається.

Колір: світло-кремовий з жовтим відтінком.

Смак і запах: відповідають відвареному рису із смаком і запахом орегано та масла.

Консистенція: розсипчастий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,47	2,34	25,19	134
120	2,96	2,80	30,22	161
150	3,70	3,51	37,78	201

Технологічна карта № 10.14

Ризото з зеленим горошком та твердим сиром

Категорія: гарніри**Походження: італійська кухня**

№ 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	Крупа рисова (ЗП)	173	173	17,3	17,3	20,8	20,8	25,9	25,9	34,6	34,6
2	Вода питна	627	627	62,7	62,7	75,2	75,2	94,0	94,0	125,4	125,4
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	627	627	62,7	62,7	75,2	75,2	94,0	94,0	125,4	125,4
	Маса готової каші	-	778	-	78	-	93	-	117	-	156
3	Цибуля ріпчаста	71,4	60	7,1	6	8,5	7,2	10,7	9,0	14,2	12
4	Часник свіжий	12,8	10	1,3	1	1,5	1,2	1,9	1,5	2,6	2
5	Олія	30	30	3	3	3,6	3,6	4,5	4,5	6	6
	Маса пасерованих овочів	-	65	-	6,5	-	7,8	-	9,8	-	13
6	Горошок зелений свіжоморожений	100	100	10	10	12	12	15	15	20	20
7	Сир твердий (МП, Л)	81	75	8,1	7,5	9,7	9	12,2	11,3	16,2	15
8	Перець чорний мелений	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15	0,2	0,2
9	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45	0,6	0,6
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150		200	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 цибулю та часник дрібно нарізають. Воду або відвар овочевий, розігріті практично до кипіння, тримають на плиті на мінімальному вогні. Пасерують цибулю і часник на пательні з олією протягом 2–3 хв на середньому вогні, поки цибуля не стане прозорою. Рисову крупу перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають декілька разів теплою (за температури +30–40 °С), потім гарячою водою (за температури +55–60 °С). До пательні з овочами додають рис, добре перемішують і смажать ще 1–2 хв. Після цього поступово додають у ризото гарячу воду або відвар овочевий. Продовжують підливати рідину невеликими порціями через кожні 2–3 хв при постійному помішуванні. Рис повинен приготуватися до стану альденте, тобто залишатися трохи твердим всередині, тривалість приготування — 10–12 хв. Коли рис практично доведений до готовності, додають заморожений зелений горошок і добре перемішують, прогрівають ще 2 хв. В кінці приготування додають натертий твердий сир, щоб він розплавився. Додають сіль і перець до смаку. За консистенцією ризото повинно нагадувати рідку клейку кашу. Подають страву відразу після приготування.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Відпускають страву відразу після приготування або зберігають на марміті не довше ніж 30–40 хв з моменту приготування. Температура подачі — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають ризото з горошком на гарнір. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: зерна крупи частково розварені, не розділяються.

Колір: кремове з зеленуватим відтінком від горошку.

Смак і запах: характерний для каші з даного виду крупи та зеленого горошку.

Консистенція: в'язке.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
----------------	----------	---------	--------------	----------------------------

100	3,59	5,37	14,47	122
120	4,30	6,44	17,36	146
150	5,39	8,06	21,70	183
200	7,18	10,74	28,94	244

Технологічна карта № 10.15

Овочева паєлья з куркумою

Категорія: гарніри

Походження: іспанська кухня

№ 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 рисова (ЗП)	300	300	35,7	35,7	42,8	42,8	53,6	53,6
2	Куркума	5	5	0,6	0,6	0,7	0,7	0,9	0,9
3	Сіль	3	3	0,35	0,35	0,4	0,4	0,5	0,5
4	Вода питна	630	630	75	75	90	90	112,5	112,5
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	630	630	75	75	90	90	112,5	112,5
	Маса готової каші	-	840	-	100	-	120	-	150
5	Цибуля ріпчаста	119	100	14,2	11,9	17	14,3	21,2	17,8
6	Морква свіжа до 01.01	125	100	14,9	11,9	17,9	14,3	22,3	17,8
	або морква свіжа з 01.01	133	100	15,8	11,9	19	14,3	23,7	17,8
7	Олія	20	20	2,4	2,4	2,9	2,9	3,6	3,6
8	Томатна паста	50	50	5,9	5,9	7,1	7,1	8,9	8,9
	Маса пасерованих овочів	-	160	-	19	-	23	-	28
Вихід готової страви, г		1000		119		143		178	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Очищені моркву та цибулю нарізають, пасерують на олії з додаванням томатної пасты. Рисову крупу перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають декілька разів теплою (за температури $+30-40\text{ }^{\circ}\text{C}$), потім гарячою водою (за температури $+55-60\text{ }^{\circ}\text{C}$). У товстостінний посуд в підсолену киплячу рідину (воду питну або відвар овочевий) закладають підготовлений рис, попередньо пасеровані з томатною пастою овочі, куркуму, добре перемішують та доводять до кипіння. Після цього зменшують нагрів і варять паєлью при щільно закритій кришці до готовності. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають паєлью з овочами на гарнір порційно. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: рис не розварений, не злипається.

Колір: кремова з червоним відтінком.

Смак і запах: характерний для продуктів, що входять до складу страви.

Консистенція: овочі добре розварені, але зберегли свою форму; рис не злипається.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
119	3,16	2,82	29,22	156
143	3,79	3,38	35,11	188

178	4,72	4,21	43,70	233
-----	------	------	-------	-----

Технологічна карта № 10.16

Кускус розсипчастий

Категорія: гарніри

Походження: марокканська кухня

№ 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	Кускус крупа (ЗП, Г)	490	490	49	49	58,8	58,8	73,5	73,5
2	М'ята сушена	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
4	Вода питна	675	675	67,5	67,5	81	81	101	101
	Маса готової каші	–	980	–	98	–	118	–	147
5	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
	Вихід готової страви, г	1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Кускус змішують з сіллю та сушеною м'ятою. В киплячу воду всипають підготовлену крупу, доводять до кипіння, вимикають нагрів та залишають в посудині з щільно закритою кришкою на 15 хв для упрівання. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» впродовж 5–7 хв до готовності. Готовий кускус при подачі поливають розтопленим маслом вершковим.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають кускус, политий розтопленим маслом вершковим на гарнір. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: зерна крупи добре розварені, розділяються.

Колір: світло-жовтий.

Смак і запах: відповідають даній крупі із запахом м'яти та масла вершкового.

Консистенція: розсипчастий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	6,29	1,69	35,5	196
120	7,55	2,03	42,60	235
150	9,44	2,54	53,3	294

Технологічна карта № 10.17

Кускус розсипчастий (безлактозний)

Категорія: гарніри

Походження: марокканська кухня

№ 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	Кускус крупа (ЗП, Г)	490	490	49	49	58,8	58,8	73,5	73,5
2	М'ята сушена	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45

4	Вода питна	675	675	67,5	67,5	81	81	101	101
	Маса готової каші	–	980	–	98	–	118	–	147
5	Масло гхі ТК № 11.27 (МП)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен; МП — молочні продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Кускус змішують з сіллю та сушеною м'ятою. В киплячу воду всипають підготовлену крупу, доводять до кипіння, вимикають нагрів та залишають в посудині з щільно закритою кришкою на 15 хв для упрівання. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» впродовж 5–7 хв до готовності. Готовий кускус при подачі поливають маслом гхі.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають кускус, политий маслом гхі, на гарнір. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: зерна крупи добре розварені, розділяються.

Колір: світло-жовтий.

Смак і запах: відповідають даній крупі із запахом м'яти та масла.

Консистенція: розсипчастий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	6,27	2,91	35,47	198
120	7,52	3,49	42,56	238
150	9,40	4,36	53,20	297

Технологічна карта № 10.18

Кускус розсипчастий з овочами

Категорія: гарніри

Походження: марокканська кухня

№ 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	Кускус крупа (ЗП, Г)	400	400	40	40	60	60	75	75
2	М'ята сушена	1	1	0,1	0,1	0,15	0,15	0,18	0,18
3	Сіль	2	2	0,2	0,2	0,3	0,3	0,37	0,37
4	Вода питна	550	550	55	55	82,5	82,5	103	103
	Маса готової каші	-	800	-	80	-	120	-	150
5	Буряк столовий свіжий до 01.01 або буряк столовий свіжий з 01.01	125 133	100 100	12,5 13,3	10 10	18,75 19,9	15 15	23,4 24,9	18,7 18,7
6	Морква свіжа до 01.01 або морква свіжа з 01.01	125 133	100 100	12,5 13,3	10 10	18,75 19,9	15 15	23,4 24,9	18,7 18,7
7	Олія	25	25	2,5	2,5	3,75	3,75	4,6	4,6
	Маса тушкованих овочів	-	155	-	15,5	-	23	-	29
8	Огірки квашені або помідори квашені	55,5 55,5	50 50	5,55 5,55	5 5	8,3 8,3	7,5 7,5	10,3 10,3	9,3 9,3
Вихід готової страви, г		1000		100		150		187	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 моркву та буряк нарізають однорідною формою нарізки, пасерують з $\frac{1}{2}$ порцією олії, потім додають невелику кількість води і тушкують до готовності. Кускус змішують з сіллю та сухою м'ятою. В киплячу воду всипають підготовлену крупу, додають решту олії, доводять до кипіння, додають тушковані овочі. Отриману суміш залишають у посудині зі щільно закритою кришкою на 15 хв. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» впродовж 5–7 хв до готовності. При подачі зверху кускус прикрашають скибочками нарізаних квашених огірків або помідорів.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають кускус з овочами на гарнір. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: зерна крупи добре розварені, розділяються.

Колір: малиновий.

Смак і запах: відповідають продуктам, які входять до складу страви із запахом м'яти.

Консистенція: розсипчастий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,44	3,28	30,91	178
150	8,16	4,92	46,36	267
187	10,17	6,13	57,80	333

Технологічна карта № 10.19

Макендчиз

Категорія: гарніри

Походження: американська кухня

№ 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	Макаронні вироби з цільнозернового борошна (Г)	195	195	19,5	19,5	23,4	23,4	29,3	29,3
2	Сир твердий (МП, Л)	108	100	10,8	10	12,9	12	16,2	15
3	Бешамель ТК № 11.10 (МП, Л, Г, ЗП)	430	430	43	43	51,6	51,6	64,5	64,5
	або бешамель безглютенова ТК № 11.11 (МП, Л, ЗП)	430	430	43	43	51,6	51,6	64,5	64,5
	або бешамель безглютенова (безлактозна) ТК № 11.12 (МП, ЗП)	430	430	43	43	51,6	51,6	64,5	64,5
4	Мускатний горіх мелений	2,5	2,5	0,25	0,25	0,3	0,3	0,37	0,37
5	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: Г — глютен; МП — молочні продукти; Л — лактоза; ЗП — злакові продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 твердий зачищають та натирають на тертці з великими отворами. Макаронні вироби закладають у киплячу підсолону воду (на 1 кг виробів беруть 5–6 л води) і варять зливним способом протягом 10–15 хв до напівготовності. В процесі варіння макаронні вироби набрякають,

вбираючи воду, їх маса збільшується в 2–3 рази в залежності від сорту. Готові відварені макарони відкидають на друшляк і промивають великою кількістю холодної питної води, щоб уникнути склеювання виробів. До макаронів додають попередньо приготовану бешамель та $\frac{1}{2}$ порції натертого сиру, все перемішують, викладають на деко з високими бортами або у форму для запікання і запікають за температури +200 °С протягом 10–15 хв. Потім посипають страву рештою сиру та мускатним горіхом і запікають ще 2–3 хв до розплавлення сиру на поверхні. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +180 °С у режимі «Жар» впродовж 10–15 хв до готовності. Готову страву порціонують, відпускають.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Термін реалізації — 1 год. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Макендчиз відпускають порційно. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: порційні шматочки з рум'яною скоринкою на поверхні.

Колір: кремовий.

Смак і запах: властиві макаронним виробам, запеченим з сиром, з ароматом мускатного горіха.

Консистенція: макаронні вироби з'єднані між собою.

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

Макендчиз з бешамеллю

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	6,81	5,17	16,56	142
120	8,17	6,20	19,87	170
150	10,21	7,75	24,84	213

Макендчиз з бешамеллю безглютеновою

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	6,72	5,15	17,00	143
120	4,46	6,18	20,40	172
150	10,08	7,73	25,50	215

Макендчиз з бешамеллю безглютеновою (безлактозною)

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	6,64	5,30	17,10	143
120	7,96	6,36	20,52	172
150	9,96	7,95	25,65	215

Технологічна карта № 10.20

Відварена картопля з вершковим маслом

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	1347	1010	134,7	101,0	161,6	121,0	202,0	151,5
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1443	1010	144,3	101,0	173,1	121,0	216,4	151,5
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1554	1010	155,4	101,0	186,5	121,0	233,1	151,5
	або картопля свіжа з 01.03	1683	1010	168,3	101,0	202,0	121,0	252,5	151,5
2	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
	Маса відвареної картоплі	-	980	-	98	-	117	-	147
3	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
4	Кріп сушений	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15
	або зелень кропу свіжого	20	15	2	1,5	2,4	1,8	3	2,2
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Очищену картоплю нарізають на шматочки, закладають у киплячу підсолену воду і варять при слабкому кипінні до готовності протягом 25–30 хв в залежності від сорту. Після цього зайву воду зливають, картоплю підсушують при слабкому нагріванні протягом 3–5 хв. Або у пароконвектоматі за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. Відпускають картоплю, поливши розтопленим маслом вершковим та посипавши кропом.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають відварену картоплю на гарнір, поливши розтопленим маслом вершковим та посипавши кропом. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: картопля нерозварена, шматочки зберегли свою форму.

Колір: від білого до світло-кремового.

Смак і запах: свіжозвареної картоплі, смак у міру солоний.

Консистенція: розсипчаста або помірно міцна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,08	2,22	17,56	98
120	2,49	2,66	21,07	118
150	3,12	3,33	26,34	147

Технологічна карта № 10.21

Відварена картопля з вершковим маслом (безлактозна)

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	1347	1010	134,7	101,0	161,6	121,0	202,0	151,5
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1443	1010	144,3	101,0	173,1	121,0	216,4	151,5
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1554	1010	155,4	101,0	186,5	121,0	233,1	151,5
	або картопля свіжа з 01.03	1683	1010	168,3	101,0	202,0	121,0	252,5	151,5
2	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
	Маса відвареної картоплі	-	980	-	98	-	117	-	147
3	Масло гхі ТК № 11.2 (МП)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
4	Кріп сушений	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15
	або зелень кропу свіжого	20	15	2	1,5	2,4	1,8	3	2,2
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Очищену картоплю нарізають на шматочки, закладають у киплячу підсолену воду і варять

при слабкому кипінні до готовності протягом 25–30 хв в залежності від сорту. Після цього зайву воду зливають, картоплю підсушують при слабкому нагріванні протягом 3–5 хв. Або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. Відпускають картоплю, поливши маслом гхі та посипавши кропом.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають відварену картоплю на гарнір, поливши маслом гхі та посипавши кропом. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: картопля нерозварена, шматочки зберегли свою форму.

Колір: від білого до світло-кремового.

Смак і запах: свіжозвареної картоплі, смак у міру солоний.

Консистенція: розсипчаста або помірно міцна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,06	2,39	17,52	99
120	2,47	2,86	21,02	119
150	3,09	3,58	26,28	149

Технологічна карта № 10.22

Картопляне пюре з орегано

Категорія: гарніри

Походження: грецька кухня

№ 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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	1140	855	114,0	85,5	136,8	102,6	171,0	128,3
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1221	855	122,1	85,5	146,5	102,6	183,2	128,3
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1315	855	131,5	85,5	157,8	102,6	197,3	128,3
	або картопля свіжа з 01.03	1425	855	142,5	85,5	171,0	102,6	213,7	128,3
2	Орегано сушений мелений	1,5	1,5	0,15	0,15	0,18	0,18	0,22	0,22
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
	Маса відвареної і протертої картоплі	-	829	-	82,9	-	99,5	-	124
4	Молоко (МП, Л)	158	150*	15,8	15	18,9	18	23,7	22,5
5	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,75	3,75
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — маса кип'яченого молока

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Очищені бульби картоплі заливають гарячою водою, додають сіль, закривають кришкою і відварюють до готовності. Або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. Після чого зайву воду зливають, картоплю підсушують. Варену гарячу картоплю перетирають у протиральній машині. Температура протирання картоплі повинна бути не нижче ніж +80 °С, інакше картопляне пюре буде тягучим, що різко погіршить його смак і зовнішній вигляд. У гарячу протерту картоплю вливають при безперервному помішуванні в два-три прийоми гаряче кип'ячене молоко, масло вершкове, додають орегано. Суміш ретельно збивають до отримання пишної однорідної маси.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають картопляне пюре на гарнір, поливши маслом вершковим. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: однорідна пишна маса, без грудочок.

Колір: біле або жовтувате.

Смак і запах: відповідають продуктам, які входять до складу страви з запахом орегано, смак в міру солоний.

Консистенція: густе, пишне, однорідне, без непротертих шматочків картоплі.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,17	2,54	15,57	93
120	2,60	3,05	18,68	112
150	3,26	3,81	23,36	140

Технологічна карта № 10.23

Картопляне пюре з орегано (безлактозне)

Категорія: гарніри

Походження: грецька кухня

№ 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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	1140	855	114,0	85,5	136,8	102,6	171,0	128,3
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1221	855	122,1	85,5	146,5	102,6	183,2	128,3
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1315	855	131,5	85,5	157,8	102,6	197,3	128,3
	або картопля свіжа з 01.03	1425	855	142,5	85,5	171,0	102,6	213,7	128,3
2	Орегано сушений мелений	1,5	1,5	0,15	0,15	0,18	0,18	0,22	0,22
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
	Маса відвареної і протертої картоплі	-	829	-	82,9	-	99,5	-	124
4	Молоко безлактозне (МП)	158	150*	15,8	15	18,9	18	23,7	22,5
	або молоко рослинне	158	150*	15,8	15	18,9	18	23,7	22,5
5	Масло гхі ТК № 11.27 (МП)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,75	3,75
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — маса кип'яченого молока

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Очищені бульби картоплі заливають гарячою водою, додають сіль, закривають кришкою і відварюють до готовності. Або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. Після чого зайву воду зливають, картоплю підсушують. Варену гарячу картоплю перетирають у протиральній машині. Температура протирання картоплі повинна бути не нижче ніж +80 °С, інакше картопляне пюре буде тягучим, що різко погіршить його смак і зовнішній вигляд. У гарячу протерту картоплю вливають при безперервному помішуванні в два-три прийоми гаряче кип'ячене молоко, масло гхі, додають орегано. Суміш ретельно збивають до отримання пишної однорідної маси.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають картопляне пюре на гарнір, поливши маслом гхі. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: однорідна пишна маса, без грудочок.

Колір: біле або жовтувате.

Смак і запах: відповідають продуктам, які входять до складу страви з запахом орегано, смак в міру солоний.

Консистенція: густе, пишне, однорідне, без непротертих шматочків картоплі.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,15	2,71	15,54	95
120	2,52	3,25	18,64	114
150	3,22	4,06	23,31	143

Технологічна карта № 10.24

Товчанка з бобовими

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	941,0	706	94,1	70,6	112,9	84,7	141,1	105,9
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1009,0	706	100,9	70,6	121,0	84,7	151,3	105,9
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1086,0	706	108,6	70,6	130,3	84,7	162,9	105,9
	або картопля свіжа з 01.03	1176,0	706	117,6	70,6	141,1	84,7	176,4	105,9
	Маса відвареної картоплі	-	685	-	68,5	-	82,2	-	102,8
2	Квасоля суха	50,5	50	5,05	5	6,06	6	7,6	7,5
3	Горох лущений	50,5	50	5,05	5	6,06	6	7,6	7,5
4	Вода для варіння бобових	360	360	36	36	43	43	54	54
	Маса відварених бобових	-	210	-	21	-	25,2	-	31,5
5	Цибуля ріпчаста	238	200,0	23,8	20	28,6	24,0	35,7	30
6	Олія	20,0	20,0	2	2	2,4	2,4	3	3
	Маса пасерованих овочів	-	110	-	11	-	13,2	-	16,5
7	Кріп сушений	2,5	2,5	0,25	0,25	0,3	0,3	0,37	0,37
8	Сіль	3,0	3,0	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: алергени відсутні.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Квасолю перед приготуванням ретельно перебирають, видаляючи сміттєві домішки (відходи при перебиранні становлять 1 %) і промивають у холодній проточній воді за температури +15 °С. З метою скорочення терміну теплової обробки та збереження цілісності зерен квасолі під час варіння її попередньо замочують на 5–8 год у холодній воді за температури +15 °С (у співвідношенні 1:2), яку потім зливають. Перед варінням квасолю заливають холодною водою (2,5 л на 1 кг бобових) і варять в закритому посуді при слабкому безперервному кипінні протягом 1–2 год. Після того, як зерна квасолі стануть м'якими, варіння припиняють, і залишають їх на 15–20 хв у відварі, який потім зливають. Або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Індійський даль» чи за температури +99 °С у режимі «Пара» впродовж 50–60 хв до готовності.

Горох перед приготуванням ретельно перебирають і промивають у холодній проточній воді за температури +15 °С, заливають холодною водою і варять у закритому посуді при слабкому безперервному кипінні впродовж 1–1,5 год до готовності. Або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Індійський даль» чи за температури +99 °С у режимі «Пара» впродовж 40–50 хв до готовності. Готові бобові протирають через сито або подрібнюють

блендером до однорідної маси.

Цибулю нарізають, пасерують на олії. Очищену картоплю нарізають на шматочки, закладають у киплячу підсолену воду і варять при слабкому кипінні до готовності 25–30 хв. Або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. Варену гарячу картоплю перетирають у протиральній машині. Температура протирання картоплі повинна бути не нижче ніж +80 °С, інакше картопляне пюре буде тягучим, що різко погіршить його смак і зовнішній вигляд. У гарячу протерту картоплю додають попередньо відварені і перетерті бобові та пасеровану цибулю. Усі інгредієнти страви ретельно перемішують і збивають до отримання пишної однорідної маси, прогрівають її, перед подачею прикрашають сушеним кропом.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Пюре викладене на тарілку з нанесеним на поверхню візерунком. Температура подачі — +60–70 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: однорідна маса з часточками непротертої цибулі.

Колір: кремова.

Смак і запах: відповідають продуктам, які входять до 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
100	3,89	2,46	19,13	113
120	4,67	2,95	22,96	136
150	5,84	3,69	28,69	170

Технологічна карта № 10.25

Товчанка з квашеними огірками

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	997	747	70	52	140	105	174	131
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1068	747	75	52	149	105	187	131
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1150	747	80	52	161	105	201	131
	або картопля свіжа з 01.03	1246	747	87	52	174	105	218	131
	або картопля молода до 1.09	964	771	67	54	135	108	169	135
2	Молоко (МП, Л)	95	90	7	6	13	13	17	16
3	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2	2	3,5	3,5	4	4
4	Зелень петрушки свіжої	20	15	1,4	1	3	2	4	3
	або зелень кропу свіжого	20	15	1,4	1	3	2	4	3
	або кріп сушений	5	5	0,4	0,4	0,7	0,7	0,9	0,9
	Маса картопляного пюре	-	855	-	60	-	120	-	150
5	Сіль	2	2	0,1	0,1	0,3	0,3	0,4	0,4
6	Огірки квашені	264	145*	18	10	37	20	46	25
Вихід готової страви, г		1000		70		140		175	

* — з урахування втрат на розсіл та зачищення

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Очищену картоплю нарізають шматочками довільної форми, закладають у киплячу воду (0,6–0,7 л на 1 кг картоплі — вода має покривати овочі на 1–2 см) і відварюють без солі під кришкою до готовності. Або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. До відвареної картоплі додають гаряче кип'ячене молоко (+60–70 °С), масло, сіль, протирають до однорідності.

Зачищені огірки зі шкіркою і насінням нарізають кубиком з ребром завтовшки 0,3–0,5 см.

До пюре картопляного додають нарізані огірки і подрібнену зелень, ретельно вимішують масу.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Пюре викладене на тарілку з нанесеним на поверхню візерунком. Температура подачі — +60–70 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: пюре густої однорідної консистенції, без грудочок, укладене на тарілку з нанесеним на поверхню візерунком, з рівномірно розподіленими компонентами.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: у міру солена, з кислинкою, вершкова.

Консистенція: густа, однорідної консистенції, без грудочок, з рівномірно розподіленими компонентами.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
70	1,36	1,65	9,68	59
140	2,72	3,30	19,37	117
175	3,40	4,12	24,21	146

Технологічна карта № 10.26

Картопля запечена з маслом вершковим

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	1567	1175	157	118	188	141	235	176
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1679	1175	168	118	201	141	252	176
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1808	1175	181	118	217	141	271	176
	або картопля свіжа з 01.03	1958	1175	196	118	235	141	294	176
	або картопля молода до 1.09	1515	1212	152	121	182	145,44	227	182
	Маса відвареної картоплі	-	1140	-	114	-	137	-	171
2	Масло вершкове (МП, Л)	30	30	3	3	4	4	5	5
3	Олія	15	15	1,5	1,5	1,8	1,8	2,3	2,3
4	Сіль	2,5	2,5	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Молоду у шкірці або очищену іншого періоду картоплю цілком закладають у киплячу воду (0,6–0,7 л на 1 кг картоплі — вода має покривати картоплю на 1–2 см) і відварюють з половиною солі під кришкою до готовності (молода картопля — 10–15 хв, інша — 25–30 хв залежно від

розміру бульб).

На змащену олією глибоку форму для запікання щільно викладають обсушену відварену картоплю цілком, додають масло, солять, запікають у духовій шафі розігрітій до температури +220–250 °С впродовж 10–20 хв залежно від розміру бульб, періодично поливаючи поверхню бульб жирною сумішшю. Або у пароконвектоматі за обраного режиму «Печена картопля», або за температури +180 °С у режимі «Жар» до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 3 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Цілі бульби викладені на тарілку, підлиті жирною сумішшю. Температура подачі — +60–70 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: бульби з легкою рум'яною скоринкою, не підгорілі.

Колір: скоринка — з легкою рум'яністю, м'якоть — біла.

Смак і запах: у міру солена, вершкова.

Консистенція: бульби м'які, рихлі, зберегли форму, скоринка ніжна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,37	4,14	20,37	127
120	2,85	4,97	24,44	153
150	3,56	6,22	30,55	191

Технологічна карта № 10.27

Скляна локшина

Категорія: гарніри

Походження: азійська кухня

№ 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	Локшина скляна	272	272	27	27	33	33	41	41
	Маса відвареної локшини	-	987	-	99	-	119	-	149
2	Олія	10	10	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: алергени відсутні.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

1-й спосіб: локшину закладають у окріп (5–6 л на 1 кг локшини) і відварюють з сіллю впродовж 3 хв, відкидають і промивають гарячою кип'яченою водою (+60–70 °С), заправляють олією.

2-й спосіб: локшину заливають окропом (4–5 л на 1 кг локшини), настоюють під кришкою впродовж 5–7 хв, відкидають і змащують олією.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Макаронні вироби викладені гіркою або скручені у кільце. Температура подачі — +60–70 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: макаронні вироби легко відокремлюються одне від одного, зберігають форму.

Колір: напівпрозора.

Смак і запах: у міру солена.

Консистенція: пружна, м'яка.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	0,41	1,00	22,58	101
120	0,49	1,20	27,09	121
150	0,61	1,50	33,86	152

Технологічна карта № 10.28

Запечена цвітна капуста з соусом сирним

Категорія: гарніри

Походження: французька кухня

№ 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 цвітна свіжа	1662	864	166	86	199	104	249	130
	або капуста цвітна свіжоморожена	1078	800	108	80	129	96	162	120
	Маса відвареної розібраної на суцвіття капусти	-	778	-	78	-	93	-	117
2	Соус сирний ТК № 11.19 (МП, Л, ЗП, Г)	622	622	62	62	75	75	93	93
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
4	Олія	10	10	1,0	1,0	1,2	1,2	1,5	1,5
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; Л — лактоза; ЗП — злакові продукти; Г — глютен.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Капусту цвітну свіжу розбирають на суцвіття, а свіжоморожену, не розморожуючи, закладають у киплячу підсолону воду (3–4 л води на 1 кг капусти), відварюють без кришки, відкидають на друшляк, охолоджені суцвіття розрізають додатково на 2–3 частини.

Відварену капусту закладають у змащену олією форму для запікання, заливають соусом, рівномірно покриваючи усі суцвіття, запікають у духовій шафі розігрітій до температури +180–200 °С впродовж 30–40 хв. Або у пароконвектоматі за обраного режиму «Запіканка» за температурами +180 °С у режимі «Жар» до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: овочі не розварені, зберегли форму.

Колір: яскраво-жовта.

Смак і запах: насичена сирна.

Консистенція: м'яка, пружна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,17	6,35	8,62	109
120	6,20	7,62	10,35	131
150	7,75	9,52	12,94	164

Технологічна карта № 10.29

Рататуй

Категорія: гарніри

Походження: французька кухня

№ 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	Баклажани свіжі	489	440	49	44	59	53	73	66
2	Кабачки свіжі	517	466	52	47	62	56	78	70
3	Помідори свіжі	443	421	44	42	53	51	66	63
4	Соус томатний ТК № 11.30 (ЗП, Г)	408	408	41	41	49	49	61	61
	<i>або суміш томатної пасти і води питної</i>	26	26	2,6	2,6	3,1	3,1	3,8	3,8
		383	383	38	38	46	46	57	57
5	Розмарин насіння	0,5	0,5	0,05	0,05	0,06	0,06	0,08	0,08
6	Часник сушений мелений	0,5	0,5	0,05	0,05	0,06	0,06	0,08	0,08
7	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
8	Олія	10	10	1,0	1,0	1,2	1,2	1,5	1,5
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 кабачки, баклажани, помідори нарізають однорідно кільцями або півкільцями завтовшки 0,1–0,2 см. Нарізані баклажани для видалення гіркоти заливають холодною водою за температури +12–15 °С з додаванням 6 г солі на 1 кг баклажанів впродовж 20–30 хв, після воду зливають, для видалення солі повторно заливають баклажани холодною водою без солі на 10–15 хв, зливають воду.

У змащену олією форму для запікання, заливають соус або суміш томатної пасти і кип'яченої води, солять, додають розмарин і часник, виставляють по колу нарізані шматочки овочів перпендикулярно до дна форми, чергуючи між собою овочі, накривають пергаментом, запікають у духовій шафі розігрітій до температури +180–200 °С впродовж 30–40 хв, або у пароконвектоматі за обраного режиму «Запіканка», або за температури +180 °С у режимі «Жар» впродовж 20–25 хв до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою разом з соусом, з яким запікалися овочі. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: овочі викладені віялом, нарізка однорідна, соус густий.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: насичений овочевий, з кислинкою.

Консистенція: овочі пружні, зберегли форму нарізки.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,73	2,90	10,48	75
120	3,28	3,48	12,57	90

150	4,10	4,35	15,71	113
-----	------	------	-------	-----

Технологічна карта № 10.30

Рис із броколі з бешамеллю

Категорія: гарніри

Походження: французька кухня

№ 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 рисова (ЗП)	144	143	14	14	17	17	22	21
2	Вода питна	300	300	30	30	36	36	45	45
	Маса каші розсипчастої	-	400	-	40	-	48	-	60
3	Броколі свіжоморожена	515	500	51,5	50	62	60	77	75
4	Сир твердий (МП, Л)	30	28	3	2,8	3,6	3,4	4,5	4,2
5	Бешамель ТК № 11.10 (МП, Л, ЗП, Г)	150	150	15	15	18	18	23	23
	або бешамель безглютенова ТК № 11.11 (МП, Л, ЗП)	150	150	15	15	18	18	23	23
6	Сіль	2,5	2,5	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4
7	Олія	20	20	2	2	2,4	2,4	3	3
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; Л — лактоза; Г — глютен; ЗП — злакові продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Рисову крупу перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають декілька разів теплою (+30–40 °С), потім гарячою водою (+55–60 °С), закладають у киплячу воду і відварюють при тихому кипінні до готовності. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. Готовий рис відкидають для видалення зайвої вологи, промивають гарячою кип'яченою водою.

Броколі свіжоморожену розбирають на суцвіття, закладають у киплячу підсолену воду (3–4 л води і 10 г солі на 1 кг капусти), відварюють без кришки, відкидають на друшляк, охолоджені суцвіття розрізають на 2–3 частини. Відварену капусту обсмажують в олії на середньому вогні за температури +120–140 °С впродовж 2–3 хв. Додають відварений рис і обсмажують разом помішуючи впродовж ще 2–3 хв. Додають соус і натертий сир, добре розмішують, продовжують обсмажувати на середньому вогні ще приблизно 1 хв допоки не розтопиться сир.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають кашу на гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: рис не розварений, не злипається, зерна зберегли форму, овочі не розварені, частково втратили форму.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: відповідають відвареному рису із вершковим смаком і ароматом.

Консистенція: в'язкий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,44	5,66	17,97	148
120	6,53	6,79	21,57	178
150	8,16	8,49	26,96	223

Технологічна карта № 10.31

Запечена цвітна капуста з бешамеллю

Категорія: гарніри

Походження: французька кухня

№ 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 цвітна свіжа	1681	874	168	87	202	105	252	131
	або капуста цвітна свіжоморожена	1090	809	109	81	131	97	163	121
	Маса відвареної розібраної на суцвіття капусти	-	787	-	79	-	94	-	118
2	Бешамель ТК № 11.10 (МП, Л, ЗП, Г)	629	629	63	63	76	76	94	94
	або бешамель безглутенова ТК № 11.11 (МП, Л, ЗП)	629	629	63	63	76	76	94	94
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
4	Олія	10	10	1,0	1,0	1,2	1,2	1,5	1,5
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; Л — лактоза; ЗП — злакові продукти; Г — глютен.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Капусту цвітну свіжу розбирають на суцвіття, а свіжоморожену, не розморожуючи, закладають у киплячу підсолону воду (3–4 л води на 1 кг капусти), відварюють без кришки, відкидають на друшляк, охолоджені суцвіття розрізають додатково на 2–3 частини.

Відварену капусту закладають у змащену олією форму для запікання, заливають соусом, рівномірно покриваючи усі суцвіття, запікають у духовій шафі розігрітій до температури +180–200 °С впродовж 30–40 хв. Або у пароконвектоматі за обраного режиму «Запіканка» за температурами +180 °С у режимі «Жар» до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: овочі не розварені, зберегли форму.

Колір: кремова.

Смак і запах: насичена мускатно-вершкова.

Консистенція: м'яка, пружна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,22	3,97	9,34	87
120	5,06	4,76	11,21	104
150	6,33	5,95	14,01	130

Технологічна карта № 10.32

Запечені гарбуз з буряком

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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	Гарбуз свіжий	1341	1140	134	114	161	137	201	171
2	Мускатний горіх мелений	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15
3	Олія	20	20	2	2	2,4	2,4	3	3
	Маса запеченого гарбуза	-	640	-	64	-	77	-	96
4	Буряк столовий свіжий до 01.01 або буряк столовий свіжий з 01.01	988 1053	790 790	99 105	79 79	119 126	95 95	148 158	119 119
5	Коріандр мелений	0,8	0,8	0,08	0,08	0,1	0,1	0,12	0,12
6	Олія	20	20	2	2	2,4	2,4	3	3
	Маса запеченого буряка	-	360	-	36	-	43	-	54
7	Лимон (сік) або лимонний сік промислового виробництва	33 20	20 20	3,3 2	2 2	4 2,4	2,4 2,4	5 3	3 3
8	Зелень кропу свіжого	27	20	2,7	2	3,2	2,4	4,1	3
9	Орегано сушений мелений	0,5	0,5	0,05	0,05	0,06	0,06	0,08	0,08
10	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: алергени відсутні.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Гарбуз обмивають, очищують від шкірки, насіння та волокон, нарізають кубиком з ребром завтовшки 2–2,5 см, заправляють олією, додають мускатний горіх, перемішують, викладають одним шаром на деко, запікають до готовності у духовій шафі за температури +180–200 °С впродовж 15–30 хв (час запікання залежить від сорту гарбуза).

Буряк обмивають, очищують від шкірки, нарізають кубиком з ребром завтовшки 2–2,5 см, заправляють олією, додають коріандр, перемішують, викладають одним шаром на деко, запікають до готовності у духовій шафі за температури +180–200 °С впродовж 50–70 хв до повної готовності.

Запечені овочі заправляють лимонним соком, додають січену свіжу зелень, орегано сушений, сіль, обережно перемішують і одразу подають.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: овочі частково втратили форму, нарізка однорідна.

Колір: притаманний даному виду овочів.

Смак і запах: насичений овочевий з легким ароматом прянощів.

Консистенція: м'які, ніжні.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	1,25	4,10	7,22	68
120	1,50	4,92	8,67	82
150	1,87	6,15	10,84	103

Технологічна карта № 10.33

Морквяне пюре з імбиром

Категорія: гарніри

Походження: світова кухня

№ 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 свіжа до 01.01 або морква свіжа після 01.01	1044 1113	835 835	104 111	84 84	125 134	100 100	157 167	125 125
2	Вода питна або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	195 195	195 195	20 20	20 20	23 23	23 23	29 29	29 29
3	Імбир сушений мелений	1,2	1,2	0,12	0,12	0,14	0,14	0,18	0,18
4	Сіль	2,5	2,5	0,25	0,25	0,3	0,3	0,4	0,4
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: алергени відсутні.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Очищену моркву нарізають шматочками довільної форми, закладають у киплячу воду (0,6–0,7 л на 1 кг моркви — вода має покривати овочі на 1–2 см) і відварюють без солі під кришкою до готовності, або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» до готовності. До відвареної моркви додають овочевий відвар (+60–70 °С), або гарячу кип'ячену воду (+60–70 °С), або ж відвар, у якому відварювали моркву (+60–70 °С) у кількості згідно з закладкою сировини, додають сіль і спеції, блендерують суміш до однорідності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Пюре викладене на тарілку з нанесеним на поверхню візерунком. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: пюре густої однорідної консистенції, без грудочок, укладене на тарілку з нанесеним на поверхню візерунком.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: пряне, у міру солоне; притаманні компонентам, що входять до складу страви.

Консистенція: густе, однорідної консистенції, без грудочок.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	1,09	0,08	7,01	28
120	1,30	0,10	8,42	34
150	1,63	0,13	10,52	43

Технологічна карта № 10.34

Гарбузова каша в'язка

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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	Гарбуз свіжий	757	530	76	53	91	64	114	80
	Маса гарбуза відвареного	-	475	-	48	-	57	-	71
2	Крупа рисова (ЗП)	170	170	17	17	20	20	26	26
3	Вода питна	355	355	36	36	43	43	53	53
	Маса каші розсипчастої	-	475	-	48	-	57	-	71
4	Молоко (МП, Л)	58	55	6	5,5	7	6,6	9	8
5	Цукор	20	20	2	2	2,4	2,4	3	3
6	Кориця мелена	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15
7	Сіль	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,15	0,15

Вихід готової страви, г	1000	100	120	150
--------------------------------	-------------	------------	------------	------------

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; Л — лактоза; ЗП — злакові продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Очищений гарбуз нарізають шматочками довільної форми, закладають у киплячу воду (0,6–0,7 л на 1 кг гарбуза — вода має покривати шматочки гарбуза на 1–2 см) і відварюють без солі під кришкою до готовності або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. До відвареного гарбуза додають кип'ячене молоко (+60–70 °С), сіль, цукор, спеції, блендерують суміш до однорідності.

Рисову крупу перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають декілька разів теплою (+30–40° С), потім гарячою водою (+55–60 °С), закладають у киплячу воду і відварюють при тихому кипінні до готовності. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності. Готовий рис відкидають для видалення зайвої вологи, промивають гарячою кип'яченою водою. Підготовлену рисову кашу закладають до пюре з гарбуза, перемішують.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Пюре в'язке, викладене у глибоку тарілку. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: пюре густої однорідної консистенції, зернинки рису не розварені.

Колір: яскраво-помаранчева.

Смак і запах: у міру солодка, насичена гарбузова з легким коричним ароматом.

Консистенція: в'язка однорідної консистенції, без грудочок.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	1,82	0,36	17,03	78
120	2,18	0,43	20,43	94
150	2,73	0,53	25,54	118

Технологічна карта № 10.35

Гречана каша з корицею

Категорія: гарніри

Походження: світова кухня

№ 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 підсмажена (ЗП)	465	465	47	47	56	56	70	70
2	Вода питна	695	695	70	70	83	83	104	104
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
4	Кориця мелена	0,4	0,4	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06
	Маса готової каші	-	980	-	98	-	118	-	147
5	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
	<i>або масло ghi ТК № 11.27 (МП)</i>	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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, видаляють сміттєві домішки, промивають холодною водою за температури нижче ніж +15 °С, яку потім зливають. Підготовлену для варіння крупу всипають в підсолону киплячу воду з корицею і варять до загусання, помішуючи. Потім зменшують нагрів і варять кашу до готовності протягом 15–20 хв, залишають для упрівання на 30 хв, додають масло, перемішують, відпускають. Або у пароконвектоматі за обраною програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 30 хв до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: крупа не розварена.

Колір: коричнева, колір властивий цьому виду крупи.

Смак і запах: властивий цьому виду крупи, з ароматом кориці.

Консистенція: крупа не розварена, зерна набухлі, м'які.

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

Крупа гречана з маслом вершковим

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,88	3,35	29,42	172
120	7,05	4,02	35,30	207
150	8,82	5,02	44,13	258

Крупа гречана з маслом гхі

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,86	4,02	29,39	178
120	7,04	4,82	35,27	214
150	8,80	6,03	44,08	267

Технологічна карта № 10.36

Гречана каша з бодяном

Категорія: гарніри

Походження: світова кухня

№ 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 підсмажена (ЗП)	465	465	47	47	56	56	70	70
2	Вода питна	695	695	70	70	83	83	104	104
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
4	Бодян (зірочка)	0,6	0,6	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
	Маса готової каші	-	980	-	98	-	118	-	147
5	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
	або масло гхі ТК № 11.27 (МП)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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, видаляють сміттєві домішки, промивають холодною водою за температури нижче ніж +15 °С, яку потім зливають. Підготовлену для варіння крупу всипають в підсолону киплячу воду з зірчастим бодяном і варять до загусання, помішуючи. Потім зменшують нагрів і варять кашу до готовності протягом 15–20 хв, видаляють зірочки бодяну, залишають для упрівання на 30 хв, додають масло, перемішують, відпускають. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 30 хв до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: крупа не розварена.

Колір: коричнева, колір властивий цьому виду крупи.

Смак і запах: властивий цьому виду крупи, з ароматом бодяну.

Консистенція: крупа не розварена, зерна набухлі, м'які.

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

Крупа гречана з маслом вершковим

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,88	3,35	29,42	172
120	7,05	4,02	35,30	207
150	8,82	5,02	44,13	258

Крупа гречана з маслом гхі

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,86	4,02	29,39	178
120	7,04	4,82	35,27	214
150	8,80	6,03	44,08	267

Технологічна карта № 10.37

Смажений рис

Категорія: гарніри

Походження: азійська кухня

№ 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 рисова (ЗП)	240	240	24	24	29	29	36	36
2	Вода питна	505	505	51	51	61	61	76	76
	Маса готової каші	-	670	-	67	-	80	-	101
3	Цибуля ріпчаста	83	70	8	7	10	8	13	11
4	Овочева суміш свіжоморожена	200	200	20	20	24	24	30	30
5	Яйця (Я)	3 шт.	120	² / ₇ шт.	12	¹ / ₃ шт.	14	⁴ / ₉ шт.	18
6	Соус соєвий (СБ)	19	19	2	2	2,3	2,3	3	3
7	Часник сушений мелений	0,7	0,7	0,07	0,07	0,08	0,08	0,11	0,11
8	Імбир сушений мелений	0,7	0,7	0,07	0,07	0,08	0,08	0,11	0,11
9	Цибуля сушена мелена	0,5	0,5	0,05	0,05	0,06	0,06	0,08	0,08
10	Олія	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Я — яйце; СБ — соєві боби.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 рисову промивають кілька разів холодною водою за температури нижче ніж +15 °С до прозорої рідини. Підготовлену для варіння крупу всипають у киплячу воду, зменшують нагрів і варять до готовності протягом 13–20 хв, залишають для упрівання на 20 хв. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 20–25 хв до готовності.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту пасерують з олією до прозорості на середньому вогні товщиною шару не більше ніж 3–4 см впродовж 2–3 хв. Додають овочеву суміш, не розморожуючи, тушкують на середньому вогні до напівготовності впродовж 7–10 хв, додають прянощі і спеції, розмішують масу, додають підготовлені оброблені яйця свіжі, ретельно перемішують масу, закладають рис відварений, соус соєвий, ретельно перемішують масу і тушкують разом ще 3–4 хв до повного загусання яєчної маси.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: крупа не розварена, компоненти страви розподілені рівномірно по усій масі.

Колір: властивий компонентам страви.

Смак і запах: насичений овочевий.

Консистенція: крупа не розварена, зерна набухлі, м'які, овочі м'які, зберігають форму нарізки, яйце — загусле.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,81	4,21	19,03	131
120	4,57	5,05	22,83	157
150	5,71	6,31	28,54	197

Технологічна карта № 10.38

Мамалига

Категорія: гарніри

Походження: молдавська кухня

№ 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 кукурудзяна (ЗП)	240	240	24	24	29	29	36	36
2	Вода питна	835	835	84	84	100	100	125	125
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
	Маса готової каші	-	985	-	99	-	118	-	148
4	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
	або масло гхи ТК № 11.27 (МП)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; Л — лактоза; ЗП — злакові продукти.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 кукурудзяну дрібного помелу всипають у киплячу підсолону воду, зменшують нагрів і, безперервно помішуючи, варять впродовж 3–5 хв, додають масло, перемішують, залишають для

упривання на 30 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання
Зберігають на марміті не довше ніж 30 хв за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу
Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: каша без грудочок.

Колір: насичена жовта.

Смак і запах: легкий вершковий аромат, в міру солоня.

Консистенція: в'язка каша, однорідна по усій масі, крупинки каші набухлі, м'які.

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

Мамалига з маслом вершковим

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,04	2,60	15,20	97
120	3,65	3,13	18,24	116
150	4,57	3,91	22,80	145

Мамалига з маслом гхі

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,03	3,28	15,17	103
120	3,63	3,93	18,20	123
150	4,54	4,92	22,75	154

Технологічна карта № 10.39

Пшенична каша класична

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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 пшенична (ЗП, Г)	390	390	39	39	47	47	59	59
2	Вода питна	705	705	71	71	85	85	106	106
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
	Маса готової каші	-	980	-	98	-	118	-	147
4	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
	або масло гхі ТК № 11.27 (МП)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 пшеничну перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають холодною водою за температури нижче ніж +15 °С, яку потім зливають. Підготовлену для варіння крупу всипають в підсолону киплячу воду і варять до загусання, помішуючи. Потім зменшують нагрів і варять кашу до готовності впродовж 30–40 хв, залишають для упривання на 30 хв, додають масло, перемішують. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 30 хв до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання
Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: крупа не розварена.

Колір: сіра, колір властивий цьому виду крупи.

Смак і запах: властивий цьому виду крупи.

Консистенція: крупа не розварена, зерна набухлі, м'які.

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

Крупа пшенична з маслом вершковим

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,65	2,24	26,36	141
120	4,38	2,69	31,63	170
150	5,47	3,36	39,54	212

Крупа пшенична з маслом гхі

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,63	2,91	26,33	147
120	4,36	3,50	31,59	177
150	5,45	4,37	39,49	221

Технологічна карта № 10.40

Пшенична каша з томатами

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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 пшенична (ЗП, Г)	265	265	27	27	32	32	40	40
2	Вода питна	475	475	47	47	57	57	71	71
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
	Маса готової каші	-	660	-	66	-	79	-	99
4	Томатне пюре	330	330	33	33	40	40	49	49
5	Помідори свіжі	211	200	21	20	25	24	32	30
6	Цибуля ріпчаста	83	70	8	7	10	8	13	11
7	Орегано сушений мелений	0,8	0,8	0,08	0,08	0,10	0,10	0,12	0,12
8	Цибуля зелена сушена	1	1	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
9	Олія	15	15	1,5	1,5	1,8	1,8	2,3	2,3
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 пшеничну перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають холодною водою за температури нижче ніж +15 °С, яку потім зливають. Підготовлену для варіння крупу всипають в підсолону киплячу воду і варять до загусання, помішуючи. Потім зменшують нагрів і варять кашу до готовності впродовж 30–40 хв, залишають для упрівання на 30 хв. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 30 хв до готовності.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту пасерують з олією до прозорості на середньому вогні товщиною шару не більше ніж 3–4 см впродовж 2–3 хв. Додають підготовлені нарізані дрібним кубиком помідори, тушкують на середньому вогні ще 3–4 хв до розм'якшення. До пасеровки додають відварену кашу, томатне пюре, орегано і зелену цибулю, тушкують разом на слабкому вогні впродовж 15–20 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання
Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу
Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви
Зовнішній вигляд: крупа не розварена, соус упарений.
Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.
Смак і запах: насичена томатна.
Консистенція: крупа не розварена, м'яка, соус густий, упарений.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,11	0,38	23,88	109
120	3,73	0,46	28,66	131
150	4,67	0,58	35,82	164

Технологічна карта № 10.41

Маринара
Категорія: гарніри
Походження: італійська кухня

№ 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	Макарони з цільнозернового борошна (ЗП, Г)	264	580	26	58	32	70	40	87
2	Цибуля ріпчаста	83	70	8	7	10	8	13	11
3	Морква свіжа до 01.01	88	70	9	7	11	8	13	11
	або морква свіжа після 01.01	93	70	9	7	11	8	14	11
4	Помідори свіжі	74	70	7	7	9	8	11	11
5	Томатний сік	188	150	19	15	23	18	28	23
6	Вода питна	140	140	14	14	17	17	21	21
7	Базилік сушений мелений	0,7	0,7	0,07	0,07	0,08	0,08	0,11	0,11
8	Часник сушений мелений	0,7	0,7	0,07	0,07	0,08	0,08	0,11	0,11
9	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
10	Олія	15	15	1,5	1,5	1,8	1,8	2,3	2,3
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — маса відварених макарон

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Макарони всипають в підсолену киплячу воду (на 1 кг макарон 6 л води), варять до напівготовності впродовж 3–5 хв, зливають воду з макарон.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту пасерують з олією до прозорості на середньому вогні товщиною шару не більше ніж 3–4 см впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену моркву нарізану соломкою або натерту на крупнофракційну тертку і обсмажують на середньому вогні ще 3–5 хв. До пасеровки додають підготовлені помідори нарізані кубиком з ребром завтовшки 0,5–0,7 см, тушкують разом ще 3–4 хв до м'якості помідорів. До пасерованих овочів додають відварені макарони, прянощі і спеції, воду, томатний сік, тушкують разом на слабкому вогні впродовж ще 7–10 хв до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання
Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: макарони не розварені, легко відокремлюються, соус упарений.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: насичена овочева.

Консистенція: макарони не розварені, м'які і пружні, соус упарений, напіввідкидний.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,25	0,32	22,54	105
120	3,90	0,38	27,05	126
150	4,87	0,48	33,81	158

Технологічна карта № 10.42

Альо-ольо

Категорія: гарніри

Походження: італійська кухня

№ 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	Макарони з цільнозернового борошна (ЗП, Г)	423	930*	42	93	51	112	63	140
2	Часник сушений мелений	5	5	0,5	0,5	0,6	0,6	0,8	0,8
3	Зелень петрушки свіжої	68	50	7	5	8	6	10	8
4	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
5	Масло вершкове (МП, Л)	20	20	2,0	2,0	2,4	2,4	3,0	3,0
	або масло гхи ТК № 11.27 (МП)	20	20	2,0	2,0	2,4	2,4	3,0	3,0
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — маса відварених макарон

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Макарони всипають в підсолону киплячу воду (на 1 кг макарон 6 л води), варять до готовності впродовж 7–10 хв, зливають воду з макарон.

У розтопленому маслі на пательні на слабкому вогні прогрівають часник сушений мелений впродовж 1–1,5 хв, не допускаючи горіння масла, додають січену зелень свіжу, і заправляють цією сумішшю відварені макарони.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: макарони не розварені, легко відокремлюються.

Колір: світло-коричневий.

Смак і запах: з ароматом зелені і часника.

Консистенція: макарони не розварені, м'які і пружні.

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

Альо-ольо з маслом вершковим

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,61	0,47	30,09	145
120	5,54	0,57	36,11	174
150	6,92	0,71	45,14	217

Альо-ольо з маслом гхі

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,59	2,46	29,93	162
120	5,51	2,95	35,91	195
150	6,89	3,69	44,89	243

Технологічна карта № 10.43

Вермішель з овочами

Категорія: гарніри

Походження: італійська кухня

№ 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	Макарони з цільнозернового борошна (ЗП, Г)	260	571*	26	57	31	69	39	86
2	Цибуля ріпчаста	83	70	8	7	10	8	13	11
3	Морква свіжа до 01.01	88	70	9	7	11	8	13	11
	або морква свіжа після 01.01	93	70	9	7	11	8	14	11
4	Кабачки свіжі	78	70	8	7	9	8	12	11
5	Перець солодкий свіжий	88	70	9	7	11	8	13	11
6	Орегано сушений мелений	0,6	0,6	0,06	0,06	0,07	0,07	0,09	0,09
7	Петрушка сушена	0,7	0,7	0,07	0,07	0,08	0,08	0,11	0,11
8	Часник сушений мелений	0,5	0,5	0,05	0,05	0,06	0,06	0,08	0,08
9	Вода питна	170	170	17	17	20	20	26	26
10	Сіль	3	3	0,28	0,28	0,34	0,34	0,43	0,43
11	Масло вершкове (МП, Л)	10	10	1	1	1,2	1,2	1,5	1,5
	або масло гхі ТК № 11.27 (МП)	7	7	0,7	0,7	0,8	0,8	1,1	1,1
12	Олія	15	15	1,5	1,5	1,8	1,8	2,3	2,3
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — маса відварених макарон

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Макарони всипають в підсолену киплячу воду (на 1 кг макарон 6 л води), варять до напівготовності впродовж 3–5 хв, зливають воду з макарон.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту пасерують з олією і маслом до прозорості на середньому вогні товщиною шару не більше ніж 3–4 см впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену моркву нарізану соломкою або натерту на крупнофракційну тертку і обсмажують на середньому вогні ще 3–5 хв. До пасеровки додають підготовлені кабачки зі шкіркою і перці нарізані соломкою з довжиною смужок 3–4 см, тушкують разом ще 2–3 хв. До пасерованих овочів додають відварені макарони, прянощі і спеції, воду, тушкують разом на слабкому вогні впродовж ще 7–10 хв до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: макарони не розварені, легко відокремлюються, соус упарений.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: насичена овочева.

Консистенція: макарони не розварені, овочі — м'які і пружні.

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

Вермішель з овочами з маслом вершковим

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,11	0,31	21,80	102
120	3,73	0,38	26,17	123
150	4,67	0,47	32,71	153

Вермішель з овочами з маслом гхі

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,10	1,01	21,72	108
120	3,72	1,21	26,06	130
150	4,65	1,51	32,58	162

Технологічна карта № 10.44

А-ля корма

Категорія: гарніри

Походження: індійська кухня

№ 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	Макарони з цільнозернового борошна (ЗП, Г)	328	721*	33	72	39	86	49	108
2	Цибуля ріпчаста	107	90	11	9	13	11	16	14
3	Вода питна	360	360	36	36	43	43	54	54
4	Вершки кулінарні (МП, Л)	180	180	18	18	22	22	27	27
5	Карі ніжний мелений	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,2	0,2
6	Часник сушений мелений	1	1	0,1	0,1	0,12	0,12	0,2	0,2
7	Лимон (цедра)	100	10	10	1,0	12	1,2	15	1,5
8	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
9	Олія	20	20	2,0	2,0	2,4	2,4	3,0	3,0
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — маса відварених макарон

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Макарони всипають в підсолену киплячу воду (на 1 кг макарон 6 л води), варять до напівготовності впродовж 3–5 хв, зливають воду з макарон.

З підготовлених лимонів знімають цедру.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту пасерують з олією до прозорості на середньому вогні товщиною шару не більше ніж 3–4 см впродовж 2–3 хв. До пасеровки додають відварені макарони, прянощі і спеції, лимонну цедру, розведені водою вершки, тушкують разом на слабкому вогні впродовж ще 5–7 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: макарони не розварені, легко відокремлюються, соус упарений.

Колір: макарони — світло-коричневі, соус — жовтий.

Смак і запах: насичена вершкова з ароматом карі.

Консистенція: макарони не розварені, м'які і пружні, соус консистенції рідкої сметани.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,63	0,36	25,75	122
120	4,36	0,43	30,89	146
150	5,45	0,54	38,62	183

Технологічна карта № 10.45

Вермішель з сиром

Категорія: гарніри

Походження: італійська кухня

№ 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	Макарони з цільнозернового борошна (ЗП, Г)	425	935*	43	94	51	112	64	140
2	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
3	Масло вершкове (МП, Л)	20	20	2,0	2,0	2,4	2,4	3,0	3,0
4	Сир твердий (МП, Л)	65	60	6,5	6,0	7,7	7,2	9,7	9,0
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — маса відварених макарон

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Макарони всипають в підсолену киплячу воду (на 1 кг макарон 6 л води), варять до готовності впродовж 5–10 хв (залежно від сорту), зливають воду з макарон, додають масло, перемішують, одразу порціонують, посипаючи кожен порцію натертим на дрібнофракційну тертку сиром.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70° С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: макарони не розварені, відокремлюються одне від одного, зберігають форму, сир розплавлений.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: сирна.

Консистенція: макарони не розварені, м'які і пружні, сир розплавлений.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,95	2,21	29,83	166
120	7,14	2,65	35,80	199

150	8,93	3,31	44,75	248
-----	------	------	-------	-----

Технологічна карта № 10.46

Вермішель з томатами

Категорія: гарніри

Походження: італійська кухня

№ 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	Макарони з цільнозернового борошна (ЗП, Г)	300	660*	30	66	36	79	45	99
2	Томатне пюре	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
3	Помідори свіжі	230	230	23	23	28	28	35	35
4	Цибуля ріпчаста	168	160	17	16	20	19	25	24
5	Орегано сушений мелений	119	100	12	10	14	12	18	15
6	Базилік сушений мелений	0,6	0,6	0,06	0,06	0,07	0,07	0,09	0,09
7	Сіль	0,5	0,5	0,05	0,05	0,06	0,06	0,08	0,08
8	Олія	20	20	2,0	2,0	2,4	2,4	3,0	3,0
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — маса відварених макарон

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Макарони всипають в підсолену киплячу воду (на 1 кг макарон 6 л води), варять до напівготовності впродовж 3–5 хв, зливають воду з макарон.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту пасерують з олією до прозорості на середньому вогні товщиною шару не більше ніж 3–4 см впродовж 2–3 хв. Додають підготовлені нарізані дрібним кубиком помідори, тушкують на середньому вогні ще 3–4 хв до розм'якшення. До пасеровки додають відварені макарони, томатне пюре, орегано і базилік, тушкують разом на слабкому вогні впродовж ще 3–5 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури $+60-70^{\circ}\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — $+65^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: макарони не розварені, соус упарений.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: насичена томатна.

Консистенція: макарони не розварені, м'які і пружні, соус густий, упарений.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,83	0,39	26,58	124
120	4,59	0,46	31,90	149
150	5,74	0,58	39,88	186

Технологічна карта № 10.47

Макар

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№	Найменування сировини	Маса, г	Норма вмісту на 1 порцію, г
---	-----------------------	---------	-----------------------------

з/п		брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
1	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	1253	940	125	94	150	113	188	141
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1343	940	134	94	161	113	201	141
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1446	940	145	94	174	113	217	141
	або картопля свіжа з 01.03	1567	940	157	94	188	113	235	141
2	Цибуля ріпчаста	238	200	24	20	29	24	36	30
3	Олія	30	30	3,0	3,0	3,6	3,6	4,5	4,5
4	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
5	Перець чорний мелений	1	1	0,07	0,07	0,08	0,08	0,10	0,10
6	Сметана (МП, Л)	90	90	9	9	11	11	14	14
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Цибулю нарізають дрібним кубиком з ребром завтовшки 0,2–0,4 см, пасерують у $\frac{2}{3}$ обсягу закладеної олії впродовж 2–3 хв до прозорості. Картоплю очищають від шкірки, натирають на крупнофракційну тертку, додають пасеровану цибулю, сіль, перець, перемішують масу і викладають у змащену олією ($\frac{1}{3}$ обсягу закладеної кількості) форму для запікання шаром завтовшки 2,5–3,5 см, змащують поверхню сметаною, запікають до готовності у духовій шафі за температури $+180\text{ }^\circ\text{C}$ впродовж 30–40 хв. Або у пароконвектоматі за обраного режиму «Запіканка» або за температурами $+180\text{ }^\circ\text{C}$ у режимі «Жар» впродовж 20–30 хв до готовності. Запечений макар нарізають порційними шматочками.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури $+60\text{--}70\text{ }^\circ\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, нарізаний порційними шматочками разом з соусом чи сметаною. Температура подачі — $+65\text{ }^\circ\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: золотиста скоринка, порційні шматочки зберігають форму.

Колір: золотиста скоринка, білий з жовтизною — на зрізі.

Смак і запах: насичений аромат запеченої картоплі.

Консистенція: м'який, пружний.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,42	1,73	21,49	109
120	2,91	2,07	25,79	131
150	3,63	2,59	32,24	164

Технологічна карта № 10.48

Тертюхи

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	1160	870	116	87	139	104	174	131
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1243	870	124	87	149	104	186	131
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1338	870	134	87	161	104	201	131

	або картопля свіжа з 01.03	1450	870	145	87	174	104	218	131
2	Борошно цільнозернове (ЗП, Г)	119	100	12	10	14	12	18	15
3	Яйця (Я)	3 шт.	120	² / ₇ шт.	12	¹ / ₃ шт.	14	⁴ / ₉ шт.	18
	Маса оболонки	-	1057	-	106	-	127	-	159
4	Сир кисломолочний (МП, Л)	230	225	23	23	28	27	34	34
5	Кріп сушений	0,8	0,8	0,08	0,08	0,10	0,10	0,12	0,12
6	Сіль	-	220	-	22	-	26	-	33
	Маса начинки	30	30	3	3	3,6	3,6	4,5	4,5
7	Олія	-	1277	-	128	-	153	-	192
	Маса напівфабрикату	1160	870	116	87	139	104	174	131
	Вихід готової страви, г	1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; Л — лактоза; ЗП — злакові продукти; Г — глютен; Я — яйце.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Картоплю очищують від шкірки, натирають на крупнофракційну тертку, відтискають зайву рідину, додають борошно, підготовлені яйця, вимішують масу. Сир протирають, додають сушену зелень, сіль. На розігріту пательню з олією викладають шар картопляної маси, зверху сирну начинку і покривають ще одним шаром картопляної маси (рекомендоване співвідношення 50:15:25 г), пасерують з обох боків по 2–3 хв, перекладають на деко, запікають до готовності у духовій шафі або у пароконвектоматі в режимі «Жар» за температури +180 °С впродовж 15–20 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір разом з соусом чи сметаною. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: золотиста скоринка, порційні шматочки зберігають форму.

Колір: золотиста скоринка, білі з зеленню — на зрізі.

Смак і запах: насичений аромат запеченої картоплі.

Консистенція: м'які, пружні.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	8,25	3,93	25,09	170
120	9,90	4,72	30,11	205
150	12,37	5,90	37,64	256

Технологічна карта № 10.49

Буришник

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	938	675	94	68	113	81	141	101
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1007	675	101	68	121	81	151	101
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1089	675	109	68	131	81	163	101
	або картопля свіжа з 01.03	1184	675	118	68	142	81	178	101
2	Крупа кукурудзяна (ЗП)	100	100	10	10	12	12	15	15
3	Вода питна	245	245	25	25	29	29	37	37
	Маса готової каші	-	351	-	35	-	42	-	53
4	Яйця (Я)	2 ¹ / ₂ шт.	100	¹ / ₄ шт.	10	² / ₇ шт.	12	³ / ₈ шт.	15

5	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,45	0,45
6	Крупа кукурудзяна (ЗП)	5	5	0,5	0,5	0,6	0,6	0,75	0,75
7	Олія	10	10	1,0	1,0	1,2	1,2	1,5	1,5
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Я — яйце.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Підготовлену картоплю у шкірці закладають у киплячу воду (0,6–0,7 л на 1 кг картоплі — вода має покривати овочі на 1–2 см) і відварюють без солі під кришкою впродовж 20–30 хв до готовності, охолоджують до температури +8–10 °С перед подальшим використанням, очищують, натирають на крупнофракційну тертку або подрібнюють на м'ясорубці.

Варять в'язку кукурудзяну кашу: у киплячу воду підсолену цівочкою з безперервним помішуванням засипають крупу кукурудзяну, варять за слабого кипіння, періодично помішуючи, впродовж 6–9 хв до загусання, охолоджують до температури +60–70 °С перед подальшим використанням. До каші додають картоплю протерту, підготовлені яйця, сіль, вимішують масу.

У змащену олією і припорошену кукурудзяною крупною формою для запікання викладають підготовлену масу шаром завтовшки 2–3 см, наносять виделкою візерунок на поверхню, запікають до готовності у духовій шафі за температури +180 °С впродовж 25–35 хв. Або у пароконвектоматі за обраного режиму «Запіканка» або за температурами +180 °С у режимі «Жар» впродовж 20–25 хв до готовності. Нарізають охолодженим до температури +60–65 °С.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 15 хв за температури +60–65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Буришник відпускають порційними шматочками з соусом чи сметаною. Температура подачі — +60–65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: порційні шматочки тримають форму.

Колір: яскраво-жовтий, скоринка — золотава.

Смак і запах: ніжний, в міру солоний.

Консистенція: м'який, ніжний.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,38	1,53	19,40	104
120	4,06	1,83	23,28	125
150	5,07	2,29	29,10	157

Технологічна карта № 10.50

Селера запечена

Категорія: гарніри

Походження: французька кухня

№ 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	Селери корінь (С)	1811	1231	181	123	217	148	272	185
2	Чебрець сушений мелений	0,6	0,6	0,06	0,06	0,07	0,07	0,09	0,09
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
4	Олія	30	30	3	3	3,6	3,6	4,5	4,5
	Маса запеченої очищеної селери	-	985	-	99	-	118	-	148
5	Зелень петрушки свіжої	32	24	3	2	4	3	5	4
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: С — селера.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Корінь селери очищають від шкірки, нарізають кубиком з ребром завтовшки 1 см, заправляють олією, додають прянощі, сіль, перемішують, викладають на деко, запікають до готовності у духовій шафі за температури +180–200 °С впродовж 25–30 хв. Або у пароконвектоматі за температурами +180 °С у режимі «Жар» впродовж 20–25 хв до готовності. Запечену селеру подають з січеною свіжою зеленню.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: овочі частково втратили форму, нарізка однорідна.

Колір: кремова.

Смак і запах: з легким ароматом прянощів і селери.

Консистенція: м'яка, ніжна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	1,38	3,28	7,33	71
120	1,66	3,94	8,79	85
150	2,07	4,92	10,99	107

Технологічна карта № 10.51

Пюре з селери

Категорія: гарніри

Походження: французька кухня

№ 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	Селери корінь (С)	1654	1125	165	113	199	135	248	169
	Маса відвареної очищеної селери	-	900	-	90	-	108	-	135
2	Молоко (МП, Л)	179	170	18	17	21	20	27	26
3	Масло вершкове (МП, Л)	20	20	2	2	2,4	2,4	3	3
4	Цукор	5	5	0,5	0,5	0,6	0,6	0,8	0,8
5	М'ята сушена	1	1,4	0,14	0,14	0,17	0,17	0,21	0,21
6	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: С — селера; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються страви, відповідають вимогам чинних нормативно-правових актів України щодо показників якості та безпеки харчових продуктів, упаковки, маркування, транспортування, приймання і зберігання.

Технологія приготування страви

Корінь селери очищають від шкірки, нарізають однорідними за розміром шматочками, відварюють до готовності при слабкому кипінні впродовж 60–80 хв залежно від розміру шматків. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 30–40 хв до готовності. Відварену селеру відкидають на сито, блендерують гарячою за температури +75–80 °С, додають кип'ячене молоко, масло, цукор, сіль,

прянощі, блендерують масу до однорідності і одразу відпускають пюре гарячим.

Термін придатності до споживання та умови зберігання
Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу
Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви
Зовнішній вигляд: оксамитове пюре з краплинками м'яти.
Колір: кремового кольору з зеленуватим відтінком.
Смак і запах: з легким ароматом м'яти і селери.
Консистенція: ніжне, однорідне.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	1,70	2,14	7,94	64
120	2,04	2,56	9,52	76
150	2,55	3,20	11,90	95

Технологічна карта № 10.52

Перлова каша з овочами
Категорія: гарніри
Походження: українська кухня

№ 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 перлова (ЗП, Г)	250	250	25	25	30	30	38	38
2	Вода питна	610	610	61	61	73	73	92	92
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
	Маса готової каші	-	757	-	76	-	91	-	114
4	Морква свіжа до 01.01	170	136	17	14	20	16	25	20
	<i>або морква свіжа після 01.01</i>	181	136	18	14	22	16	27	20
5	Цибуля ріпчаста	238	200	24	20	29	24	36	30
6	Олія	20	20	2	2	2,4	2,4	3	3
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 перлову перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають теплою за температури +30–40 °С, а потім гарячою за температури +50–60 °С водою, яку потім зливають. Підготовлену для варіння крупу всипають в підсолену киплячу воду і варять до загусання, помішуючи. Потім зменшують нагрів і варять кашу до готовності протягом 30–40 хв, залишають для упрівання на 30 хв. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 25–30 хв до готовності.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту пасерують з олією до прозорості на середньому вогні товщиною шару не більше ніж 3–4 см впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену моркву нарізану соломкою або натерту на крупнофракційну тертку і обсмажують на середньому вогні ще 5–7 хв. До пасеровки додають відварену кашу, тушкують разом на слабкому вогні впродовж 5–7 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання
Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: крупа не розварена, овочі рівномірно розподілені у каші.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: насичена овочева.

Консистенція: крупа не розварена, м'яка, овочі зберегли форму.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,78	0,29	21,97	100
120	3,34	0,35	26,37	120
150	4,17	0,43	32,96	151

Технологічна карта № 10.53

Перлова каша з гарбузом

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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 перлова (ЗП, Г)	265	265	27	27	32	32	40	40
2	Вода питна	640	640	64	64	77	77	96	96
3	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
	Маса готової каші	-	800	-	80	-	96	-	120
4	Гарбуз свіжий	442	376	44	38	53	45	66	56
5	Імбир сушений мелений	0,4	0,4	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06
6	Олія	10	10	1	1	1,2	1,2	2	2
	Маса запеченого гарбуза	-	210	-	21	-	25	-	32
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 перлову перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають теплою за температури +30–40 °С, а потім гарячою за температури +50–60 °С водою, яку потім зливають. Підготовлену для варіння крупу всипають в підсолону киплячу воду і варять до загусання, помішуючи. Потім зменшують нагрів і варять кашу до готовності впродовж 30–40 хв, залишають для упрівання на 30 хв. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» впродовж 25–30 хв до готовності.

Гарбуз обмивають, очищують від шкірки, насіння та волокон, нарізають кубиком з ребром завтовшки 2–2,5 см, заправляють олією, додають імбир мелений, перемішують, викладають одним шаром на деко, запікають до готовності у духовій шафі за температури +180–200 °С впродовж 15–30 хв (час запікання залежить від сорту гарбуза).

Запечені шматочки гарбуза з'єднують з кашою перловою і одразу подають.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 2 год за температури +60–70 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають як гарнір, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65° С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: крупа не розварена, овочі рівномірно розподілені у каші.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: насичена овочева.

Консистенція: крупа не розварена, м'яка, шматочки гарбуза частково втратили форму.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,84	0,33	20,92	98
120	3,41	0,39	25,10	118
150	4,26	0,49	31,37	147

Технологічна карта № 10.54

Булгур

Категорія: гарніри

Походження: українська кухня

№ 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 булгур (ЗП, Г)	392	392	39,2	39,2	47	47	58,8	58,8
2	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
3	Вода питна	720	720	72	72	86,4	86,4	108	108
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1 (С)	720	720	72	72	86,4	86,4	108	108
	Маса готової каші	-	980	-	98	-	118	-	147
4	Масло вершкове (МП, Л)	25	25	2,5	2,5	3	3	3,8	3,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — у разі використання овочевого відвару враховувати наявність у напівфабрикаті харчового алергену С (селера)

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: ЗП — злакові продукти; Г — глютен; МП — молочні продукти; Л — лактоза.

Харчові продукти та продовольча сировина, з яких готуються 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 перебирають, видаляють сміттєві домішки, промивають у холодній воді за температури $+15\text{ }^{\circ}\text{C}$, яку потім зливають. Підготовлену для варіння крупу всипають в підсолону киплячу рідину (воду питну або відвар овочевий). Після закипання зменшують нагрів і варять кашу закритій кришці до готовності протягом 40–50 хв, залишають для упрівання на 30–40 хв. Або у пароконвектоматі за обраної програми готування «Рис на парі» чи за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» впродовж 25–30 хв до готовності. Відпускають готовий булгур, поливши розтопленим маслом вершковим.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають кашу порційно як гарнір. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: зерна крупи добре розварені, розділяються.

Колір: світло-коричневий.

Смак і запах: відповідають відвареному булгуру з ароматом масла вершкового.

Консистенція: розсипчастий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,25	2,55	29,51	165
120	5,10	3,06	30,71	198
150	6,37	3,82	44,26	248

