

Технологічна карта № 3.1

Вегетаріанська запіканка

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Квасоля суха	129	270*	13	27	15	32	19	41
2	Кукурудза свіжоморожена	273	270	27	27	33	32	41	41
3	Цибуля ріпчаста	179	150	18	15	21	18	27	23
4	Морква свіжа до 01.01	250	200	25	20	30	24	38	30
	або морква свіжа після 01.01	267	200	27	20	32	24	40	30
5	Помідори свіжі	71	68	7	7	9	8	11	10
6	Яйця (Я)	4 шт.	160	² / ₅ шт.	16	¹ / ₂ шт.	19	³ / ₅ шт.	24
7	Сир твердий (МП, Л)	43	40	4	4	5	5	6	6
8	Орегано сушений мелений	0,7	0,7	0,07	0,07	0,08	0,08	0,10	0,10
9	Кмин	0,5	0,5	0,05	0,05	0,07	0,07	0,08	0,08
10	Сіль	3	3	0,27	0,27	0,33	0,33	0,41	0,41
11	Олія	25	25	2,5	2,5	3	3	4	4
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — маса відвареної квасолі

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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

1-й спосіб: перед варінням квасолі ретельно перебирають, видаляючи домішки, промивають 2–3 рази, замочують у холодній воді (2 л на 1 кг) за температури не вище ніж +15 °С на 5–8 год. Для варіння квасолі заливають холодною водою (2,5 л на 1 кг) і варять без солі у закритому посуді при слабкому кипінні впродовж 1,5–2 год. За потреби допускається доливання гарячої води (+60–70 °С) під час варіння. При варінні кольорової квасолі перший відвар зливають за 15–20 хв після закипання і заливають повторно гарячою водою.

2-й спосіб: для приготування квасолі без попереднього замочування її заливають холодною водою (4 л на 1 кг), доводять до кипіння, варять впродовж 15–20 хв на сильному вогні, зливають воду, заливають повторно і варять без солі у закритому посуді при слабкому кипінні впродовж 2,5–3 год до м'якості.

Або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Індійський даль» чи за температури +99 °С у режимі «Пара» впродовж 50 хв до готовності.

З готової квасолі зливають зайву рідину, охолоджують до температури +50–60 °С перед подальшим використанням.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту пасерують з олією до прозорості на середньому вогні шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену моркву натерту на крупнофракційну тертку і пасерують на середньому вогні ще 3–5 хв, охолоджують до температури +50–60 °С перед подальшим використанням.

Сир натирають на крупнофракційну тертку.

Підготовлені, оброблені яйця збивають до однорідності, додають прянощі, сіль, натертий сир, перемішують суміш.

Пасеровані овочі, помідори нарізані кубиком з ребром завтовшки 1–1,5 см, кукурудзу, не розморожуючи, квасолі відварену змішують, перекладають у форму для запікання, заливають яєчною сумішшю і запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +180 °С у режимі «Жар» до повного загусання яєчної заливки.

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, порціонуючи шматочками, разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі —

+65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаної запіканки тримають форму.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: властиві овочам, запеченим з сиром.

Консистенція: овочі — м'які, зберегли форму; заливка — ніжна, пружна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	9,90	6,56	19,69	175
120	11,87	7,87	23,63	210
150	14,84	9,84	29,54	262

Технологічна карта № 3.2

Сирна запіканка з броколі

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Броколі свіжоморожена	767	690	38	35	58	52	77	69
2	Цибуля ріпчаста	202	170	10	9	15	13	20	17
3	Морква свіжа до 01.01	213	170	11	9	16	13	21	17
	або морква свіжа після 01.01	227	170	11	9	17	13	23	17
4	Яйця (Я)	4 шт.	160	1/5 шт.	8	2/7 шт.	12	2/5 шт.	16
5	Сир твердий (МП, Л)	54	50	3	3	4	4	5	5
6	Паприка солодка мелена	0,8	0,8	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08
7	Часник сушений мелений	0,4	0,4	0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04
8	Прованські трави	1,0	1	0,05	0,05	0,08	0,08	0,1	0,1
9	Сіль	3	3	0,15	0,15	0,23	0,23	0,31	0,31
10	Олія	30	30	1,5	1,5	2,3	2,3	3	3
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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

Броколі, не разморожуючи, розбирають на суцвіття однорідного розміру.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з олією до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену моркву натерту на крупнофракційну тертку і пасерують на середньому вогні ще 3–5 хв. До пасеровки додають броколі, не разморожуючи і пасерують разом ще 3–5 хв.

Сир натирають на крупнофракційну тертку.

Підготовлені, оброблені яйця збивають до однорідності, додають прянощі і спеції, сіль, натертий сир.

Пасеровані овочі перекладають у форму для запікання, заливають яечною сумішшю і запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +180 °С у режимі «Жар» до повного загусання яечної заливки.

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, порціонуючи шматочками разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаної запіканки тримають форму.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: властиві овочам, запеченим з сиром.

Консистенція: овочі — м'які, зберегли форму; заливка — ніжна, пружна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	2,68	3,26	3,47	52
75	4,02	4,88	5,20	78
100	5,37	6,51	6,93	104

Технологічна карта № 3.3

Кукурудзяна запіканка з сиром

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Кукурудза свіжоморожена	633	620	63	62	76	74	95	93
2	Сир твердий (МП, Л)	75	70	7,5	7	9	8,4	11,3	10,5
3	Яйця (Я)	5 шт.	200	1/2 шт.	20	3/5 шт.	24	3/4 шт.	30
4	Молоко (МП, Л)	200	190	20	19	24	23	30	29
5	Сметана (МП, Л)	30	30	3	3	3,6	3,6	4,5	4,5
6	Паприка солодка мелена	0,4	0,4	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06
7	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
8	Олія	5	5	0,5	0,5	0,6	0,6	0,8	0,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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

Сир натирають на крупнофракційну тертку.

Підготовлені, оброблені яйця збивають до однорідності, додають кип'ячене охолоджене до температури +40–50 °С молоко, сметану, спеції, сіль, натертий сир, перемішують суміш.

У форму для запікання, змащену олією, закладають кукурудзу, не розморожуючи, шаром завтовшки 2–3 см, заливають яечною сумішшю і запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 30–35 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +180 °С у режимі «Жар». до повного загусання яечної заливки.

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, порціонуючи шматочками, разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаної запіканки тримають форму.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: властиві овочам, запеченим з сиром.

Консистенція: овочі — м'які, зберегли форму; заливка — ніжна, пружна.

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

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

100	6,45	6,87	6,83	120
120	7,74	8,24	8,20	144
150	9,67	10,31	10,25	181

Технологічна карта № 3.4

Літня запіканка

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Помідори свіжі	768	730	38	37	77	73	92	88
2	Цибуля ріпчаста	83	70	4,2	3,5	8,3	7,0	10,0	8,4
3	Сир твердий (МП, Л)	54	50	2,7	2,5	5,4	5,0	6,5	6,0
4	Бешамель ТК № 11.10 (МП, Л, Г, ЗП)	340	340	17	17	34	34	41	41
5	Орегано сушений мелений	0,5	0,5	0,03	0,03	0,05	0,05	0,06	0,06
6	Сіль	3	3	0,15	0,15	0,30	0,30	0,36	0,36
7	Олія	5	5	0,3	0,3	0,5	0,5	0,6	0,6
Вихід готової страви, г		1000		50		100		120	

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

Помідори нарізають кільцями або півкільцями завтовшки 0,7–1 см, цибулю очищену нарізають кільцями або півкільцями завтовшки 0,2–0,3 см. Сир натирають на крупнофракційну тертку.

У змащену олією форму, промащений шаром соусу $\frac{1}{3}$ обсягу, викладають шар помідорів, солять, додають орегано, покривають їх шаром цибулі, змащують соусом у кількості $\frac{1}{3}$ загального обсягу, викладають ще один шар помідорів і цибулі, змащують рештою соусу і посипають поверхню натертим сиром.

Запікають у розігрітій до температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ духовій шафі впродовж 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Жар» до готовності.

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, порціонуючи шматочками разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: овочі частково втратили форму при порціонуванні, сирна скоринка на поверхні.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: властиві овочам, запеченим з сиром.

Консистенція: овочі — м'які, частково втратили форму; соус — густий, однорідний.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	2,08	1,87	3,91	39
100	4,16	3,75	7,82	78
120	4,99	4,49	9,38	93

Технологічна карта № 3.5

Запіканка з кабачками

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Кабачки свіжі	556	500	56	50	67	60	83	75
2	Цибуля ріпчаста	131	110	13	11	16	13	20	17
3	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	417	300	42	30	50	36	63	45
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	448	300	45	30	54	36	67	45
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	484	300	48	30	58	36	73	45
	або картопля свіжа з 01.03	526	300	53	30	63	36	79	45
4	Яйця (Я)	4 шт.	160	² / ₅ шт.	16	¹ / ₂ шт.	19	³ / ₅ шт.	24
5	Сир твердий (МП, Л)	54	50	5	5	6	6	8	8
6	Прованські трави	0,7	0,7	0,07	0,07	0,08	0,08	0,11	0,11
7	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
8	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: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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 картоплю у шкiрці 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 або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» до готовності., охолоджують до температури +8–10 °С перед подальшим використанням, очищають, нарізають кубиком з ребром завтовшки 1 см.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з олією до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв.

Миті кабачки, не очищаючи від шкiрки та насіння, нарізають кубиком з ребром завтовшки 1 см.

Сир натирають на крупнофракційну тертку.

Підготовлені, оброблені яйця збивають до однорідності, додають прянощі, сіль, сир.

Овочі перекладають у форму для запікання шаром завтовшки 2–3 см, заливають яєчною сумішшю і запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +180 °С у режимі «Жар» до повного загусання яєчної заливки.

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, порціонуючи шматочками разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаної запіканки тримають форму.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: властиві овочам, запеченим з сиром.

Консистенція: овочі — м'які, зберегли форму нарізання; заливка — ніжна, пружна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,24	5,06	8,98	97
120	5,08	6,07	10,78	116
150	6,35	7,59	13,47	145

Технологічна карта № 3.6

Мексиканська літня запіканка з кабачками

Категорія: страви з картоплі та овочів

Походження: мексиканська 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	Кабачки свіжі	333	300	27	24	33	30	43	39
2	Овочева суміш «Мексиканська» свіжоморожена	515	500	41	40	52	50	67	65
3	Сметана (МП, Л)	70	70	6	6	7	7	9	9
4	Томатна паста	30	30	2,4	2,4	3	3	4	4
5	Яйця (Я)	3 ¹ / ₂ шт.	140	2 ² / ₇ шт.	11	1 ¹ / ₃ шт.	14	1 ¹ / ₂ шт.	18
6	Сир твердий (МП, Л)	108	100	9	8	11	10	14	13
7	Паприка солодка мелена	0,5	0,5	0,04	0,04	0,05	0,05	0,07	0,07
8	Часник сушений мелений	0,3	0,3	0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04
9	Сіль	3	3	0,2	0,2	0,3	0,3	0,4	0,4
10	Олія	5	5	0,4	0,4	0,5	0,5	0,7	0,7
Вихід готової страви, г		1000		80		100		130	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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

Сметану змішують з томатною пастою.

Миті кабачки, не очищаючи від шкірки та насіння, нарізають кубиком з ребром завтовшки 1 см, з'єднують з овочевою сумішшю свіжомороженою, не розморожуючи її, додають суміш сметани з томатною пастою, перемішують.

Сир натирають на крупнофракційну тертку. Підготовлені, оброблені яйця збивають до однорідності, додають спеції, сіль, сир.

У змащену олією форму для запікання суміш овочів викладають шаром завтовшки 2–3 см, заливають яєчною сумішшю і запікають у розігрітій до температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ духовій шафі впродовж 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Жар» до повного загусання яєчної заливки.

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, порціонуючи шматочками. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаної запіканки тримають форму.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: властиві овочам, запеченим з сиром.

Консистенція: овочі — м'які, зберегли форму нарізання; заливка — ніжна, пружна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
80	4,88	5,08	5,14	88
100	6,11	6,35	6,42	110
130	7,94	8,25	8,35	144

Технологічна карта № 3.7

Картопляна запіканка

Категорія: страви з картоплі та овочів**Походження: польська 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	763	550	115	82	168	121	206	148
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	820	550	123	82	180	121	222	148
	або картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02	887	550	133	82	195	121	239	148
	або картопля свіжа з 01.03	964	550	145	82	212	121	260	148
2	Горошок свіжоморожений	286	280	43	42	63	62	77	76
3	Цибуля ріпчаста	167	140	25	21	37	31	45	38
4	Яйця (Я)	2 шт.	80	² / ₇ шт.	12	⁴ / ₉ шт.	18	¹ / ₂ шт.	22
5	Сметана (МП, Л)	50	50	8	8	11	11	14	14
6	Прованські трави	0,5	0,5	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12
7	Сіль	3	3	0,5	0,5	0,7	0,7	0,8	0,8
8	Олія	20	20	3,0	3,0	4,4	4,4	5,4	5,4
Вихід готової страви, г		1000		150		220		270	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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 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 10–15 хв або у пароконвектоматі за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» до напівготовності, охолоджують до температури $+8\text{--}10\text{ }^{\circ}\text{C}$ перед подальшим використанням, очищують, натирають на крупнофракційну тертку.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з ³/₄ норми олії до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв.

Підготовлені, оброблені яйця збивають до однорідності, додають прянощі, сіль, сметану.

Натерту картоплю, горошок, попередньо не розморожуючи, і пасеровану цибулю заливають яечною сумішшю, змішують, викладають шаром завтовшки 2–3 см у змащену рештою олії форму для запікання, запікають у розігрітій до температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ духовій шафі впродовж 40–45 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Жар» до готовності.

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, порціонуючи шматочками разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаної запіканки тримають форму.

Колір: на зрізі — світла, кремова; скоринка — золотиста.

Смак і запах: в міру солена, насичена овочева.

Консистенція: овочі — м'які, зберегли форму нарізання; заливка — ніжна, пружна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
150	5,78	5,92	22,43	163
220	8,48	8,68	32,90	239
270	10,41	10,65	40,37	293

Технологічна карта № 3.8

Запіканка з цвітної капусти, рису та шпинату

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Шпинат свіжий	164	120	16	12	20	14	28	20
	<i>або шпинат свіжоморожений</i>	200	120	20	12	24	14	34	20
2	Капуста цвітна свіжа	865	450	87	45	104	54	147	77
	<i>або капуста цвітна свіжоморожена</i>	536	450	54	45	64	54	91	77
3	Крупа рисова (ЗП)	120	120	12	12	14	14	20	20
4	Вода питна	255	255	26	26	31	31	43	43
Маса готової каші		-	340	-	34	-	41	-	58
5	Яйця (Я)	2 шт.	80	1/5 шт.	8	1/4 шт.	10	1/3 шт.	14
6	Сметана (МП, Л)	60	60	6	6	7	7	10	10
7	Сир твердий (МП, Л)	129	120	13	12	15	14	22	20
8	Часник сушений мелений	0,4	0,4	0,04	0,04	0,05	0,05	0,07	0,07
9	Цибуля зелена сушена	1	1	0,10	0,10	0,12	0,12	0,17	0,17
10	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
11	Олія	5	5	0,5	0,5	0,6	0,6	0,9	0,9
Вихід готової страви, г		1000		100		120		170	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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

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 25–30 хв до готовності. Готовий рис відкидають на сито для видалення зайвої вологи, промивають гарячою кип'яченою водою.

Капусту цвітну розбирають на дрібні суцвіття.

Шпинат свіжоморожений розморожують, відтискають рідину, перед подальшим використанням або шпинат свіжий, миють, перебирають. Підготовлений шпинат нарізають смужками завдовжки 3–4 см і завширшки 0,5–0,7 см.

Сир натирають на крупнофракційну тертку.

Підготовлені, оброблені яйця збивають до однорідності, додають прянощі і спеції, сіль, сметану, сир.

Овочі заливають яєчною сумішшю, змішують, викладають шаром 2–3 см у змащену олією форму для запікання, запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +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, порціонуючи шматочками разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаної запіканки тримають форму.

Колір: на зрізі — світла, кремова з темними зеленими шматочками шпинату; скоринка — золотиста.

Смак і запах: властиві запіканці, запеченій з сиром.

Консистенція: овочі — м'які, зберегли форму; зерна каші — цілі, не розварені; заливка — ніжна, пружна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	6,22	6,10	11,65	126
120	7,46	7,32	13,98	152
170	10,57	10,37	19,80	215

Технологічна карта № 3.9

Грецька картопляна запіканка

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	1067	800	107	80	160	120	203	152
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1143	800	114	80	171	120	217	152
	або картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02	1231	800	123	80	185	120	234	152
	або картопля свіжа з 01.03	1333	800	133	80	200	120	253	152
2	Масло вершкове (МП, Л)	20	20	2,0	2,0	3,0	3,0	3,8	3,8
3	Яйця (Я)	2 шт.	80	¹ / ₅ шт.	8	² / ₇ шт.	12	³ / ₈ шт.	15
4	Сир твердий (МП, Л)	65	60	6	6	10	9	12	11
5	Кукурудза свіжоморожена	102	100	10	10	15	15	19	19
6	Сир кисломолочний (МП, Л)	80	80	8	8	12	12	15	15
7	Перець чорний мелений	0,3	0,3	0,03	0,03	0,05	0,05	0,06	0,06
8	Паприка солодка мелена	0,8	0,8	0,08	0,08	0,12	0,12	0,15	0,15
9	Кріп сушений	3	3	0,3	0,3	0,5	0,5	0,6	0,6
10	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,5	0,5	0,6	0,6
11	Олія	5	5	0,5	0,5	0,8	0,8	1,0	1,0
Вихід готової страви, г		1000		100		150		190	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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 або у пароконвектоматі за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» до готовності. Після чого зайву воду зливають, картоплю підсушують. Варену гарячу картоплю перетирають у протиральній машині. Температура протирання картоплі повинна бути не нижче ніж $+80\text{ }^{\circ}\text{C}$, інакше картопляне пюре буде тягучим, що різко погіршить його смак і зовнішній вигляд. У гарячу протерту картоплю додають масло вершкове і сир твердий, натертий на крупнофракційну тертку. До картопляної маси дають кукурудзу, не розморожуючи, сир кисломолочний без протирання, перемішують.

Підготовлені, оброблені яйця збивають до однорідності, додають прянощі і спеції, сіль.

До картопляної маси за температури $+55\text{--}60\text{ }^{\circ}\text{C}$ додають яечну суміш, перемішують, викладають шаром завтовшки 2–3 см у змащену олією форму для запікання, запікають у розігрітій до температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ духовій шафі впродовж 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Жар» до готовності.

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, порціонуючи шматочками разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаної запіканки тримають форму.

Колір: на зрізі — біла з жовтими шматочками кукурудзи; скоринка — золотиста.

Смак і запах: властиві запіканці, запеченій з сиром.

Консистенція: ніжна, пластична, тримає форму.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,44	4,67	15,17	121
150	6,65	7,00	22,75	181
190	8,43	8,87	28,82	229

Технологічна карта № 3.10

Гратен з яйцем

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	1067	800	128	96	160	120	203	152
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1143	800	137	96	171	120	217	152
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1231	800	148	96	185	120	234	152
	або картопля свіжа з 01.03	1333	800	160	96	200	120	253	152
2	Яйця (Я)	4 шт.	160	1/2 шт.	19	3/5 шт.	24	3/4 шт.	30
3	Сир твердий (МП, Л)	81	75	10	9	12	11	15	14
4	Сметана (МП, Л)	75	75	9	9	11	11	14	14
5	Лавровий лист	0,16	0,16	0,02	0,02	0,024	0,024	0,03	0,03
6	Сіль	3	3	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6
7	Олія	5	5	0,6	0,6	0,8	0,8	1,0	1,0
Вихід готової страви, г		1000		120		150		190	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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 нарізають кільцями завтовшки 0,2–0,3 см, заливають гарячою водою на 0,5–1 см вище ніж поверхня картоплі, солять, додають лавровий лист, відварюють під кришкою або у пароконвектоматі за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» до напівготовності впродовж 10–15 хв. Після чого зайву рідину зливають, картоплю підсушують.

Підготовлені, оброблені яйця збивають до однорідності, додають сметану, перемішують.

Пластинки картоплі викладають шаром завтовшки 2–3 см у змащену олією форму для запікання, заливають яєчною сумішшю, рівномірно посипають поверхню тертим сиром, запікають у розігрітій до температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ духовій шафі впродовж 30–40 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Гратен» чи за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Жар» до готовності.

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, порціонуючи шматочками разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаного гратену тримають форму.

Колір: на зрізі — світлий, кремовий; скоринка — золотиста.

Смак і запах: властиві картоплі, запеченій з сиром.

Консистенція: м'який, пружний, тримає форму, форма нарізки збережена.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
120	4,88	5,89	17,29	141
150	6,10	7,36	21,61	176
190	7,73	9,33	27,38	223

Технологічна карта № 3.11

Гратен з яйцем (безлактозний)

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	1067	800	128	96	160	120	203	152
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1143	800	137	96	171	120	217	152
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1231	800	148	96	185	120	234	152
	або картопля свіжа з 01.03	1333	800	160	96	200	120	253	152
2	Молоко рослинне	300	300	36	36	45	45	57	57
3	Яйця (Я)	4 шт.	160	1/2 шт.	19	3/5 шт.	24	3/4 шт.	30
4	Бешамель безглутеновий (безлактозний) ТК № 11.12 (МП, ЗП)	50	50	6	6	8	8	10	10
5	Лавровий лист	0,16	0,16	0,02	0,02	0,024	0,024	0,03	0,03
6	Сіль	3	3	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6
7	Олія	5	5	0,6	0,6	0,8	0,8	1,0	1,0
Вихід готової страви, г		1000		120		150		190	

Відхилення до маси порції: +3 %

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; МП — молочні продукти; 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 бульби картоплі нарізають кільцями завтовшки 0,2–0,3 см, заливають гарячим рослинним молоком, солять, додають лавровий лист, відварюють під кришкою або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» до напівготовності впродовж 10–15 хв. Після чого молоко зливають для подальшого використання, картоплю підсушують.

Підготовлені, оброблені яйця збивають до однорідності, додають третину охолодженого до температури +50–60 °С молока, у якому відварювалася картопля, перемішують.

Пластинки картоплі викладають шаром завтовшки 2–3 см у змащену олією форму для запікання, заливають яечною сумішшю, рівномірно змащують поверхню соусом, запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 30–40 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Гратен» чи за температури +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, порціонуючи шматочками разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаного гратену тримають форму.

Колір: на зрізі — світлий, кремовий; скоринка — золотиста.

Смак і запах: властиві картоплі, запеченій з сиром.

Консистенція: м'який, пружний, тримає форму, форма нарізки збережена.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
120	4,67	3,57	18,26	123
150	5,84	4,46	22,83	154
190	7,39	5,65	28,92	195

Технологічна карта № 3.12

Гратен з капусти броколі та цвітної капусти

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Броколі свіжоморожена	372	335	37	34	45	40	56	50
2	Капуста цвітна свіжа	644	335	64	34	77	40	97	50
	або капуста цвітна свіжоморожена	399	335	40	34	48	40	60	50
3	Сир твердий (МП, Л)	108	100	11	10	13	12	16	15
4	Бешамель ТК № 11.10 (МП, Л, Г, ЗП)	340	340	34	34	41	41	51	51
5	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
6	Олія	5	5	0,5	0,5	0,6	0,6	0,8	0,8
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

У капусти свіжої зрізають неїстівну грубу частину ніжки, а свіжоморожену використовують без попереднього розморожування. Капусту розбирають на дрібні суцвіття, заливають соусом, солять і перемішують.

Суміш капусти і соусу викладають шаром завтовшки 2–3 см у змащену олією форму для запікання, рівномірно посипають поверхню натертим сиром, запікають у розігрітій до температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ духовій шафі впродовж 25–30 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Гратен» чи за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Жар» до готовності.

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, порціонуючи шматочками, що частково тримають форму. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаного гратену частково тримають форму.

Колір: на зрізі — чергування білого і зеленого кольорів; скоринка — золотиста.

Смак і запах: сирний, з легким ароматом мускатного горіху.

Консистенція: м'який, пружний, овочі зберегли форму.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,05	3,78	7,11	71
120	3,66	4,53	8,53	85

150	4,57	5,67	10,67	106
-----	------	------	-------	-----

Технологічна карта № 3.13

Печеня з гарбузом, картоплею та селерою

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	529	450	64	54	79	68	101	86
2	Селери корінь (С)	600	450	72	54	90	68	114	86
3	Морква свіжа до 01.01	188	150	23	18	28	23	36	29
	або морква свіжа після 01.01	200	150	24	18	30	23	38	29
4	Цибуля ріпчаста	95	80	11	10	14	12	18	15
5	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	400	300	48	36	60	45	76	57
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	429	300	51	36	64	45	81	57
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	462	300	55	36	69	45	88	57
	або картопля свіжа з 01.03	500	300	60	36	75	45	95	57
6	Кмин	0,3	0,3	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06
7	Коріандр мелений	0,2	0,2	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04	0,04
8	Куркума	0,5	0,5	0,06	0,06	0,08	0,08	0,10	0,10
9	Часник сушений мелений	0,2	0,2	0,02	0,02	0,02	0,02	0,03	0,03
10	Сіль	3	3	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6
11	Олія	15	15	2	2	2,3	2,3	3	3
Вихід готової страви, г		1000		120		150		190	

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

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з $\frac{2}{3}$ обсягу олії до прозорості на середньому вогні впродовж 3–4 хв.

Очищені картоплю, гарбуз, селеру нарізають кубиком з ребром завтовшки 1,5–2 см, моркву нарізають скибочками завтовшки 0,3–0,5 см. До нарізаних овочів додають пасеровану цибулю, спеції, прянощі, сіль, усе ретельно перемішують.

Суміш овочів викладають у змащену рештою олії форму для запікання, запікають, накривши кришкою або фольгою, у розігрітій до температури $+180\text{ }^\circ\text{C}$ духовій шафі впродовж 40–50 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури $+180\text{ }^\circ\text{C}$ у режимі «Жар» до готовності.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Зберігають на марміті не довше ніж 3 год за температури $+60\text{--}70\text{ }^\circ\text{C}$.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

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

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: однорідна нарізка овочів.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: властивий овочам із легким ароматом прянощів.

Консистенція: овочі — м'які, форма нарізки збережена.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
120	2,35	2,17	15,56	92
150	2,94	2,71	19,45	115
190	3,72	3,44	24,64	146

Технологічна карта № 3.14

Цвітна капуста, запечена під бешмеллю

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	1827	950	91	48	137	71	183	95
	або капуста цвітна свіжоморожена	1131	950	57	48	85	71	113	95
2	Бешамель ТК 11.10 (МП, Л, Г, ЗП)	320	320	16	16	24	24	32	32
3	Орегано сушений мелений	0,3	0,3	0,02	0,02	0,02	0,02	0,03	0,03
4	Сіль	3	3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3
5	Олія	10	10	0,5	0,5	0,8	0,8	1,0	1,0
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

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

У капусти свіжої зрізають неістівну грубу частину ніжки, а свіжоморожену використовують без попереднього розморожування. Капусту розбирають на дрібні суцвіття, заливають соусом, солять, додають прянощі, перемішують.

Суміш капусти і соусу викладають шаром завтовшки 2–3 см у змащену олією форму для запікання, запікають у розігрітій до температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ духовій шафі впродовж 25–30 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Жар» до готовності.

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 (подавання) споживачу

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

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: запечені суцвіття зберегли форму.

Колір: кремова.

Смак і запах: вершкова, з легким ароматом мускатного горіху.

Консистенція: ніжна, пружна, овочі зберегли форму, соус — густий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	1,70	1,38	4,06	33
75	2,55	2,08	6,10	50
100	3,39	2,77	8,13	66

Технологічна карта № 3.15

Кабачки в панірувальних сухарях

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Кабачок свіжий	1493	1000	74,6	50	111,9	75	149,3	100
2	Яйця (Я)	2 $\frac{1}{2}$ шт.	100	$\frac{1}{8}$ шт.	5	$\frac{1}{6}$ шт.	7,5	$\frac{1}{4}$ шт.	10

3	Сир твердий (МП, Л)	162	150	8,1	7,5	12,1	11,3	16,2	15
4	Борошно цільозернове (ЗП, Г)	100	100	5	5	7,5	7,5	10	10
5	Сухарі пшеничні цільозернові мелені (ЗП, Г)	120	120	6	6	9	9	12	12
6	Олія	20	20	1	1	1,5	1,5	2	2
7	Сіль	3	3	0,15	0,15	0,23	0,23	0,3	0,3
8	Вода питна	30	30	1,5	1,5	2,3	2,3	3	3
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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

Кабачки миють, очищають від шкірки, звільняють від насіння і нарізають на стіки завтовшки 1,5–2 см, солять. Кабачки спочатку панірують в борошні, потім у яйцях, збитих з водою, після чого панірують у сухарях, змішаних з тертим сиром твердим. Запаніровані стіки викладають на деко, змащене олією і запікають до утворення золотистої скоринки за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ протягом 15–20 хв, доки кабачки стануть м'якими. Консистенція готових кабачків має бути м'якою, соковитою.

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 кабачки в паніровці на гарнір. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: паніровка міцно тримається на шматочках кабачків.

Колір: золотисті.

Смак і запах: властиві кабачкам, запеченим з сиром.

Консистенція: м'які, скоринка — хрумка.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	3,91	4,09	9,91	93
75	5,86	6,14	14,86	139
100	7,82	8,19	19,82	185

Технологічна карта № 3.16

Кабачки в панірувальних сухарях (безглютеніві)

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Кабачок свіжий	1493	1000	74,6	50	111,9	75	149,3	100
2	Яйця (Я)	2 $\frac{1}{2}$ шт.	100	$\frac{1}{8}$ шт.	5	$\frac{1}{6}$ шт.	7,5	$\frac{1}{4}$ шт.	10
3	Сир твердий (МП, Л)	162	150	8,1	7,5	12,1	11,3	16,2	15
4	Борошно кукурудзяне (ЗП)	101	100	5,1	5	7,6	7,5	10,1	10
	або борошно рисове (ЗП)	101	100	5,1	5	7,6	7,5	10,1	10
5	Сухарі панірувальні кукурудзяні мелені (ЗП)	120	120	6	6	9	9	12	12
6	Олія	20	20	1	1	1,5	1,5	2	2
7	Сіль	3	3	0,15	0,15	0,23	0,23	0,3	0,3
8	Вода питна	30	30	1,5	1,5	2,3	2,3	3	3
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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

Кабачки миють, очищають від шкірки, звільняють від насіння і нарізають на стіки завтовшки 1,5–2 см, солять. Кабачки спочатку панірують в борошні, потім у яйцях, збитих з водою, після чого панірують у сухарях, змішаних з тертим сиром твердим. Запаніровані стіки викладають на деко, змащене олією і запікають до утворення золотистої скоринки за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ 15–20 хв, доки кабачки стануть м'якими. Консистенція готових кабачків має бути м'якою, соковитою.

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 кабачки в паніровці на гарнір. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: паніровка міцно тримається на шматочках кабачків.

Колір: золотисті.

Смак і запах: властиві кабачкам, запеченим з сиром.

Консистенція: м'які, скоринка — хрумка.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	3,67	4,06	10,35	93
75	5,50	6,09	15,53	139
100	7,34	8,12	20,71	185

Технологічна карта № 3.17

Овочі припущені з бешамеллю

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Морква свіжа до 01.01	500	400	50	40	60	48	75	60
	або морква свіжа з 01.01	533	400	53,3	40	63,9	48	79,9	60
2	Горошок зелений свіжоморожений	300	300	30	30	36	36	45	45
3	Капуста білокачанна свіжа	250	200	25	20	30	24	37,5	30
4	Бешамель (Г, МП, Л, ЗП) ТК № 11.10	250	250	25	25	30	30	37,5	37,5
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

Підготовлену моркву та капусту нарізають однорідною формою нарізки. Овочі припускають з зеленим горошком до напівготовності та заливають бешамеллю, додають сіль і доводять до

готовності протягом 3–5 хв. Подають як гарнір порційно.

Термін придатності до споживання та умови зберігання
2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу
Подають овочі на гарнір порційно. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: овочі не розварені, зберегли форму нарізки після теплової обробки.

Колір: відповідає овочам, які входять до складу страви.

Смак і запах: відповідають продуктам, які входять до складу страви з ароматом мускатного горіха.

Консистенція: овочі — соковиті, м'які; соус — однорідний, без грудочок.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,28	1,20	10,66	62
120	3,94	1,44	12,79	74
150	4,92	1,8	15,99	93

Технологічна карта № 3.18

Овочі припущені з соусом бешамель безглютеновим (безлактозним)

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Морква свіжа до 01.01	500	400	50	40	60	48	75	60
	або морква свіжа після 01.01	533	400	53,3	40	63,9	48	79,9	60
2	Горошок зелений свіжоморожений	300	300	30	30	36	36	45	45
3	Капуста білокачанна свіжа	250	200	25	20	30	24	37,5	30
4	Бешамель безглютеновий (безлактозний) ТК № 11.12 (ЗП, МП)	250	250	25	25	30	30	37,5	37,5
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: ±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 моркву та капусту нарізають однорідною формою нарізки. Овочі припускають з зеленим горошком до напівготовності та заливають бешамеллю, додають сіль і доводять до готовності протягом 3–5 хв. Подають як гарнір порційно.

Термін придатності до споживання та умови зберігання
2 год на марміті з моменту приготування. Температура зберігання — +65 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу
Подають овочі на гарнір порційно. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: овочі не розварені, зберегли форму нарізки після теплової обробки.

Колір: відповідає овочам, які входять до складу страви.

Смак і запах: відповідають продуктам, які входять до складу страви з ароматом мускатного горіха.

Консистенція: овочі — соковиті, м'які; соус — однорідний, без грудочок.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	3,17	1,28	10,98	63
120	3,80	1,53	13,17	76
150	4,75	1,92	16,47	95

Технологічна карта № 3.19

Овочеве соте «Літне»

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Морква свіжа до 01.01	250	200	25	20	30	24	37,5	30
	або морква свіжа після 01.01	267	200	26,7	20	32	24	40	30
2	Цибуля ріпчаста	178,5	150	17,9	15	21,4	18	26,7	22,5
3	Олія	50	50	5	5	6	6	7,5	7,5
	Маса пасерованих овочів	-	215	-	21,5	-	25,8	-	32,3
4	Кабачок свіжий	746	500	74,6	50	89,5	60	111,9	75
5	Перець солодкий свіжий	333	250	33	25	39,6	30	49,5	37,5
6	Томати теплично-парникові свіжі	153	150	15,3	15	18,4	18	22,9	22,5
	або томати ґрунтові свіжі	176,5	150	17,6	15	21,1	18	26,4	22,5
7	Зелень петрушки свіжої	135	100	13,5	10	16,2	12	20,3	15
8	Базилік сушений мелений	1,5	1,5	0,15	0,15	0,18	0,18	0,2	0,2
9	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: ±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

Підготовлені моркву і цибулю нарізають або натирають на тертці, пасерують з частиною олії. Кабачки, томати, перець солодкий очищають від плодоніжок, ретельно миють та нарізають однаковою формою нарізки. Усі овочі з'єднують, додають сіль, решту олії та базилік, викладають на деко. Овочевий мікс запікають в духовій шафі до готовності за температури +180 °С або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Тушкування» чи за температури +180 °С у режимі «Жар + Пара» до готовності. Подають овочево соте як на гарнір, посипавши дрібно нарізаною петрушкою, так і як теплий салат.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

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

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають овочево соте як на гарнір, посипавши дрібно нарізаною петрушкою, так і як теплий салат. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: овочі зберегли форму нарізки.

Колір: відповідає овочам, які входять до складу страви.

Смак і запах: відповідають продуктам, які входять до складу страви із запахом базиліку.

Консистенція: соковите, м'яке.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	1,66	5,24	9,08	85
120	1,99	6,29	10,89	102

150	2,49	7,86	13,62	128
-----	------	------	-------	-----

Технологічна карта № 3.20

Овочеве соте «Осіннє»

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Морква свіжа до 01.01	150	120	15	12	18	14,4	22,5	18
	або морква свіжа після 01.01	160	120	16	12	19,2	14,4	24	18
2	Цибуля ріпчаста	178,5	150	17,9	15	21,4	18	26,7	22,5
3	Олія	50	50	5	5	6	6	7,5	7,5
	Маса пасерованих овочів	-	160	-	16	-	19,2	-	24
4	Кабачок свіжий	447,5	300	44,8	30	53,7	36	67,2	45
5	Баклажан свіжий	353	300	35,3	30	42,3	36	52,9	45
6	Перець солодкий свіжий	333	250	33	25	39,6	30	49,5	37,5
7	Томати теплично-парникові свіжі	153	150	15,3	15	18,4	18	22,9	22,5
	або томати ґрунтові свіжі	176,5	150	17,6	15	21,1	18	26,4	22,5
8	Зелень петрушки свіжої	135	100	13,5	10	16,2	12	20,3	15
9	Базилік сушений мелений	1,5	1,5	0,15	0,15	0,18	0,18	0,2	0,2
10	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: 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

Підготовлені моркву і цибулю нарізають або натирають на тертці, пасерують з частиною олії. Кабачки, баклажани, перець очищають від плодоніжок. Баклажани, нарізані однаковими шматочками, замочують у підсоленій воді на 20 хв для видалення притаманного їм гіркої присмаку, яку потім зливають. Кабачки, томати, перець солодкий ретельно миють та нарізають однаковою формою нарізки. Усі овочі з'єднують, додають сіль, решту олії та базилік, викладають на деко. Овочевий мікс запікають в духовій шафі до готовності за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Тушкування» чи за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Жар + Пара» до готовності. Подають овочево соте як на гарнір, посипавши дрібно нарізаною петрушкою, так і як теплий салат.

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 овочево соте як на гарнір, посипавши дрібно нарізаною петрушкою, так і як теплий салат. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: овочі зберегли форму нарізки.

Колір: відповідає овочам, які входять до складу страви.

Смак і запах: відповідають продуктам, які входять до складу страви із запахом базиліку.

Консистенція: соковите, м'яке.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	1,81	5,2	9,29	85
120	3,17	6,24	11,15	102
150	2,72	7,8	13,94	128

Технологічна карта № 3.21

Овочеве рагу з зеленим горошком

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Морква свіжа до 01.01	187,5	150	18,7	15	22,5	18	28,1	22,5
	або морква свіжа після 01.01	200	150	20	15	24	18	30	22,5
2	Цибуля ріпчаста	119	100	11,9	10	14,3	12	17,9	15
3	Олія	30	30	3	3	3,6	3,6	4,5	4,5
4	Томатна паста	30	30	3	3	3,6	3,6	4,5	4,5
	Маса пасерованих овочів	-	180	-	18	-	21	-	27
5	Кабачок свіжий	149	100	14,9	10	17,9	12	22,4	15
6	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	667	500	66,7	50	80	60	100	75
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	715	500	71,5	50	85,8	60	107,2	75
	або картопля свіжа з 01.01 по 28-29.02	770	500	77	50	92,4	60	115,5	75
	або картопля свіжа з 01.03	834	500	83,4	50	100	60	125,1	75
7	Перець солодкий свіжий	133	100	13,3	10	15,9	12	19,9	15
8	Горошок свіжоморожений	200	200	20	20	24	24	30	30
9	Зелень петрушки свіжої	27	20	2,7	2	3,2	2,4	4	3
10	Хмелі-сунелі	1,5	1,5	0,15	0,15	0,18	0,18	0,2	0,2
11	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
12	Вода питна	200	200	20	20	24	24	30	30
	або відвар овочевий напівфабрикат ТК № 2.1*	200	200	20	20	24	24	30	30
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

Підготовлені очищені та вимиті моркву і цибулю ріпчасту нарізають однорідною формою нарізки або натирають на тертці, пасерують з $\frac{1}{2}$ порції олії та томатною пастою. Кабачки, перець ретельно миють, очищують та нарізають однорідною формою нарізки. Очищену картоплю нарізають шматочками однорідної форми нарізки (кубиками, часточками). Усі овочі з'єднують, додають горошок свіжоморожений, сіль, решту олії, хмелі-сунелі. Овочевий мікс перемішують, викладають на деко, додають воду або відвар овочевий і тушкують в духовій шафі за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ впродовж 30–40 хв до готовності або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Тушкування» чи за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Жар + Пара» до готовності. Подають овочеве рагу на гарнір, посипавши дрібно нарізаною петрушкою.

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 овочеве рагу з горошком на гарнір, посипавши дрібно нарізаною петрушкою. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: овочі після теплової обробки зберегли форму нарізки.

Колір: відповідає овочам, які входять до складу страви.

Смак і запах: відповідають продуктам, які входять до складу страви з ароматом хмелі-сунелі.

Консистенція: соковите, м'яке.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	2,76	3,30	15,69	100
120	3,31	3,96	18,82	120
150	4,14	4,95	23,53	150

Технологічна карта № 3.22

Вегетаріанський закритий пиріг

Категорія: страви з картоплі та овочів

Походження: англійська 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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	733	550	73,3	55	146,6	110	183,3	137,5	219,9	165
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	786	550	78,6	55	157,2	110	196,5	137,5	235,8	165
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	846	550	84,6	55	169,2	110	211,5	137,5	253,8	165
	або картопля свіжа з 01.03	917	550	91,7	55	183,4	110	229,3	137,5	275,1	165
2	Морква свіжа до 01.01	125	100	12,5	10	25	20	31,3	25	37,5	30
	або морква свіжа після 01.01	133	100	13,3	10	26,6	20	33,3	25	39,9	30
3	Цибуля ріпчаста	119	100	11,9	10	23,8	20	29,8	25	35,7	30
4	Часник свіжий	6,5	5	0,6	0,5	1,3	1	1,6	1,3	1,9	1,5
5	Сочевиця червона або жовта	182	180	18,2	18	36,4	36	45,5	45	54,6	54
6	Олія	20	20	2	2	4	4	5	5	6	6
7	Масло вершкове (МП, Л)	20	20	2	2	4	4	5	5	6	6
8	Томатна паста	25	25	2,5	2,5	5	5	6,3	6,3	7,5	7,5
9	Орегано сушений мелений	1,5	1,5	0,15	0,15	0,3	0,3	0,37	0,37	0,45	0,45
10	Перець чорний мелений	1,5	1,5	0,15	0,15	0,3	0,3	0,37	0,37	0,45	0,45
11	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,6	0,6	0,75	0,75	0,9	0,9
Вихід готової страви, г		1000		100		200		250		300	

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

Сочевицю перед приготуванням ретельно перебирають, видаляючи сміттєві домішки (відходи при перебиранні становлять 1 %) і промивають у холодній проточній воді за температури +15–17 °С. Перед варінням сочевицю заливають холодною водою, ставлять на сильний нагрів для швидкого доведення до кипіння. Коли рідина закипить, зменшують нагрів до середнього рівня і відварюють сочевицю до напівготовності протягом 15–20 хв.

Очищені бульби картоплі заливають гарячою водою, закривають кришкою і відварюють або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» 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 додають $\frac{1}{2}$ порції солі, масло вершкове та $\frac{1}{2}$ порції орегано. Суміш ретельно збивають до отримання пишної однорідної маси. Цибулю очищають, миють, дрібно нарізають та пасерують на олії протягом 3–5 хв, додають попередньо очищену і подрібнену на дрібнофракційній тертці моркву і пасерують овочі ще 5–7 хв до золотистого забарвлення. До пасерованих овочів додають томатну пасту, розтовчений часник, попередньо відварену сочевицю та невелику кількість води і тушкують 10–15 хв. До сочевиці з овочами додають сіль, перець чорний мелений та орегано, тушкують 1–2 хв. Потім масу викладають у форму або деко з високими бортами, рівномірно розрівнюючи поверхню, зверху рівномірним шаром викладають картопляне пюре, поверхню розрівнюють. Пиріг запікають у попередньо розігрітій духовій шафі за температури +180 °С протягом 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +180 °С у режимі «Жар» до появи рум'яної скоринки. Готовий пиріг порціонують та відпускають, за бажанням посипають сушеним кропом або петрушкою.

Термін придатності до споживання та умови зберігання
Термін реалізації — 2 год. Температура зберігання — +65–75 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Вегетаріанський пиріг нарізають на порції квадратної або прямокутної форми, за бажанням посипають сушеною зеленню кропу або петрушки. Температура подачі — +65–75 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: пиріг нарізаний шматочками однакової форми, на поверхні рум'яна скоринка, без тріщин.

Колір: золотистий, на розрізі — білий та червоний шари.

Смак і запах: властивий тушкованим овочам та сочевиці, з ароматом томатів та орегано.

Консистенція: соковитий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,99	3,88	21,46	150
200	11,98	7,76	42,92	300
250	14,97	9,70	53,65	375
300	17,97	11,64	64,38	450

Технологічна карта № 3.23

Вегетаріанський закритий пиріг (безлактозний)

Категорія: страви з картоплі та овочів

Походження: англійська 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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	733	550	73,3	55	146,6	110	183,3	137,5	219,9	165
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	786	550	78,6	55	157,2	110	196,5	137,5	235,8	165
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	846	550	84,6	55	169,2	110	211,5	137,5	253,8	165
	або картопля свіжа з 01.03	917	550	91,7	55	183,4	110	229,3	137,5	275,1	165
2	Морква свіжа до 01.01	125	100	12,5	10	25	20	31,3	25	37,5	30
	або морква свіжа після 01.01	133	100	13,3	10	26,6	20	33,3	25	39,9	30
3	Цибуля ріпчаста	119	100	11,9	10	23,8	20	29,8	25	35,7	30
4	Часник свіжий	6,5	5	0,6	0,5	1,3	1	1,6	1,3	1,9	1,5
5	Сочевиця червона або жовта	182	180	18,2	18	36,4	36	45,5	45	54,6	54
6	Олія	20	20	2	2	4	4	5	5	6	6
7	Масло гхі ТК № 11.27 (МП)	20	20	2	2	4	4	5	5	6	6
8	Томатна паста	25	25	2,5	2,5	5	5	6,3	6,3	7,5	7,5
9	Орегано сушений мелений	1,5	1,5	0,15	0,15	0,3	0,3	0,37	0,37	0,45	0,45
10	Перець чорний мелений	1,5	1,5	0,15	0,15	0,3	0,3	0,37	0,37	0,45	0,45
11	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,6	0,6	0,75	0,75	0,9	0,9
Вихід готової страви, г		1000		100		200		250		300	

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

Сочевицю перед приготуванням ретельно перебирають, видаляючи сміттєві домішки (відходи при перебиранні становлять 1 %) і промивають у холодній проточній воді за температури +15–17 °С. Перед варінням сочевицю заливають холодною водою, ставлять на сильний нагрів для швидкого доведення до кипіння. Коли рідина закипить, зменшують нагрів до середнього рівня і відварюють сочевицю до напівготовності впродовж 15–20 хв.

Очищені бульби картоплі заливають гарячою водою, закривають кришкою і відварюють або

у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» 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 додають 1/2 порції солі, масло гхі та 1/2 порції орегано. Суміш ретельно збивають до отримання пишної однорідної маси. Цибулю очищують, миють, дрібно нарізають та пасерують на олії протягом 3–5 хв, додають попередньо очищену і подрібнену на дрібнофракційній тертці моркву і пасерують овочі ще 5–7 хв до золотистого забарвлення. До пасерованих овочів додають томатну пасту, розтовчений часник, попередньо відварену сочевицю та невелику кількість води і тушкують протягом 10–15 хв. До сочевиці з овочами додають сіль, перець чорний мелений та орегано, тушкують протягом 1–2 хв. Потім масу викладають у форму або деко з високими бортами, рівномірно розрівнюючи поверхню, зверху рівномірним шаром викладають картопляне пюре, поверхню розрівнюють. Пиріг запікають у попередньо розігрітій духовій шафі за температури +180 °С протягом 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +180 °С у режимі «Жар» до появи рум'яної скоринки. Готовий пиріг порціонують та відпускають, за бажанням посипають сушеним кропом або петрушкою.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

Термін реалізації — 2 год. Температура зберігання — +65–75 °С.

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Вегетаріанський пиріг нарізають на порції квадратної або прямокутної форми, за бажанням посипають сушеною зеленню кропу або петрушки. Температура подачі — +65–75 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: пиріг нарізаний шматочками однакової форми, на поверхні рум'яна скоринка, без тріщин.

Колір: золотистий, на розрізі — білий та червоний шари.

Смак і запах: властивий тушкованим овочам та сочевиці, з ароматом томатів та орегано.

Консистенція: соковитий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,98	2,43	21,43	154
200	11,96	4,86	42,86	308
250	14,95	6,07	53,57	385
300	17,94	7,29	64,29	462

Технологічна карта № 3.24

Ньокі (картопляні галушки)

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	825	619,0	82,5	61,9	99,0	74,3	123,8	92,9
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	884	619,0	88,4	61,9	106,1	74,3	132,6	92,9
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	952	619,0	95,2	61,9	114,3	74,3	142,8	92,9
	або картопля свіжа з 01.03	1032	619,0	103,2	61,9	123,8	74,3	154,8	92,9
	Маса відвареної картоплі	-	600	-	60	-	72	-	90
2	Борошно цільнозернове (ЗП, Г)	300	300	30	30	36	36	45	45
3	Яйця (Я)	2 шт.	80	1/5 шт.	8	1/4 шт.	9,6	1/3 шт.	12
4	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
5	Вода питна	2300	2300	230	230	276	276	345	345
	Маса відварених галушок	-	980	-	98	-	117,6	-	147
6	Масло вершкове (МП, Л)	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: Г — глютен; Я — яйця; 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

Очищені бульби картоплі заливають гарячою водою, закривають кришкою і відварюють або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» до готовності. Після цього зайву воду зливають, картоплю підсушують. Варену гарячу картоплю перетирають у протиральній машині до однорідної консистенції. До товченої картоплі додають борошно, яйця, сіль і добре перемішують. З картопляної маси формують невеликі кульки діаметром 2 см та злегка притискають зверху виделкою. Галушки відварюють до готовності в підсоленій киплячій воді протягом 5 хв або у пароконвектоматі за обраної програми «Вареники» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» до готовності. Готові ньокі заправляють 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 картопляні ньокі на гарнір, поливши розтопленим маслом вершковим. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: ньокі однакової форми, не розварені.

Колір: кремові.

Смак і запах: відповідають продуктам, які входять до складу страви.

Консистенція: м'які, пружні, соковиті.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,87	3,28	29,39	176
120	7,04	3,94	35,27	211
150	8,80	4,92	44,08	264

Технологічна карта № 3.25

Безглютенові та безлактозні ньокі (картопляні галушки)

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	825	619,0	82,5	61,9	99,0	74,3	123,8	92,9
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	884	619,0	88,4	61,9	106,1	74,3	132,6	92,9
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	952	619,0	95,2	61,9	114,3	74,3	142,8	92,9
	або картопля свіжа з 01.03	1032	619,0	103,2	61,9	123,8	74,3	154,8	92,9
	Маса відвареної картоплі	-	600	-	60	-	72	-	90
2	Борошно кукурудзяне (ЗП)	303	300	30,3	30	36,4	36	45,5	45
	або борошно рисове (ЗП)	303	300	30,3	30	36,4	36	45,5	45
3	Яйця (Я)	2 шт.	80	1/5 шт.	8	1/4 шт.	9,6	1/3 шт.	12
4	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,36	0,36	0,45	0,45
5	Вода питна	2300	2300	230	230	276	276	345	345
	Маса відварених галушок	-	980	-	98	-	117,6	-	147
6	Масло гхі ТК № 11.27 (МП)	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: ЗП — злакові продукти; Я — яйця; 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, закривають кришкою і відварюють або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» до готовності. Після цього зайву воду зливають, картоплю підсушують. Варену гарячу картоплю перетирають у протиральній машині до однорідної консистенції. До товченої картоплі додають попередньо просіяне борошно, яйця, сіль і добре перемішують. З картопляної маси формують невеликі кульки діаметром 2 см та злегка притискають зверху виделкою. Галушки відварюють до готовності в підсоленій киплячій воді протягом 5 хв або у пароконвектоматі за обраної програми «Вареники» чи за температури +100 °С у режимі «Пара» до готовності. Готові ньокі заправляють 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 картопляні ньокі на гарнір, поливши маслом гхі. Температура подачі +65°С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: ньокі однакової форми, не розварені.

Колір: кремові.

Смак і запах: відповідають продуктам, які входять до складу страви.

Консистенція: м'які, пружні, соковиті.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,41	3,60	32,03	179
120	5,29	4,32	38,43	215
150	6,61	5,40	48,04	269

Технологічна карта № 3.26

Гарбузова лазанья

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Гарбуз свіжий	541	460	54	46	65	55	76	64
2	Морква свіжа до 01.01	163	130	16	13	20	16	23	18
	або морква свіжа після 01.01	173	130	17	13	21	16	24	18
3	Цибуля ріпчаста	167	140	17	14	20	17	23	20
4	Сир твердий (МП, Л)	97	90	10	9	12	11	14	13
5	Бешамель ТК № 11.10 (МП, Л, Г, ЗП)	270	270	27	27	32	32	38	38
6	Олія	15	15	1,5	1,5	1,8	1,8	2,1	2,1
Вихід готової страви, г		1000		100		120		140	

Відхилення до маси порції: ±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

Очищений гарбуз нарізають слайсами завтовшки 0,3–0,4 см, викладають на пергамент або змащене олією деко і запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 10–15 хв до напівготовності (час приготування буде відрізнятись залежно від сорту гарбуза).

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з олією до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену

моркву натерту на крупнофракційну тертку і пасерують на середньому вогні ще 3–5 хв, охолоджують до температури +50–60 °С перед подальшим використанням.

Сир натирають на крупнофракційну тертку.

У змащену олією форму для запікання викладають пластинки гарбуза в один шар, поверх викладають шар овочевої пасеровки, промащують соусом, посипають натертим сиром, повторюють тричі. Запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 25–30 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Гратен» чи за температури +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, нарізаючи порційними шматочками. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: порційні шматочки частково втратили форму.

Колір: помаранчева.

Смак і запах: насичена овочева, з вершково-сирним ароматом.

Консистенція: овочі — м'які, соус — густий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	1,95	4,16	7,75	74
120	2,34	4,99	9,30	88
140	2,72	5,82	10,85	103

Технологічна карта № 3.27

Пудинг з овочами

Категорія: страви з картоплі та овочів

Походження: англійська 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	Квасоля стручкова різана свіжоморожена	144	140	14,4	14	17,3	16,8	21,6	21
2	Морква свіжа до 01.01	425	340	43	34	51	41	64	51
	або морква свіжа після 01.01	453	340	45	34	54	41	68	51
3	Цибуля ріпчаста	190	160	19	16	23	19	29	24
4	Капуста цвітна свіжа	269	140	27	14	32	17	40	21
	або капуста цвітна свіжоморожена	165	140	16	14	20	17	25	21
5	Сир твердий (МП, Л)	75	70	8	7	9	8	11	11
6	Яйця (Я)	5½ шт.	220	5/9 шт.	22	2/3 шт.	26	5/6 шт.	33
7	Борошно цільнозернове (ЗП, Г)	60	60	6	6	7	7	9	9
8	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
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: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: Г — глютен; МП — молочні продукти; Л — лактоза; Я — яйця; 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

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з олією до прозорості на середньому вогні впродовж 3–4 хв.

Очищену моркву нарізають дрібним кубиком завтовшки 0,3–0,5 см.

У капусти свіжої зрізають неїстівну грубу частину ніжки, а свіжоморожену використовують без попереднього розморожування. Капусту розбирають на дрібні суцвіття.

Сир натирають на крупнофракційну тертку.

До цибулевої пасеровки додають моркву, квасолю, не розморожуючи, капусту, ячні жовтки, борошно, сіль, сир і перемішують масу. Останніми вводять збиті у пишну піну білки і обережно перемішують масу, щоб не зруйнувати ніжну, пухку структуру.

У змащену олією форму для запікання викладають суміш, шаром завтовшки 3–4 см, запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 25–30 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +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, нарізаючи порційними шматочками. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: порційні шматочки зберігають форму.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: насичений овочевий.

Консистенція: м'який, ніжний, пухкий, пружний.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,13	5,34	10,44	108
120	6,15	6,41	12,53	130
150	7,69	8,01	15,67	162

Технологічна карта № 3.28

Картопля в «жакеті»

Категорія: страви з картоплі та овочів

Походження: англійська 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	950	760*	124	99	152	122	190	152
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1013	760*	132	99	162	122	203	152
2	Горошок свіжоморожений	82	80	10,6	10,4	13,1	12,8	16,3	16
3	Цибуля ріпчаста	107	90	14	12	17	14	21	18
4	Морква свіжа до 01.01	113	90	15	12	18	14	23	18
	або морква свіжа після 01.01	120	90	16	12	19	14	24	18
5	Сир твердий (МП, Л)	54	50	7	6,5	8,6	8	10,8	10
6	Сіль	3	3	0,4	0,4	0,5	0,5	0,6	0,6
7	Олія	15	15	2	2	2,4	2,4	3	3
Вихід готової страви, г		1000		130		160		200	

* — запечена цілком у шкірці

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 нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з $\frac{3}{4}$ норми олії до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену моркву, натерту на крупнофракційну тертку, пасерують на середньому вогні ще 3–5 хв. Додають горошок, не розморожуючи, пасерують разом на середньому вогні ще 2–3 хв.

Сир натирають на крупнофракційну тертку.

Миту картоплю у шкірці проколюють по всій поверхні, обгортають фольгою, запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 60–90 хв або у пароконвектоматі за обраного режиму «Печена картопля» до готовності (час приготування залежить від розміру і сорту картоплі). У гарячих (за температури не нижче ніж +80 °С), доведених до готовності бульбах зрізають верхню частину, обережно, щоб не порушити оболонку, виймають м'якоть, залишаючи стінки завтовшки 1–1,5 см.

Видалену м'якоть протирають у гарячому стані за температури не нижче ніж +80 °С, додають підготовлені овочі, $\frac{2}{3}$ обсягу натертого сиру, сіль, ретельно перемішують масу і начиняють нею картопляні оболонки, поверх начинку посипають рештою сиру, викладають на деко, змащене рештою олії і запікають у розігрітій до температури +200 °С духовій шафі впродовж 10–15 хв або у пароконвектоматі 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, порціонуючи цілком разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: бульби тримають форму, золотава скоринка.

Колір: на зрізі — світла, кремова, притаманна компонентам, що входять до складу страви; скоринка — золотиста.

Смак і запах: властиві картоплі, запеченій з сиром.

Консистенція: овочі — м'які.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
130	3,00	3,35	20,86	123
160	3,69	4,12	25,67	152
200	4,62	5,16	32,09	190

Технологічна карта № 3.29

Картопля, тушкована з кмином і кукурудзою

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	960	720	144	108	163	122	202	151
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1029	720	154	108	175	122	216	151
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1108	720	166	108	188	122	233	151
	або картопля свіжа з 01.03	1200	720	180	108	204	122	252	151
2	Цибуля ріпчаста	143	120	21	18	24	20	30	25
3	Кукурудза свіжоморожена	143	140	21	21	24	24	30	29
4	Вершки кулінарні (МП, Л)	140	140	21	21	24	24	29	29
5	Вода питна	140	140	21	21	24	24	29	29
6	Карі ніжний мелений	0,8	0,8	0,12	0,12	0,14	0,14	0,17	0,17
7	Сіль	3	3	0,5	0,5	0,5	0,5	0,6	0,6
8	Олія	10	10	1,5	1,5	1,7	1,7	2,1	2,1
Вихід готової страви, г		1000		150		170		210	

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 нарізають брусочками завтовшки 0,7–1 см та завдовжки 2,5–3,5 см, заливають гарячою водою на 0,5–1 см вище ніж поверхня картоплі, відварюють під кришкою або у пароконвектоматі за температури +100 °С у режимі «Пара» до напівготовності впродовж 10–15 хв. Після чого зайву рідину зливають, картоплю підсушують.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з олією до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв. Додають кукурудзу, не розморожуючи, пасерують разом на середньому вогні ще 4–5 хв. До пасеровки додають картоплю, заливають вершками, додають воду, сіль, карі ніжний, перемішують, доводять до кипіння і тушкують на слабкому вогні впродовж 15–20 хв до готовності картоплі.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

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

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають, порціонуючи гіркою. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: форма нарізки однорідна, збережена.

Колір: блідо-жовта.

Смак і запах: насичена вершкова.

Консистенція: овочі — м'які, пружні; соус — густий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
150	3,61	4,41	23,33	147
170	4,09	5,00	26,44	167
210	5,05	6,17	32,66	206

Технологічна карта № 3.30

Морква з куркумою

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	1500	1200	75	60	113	90	150	120
	або морква свіжа після 01.01	1600	1200	80	60	120	90	160	120
2	Куркума	1,8	1,8	0,09	0,09	0,14	0,14	0,18	0,18
3	Карі ніжний мелений	1,0	1	0,05	0,05	0,08	0,08	0,10	0,10
4	Сіль	3	3	0,15	0,15	0,23	0,23	0,30	0,30
5	Олія	45	45	2,3	2,3	3,4	3,4	4,5	4,5
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

Відхилення до маси порції: ±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 брусочками завдовжки 3–4 см з перерізом 0,5–0,7 см, додають олію, сіль, спеції і прянощі, ретельно перемішують і запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 40–50 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Смажіння» чи за температури +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, порціонуючи гіркою. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: форма нарізки однорідна, збережена.

Колір: помаранчева.

Смак і запах: насичена овочева з прянощами.

Консистенція: м'яка, але пружна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	0,78	2,31	5,04	41
75	1,17	3,46	7,56	61
100	1,56	4,62	10,08	81

Технологічна карта № 3.31

Пюре з овочами

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Картопля свіжа з 01.09 по 31.10	1260	945	107	80	164	123	202	151
	або картопля свіжа з 01.11 по 31.12	1350	945	115	80	176	123	216	151
	або картопля свіжа з 01.01 по 28–29.02	1454	945	124	80	189	123	233	151
	або картопля свіжа з 01.03	1575	945	134	80	205	123	252	151
2	Молоко (МП, Л)	58	55	4,9	4,7	7,5	7,2	9,3	8,8
3	Масло вершкове (МП, Л)	15	15	1,3	1,3	2,0	2,0	2,4	2,4
4	Сіль	3	3	0,26	0,26	0,39	0,39	0,48	0,48
	Маса пюре	-	944	-	80	-	123	-	151
5	Горошок свіжоморожений	112	110	9,5	9,4	14,6	14,3	18,0	17,6
6	Цибуля ріпчаста	131	110	11	9	17	14	21	18
7	Морква свіжа до 01.01	138	110	12	9	18	14	22	18
	або морква свіжа після 01.01	147	110	12	9	19	14	23	18
8	Олія для пасерування	10	10	0,9	0,9	1,3	1,3	1,6	1,6
	Маса начинки	-	231	-	20	-	30	-	37
9	Сир твердий (МП, Л)	59	55	5,0	4,7	7,7	7,2	9,5	8,8
10	Олія	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
Вихід готової страви, г		1000		85		130		160	

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 або у пароконвектоматі за температури $+100\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» до готовності. Після чого зайву воду зливають, картоплю підсушують. Варену гарячу картоплю перетирають у протиральній машині. Температура протирання картоплі повинна бути не нижче ніж $+80\text{ }^{\circ}\text{C}$, інакше картопляне пюре буде тягучим, що різко погіршить його смак і зовнішній вигляд. У гарячу протерту картоплю додають масло вершкове, гаряче кип'ячене молоко, перемішують. На змащене олією деко викладають пюре, формуючи «гнізда» (для 1 шт. рекомендовано використовувати 80 г пюре).

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з олією до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену моркву натерту на крупнофракційну тертку і пасерують на середньому вогні ще 3–5 хв. Додають горошок, не розморожуючи, пасерують разом ще 3–5 хв. Пасеровкою начиняють «гнізда» (для 1 шт. рекомендовано використовувати 20 г начинки).

Сир натирають на тертку, посипають поверхню сформованих «гнізд» (для 1 шт. рекомендовано використовувати 4–5 г сиру).

Сформовані вироби запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +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, порціонуючи шматочками разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: вироби тримають форму.

Колір: пюре — кремово-біле; начинка — притаманна компонентам, що входять до складу страви; скоринка — золотиста.

Смак і запах: властиві страві, запеченій з сиром.

Консистенція: м'яке, тримає форму.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
85	3,54	3,85	17,13	116
130	5,42	5,89	26,19	177
160	6,67	7,25	32,24	218

Технологічна карта № 3.32

Баклажани з нутом

Категорія: страви з картоплі та овочів

Походження: східна 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	500	450	38	34	50	45	60	54
2	Нут сухий	171	360*	13	27	17	36	21	43
3	Цибуля ріпчаста	238	200	18	15	24	20	29	24
4	Помідори свіжі	158	150	12	11	16	15	19	18
5	Томатний сік	180	180	14	14	18	18	22	22
6	Цибуля зелена сушена	1	1	0,08	0,08	0,10	0,10	0,12	0,12
7	Імбир сушений мелений	0,7	0,7	0,05	0,05	0,07	0,07	0,08	0,08
8	Сіль	3	3	0,23	0,23	0,30	0,30	0,36	0,36
9	Олія	35	35	2,6	2,6	3,5	3,5	4,2	4,2
Вихід готової страви, г		1000		75		100		120	

* — нут відварений

Відхилення до маси порції: ±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: перед варінням нут ретельно перебирають, видаляючи домішки, промивають 2–3 рази, замочують у холодній воді (2 л на 1 кг) за температури не вище ніж +15 °С на 4–5 год. Для варіння нут заливають холодною водою (2,5 л на 1 кг) і варять без солі у закритому посуді при слабкому кипінні впродовж 40–50 хв. За потреби допускається доливання гарячої води (+60–70 °С) під час варіння.

2-й спосіб: для приготування нуту без попереднього замочування його заливають холодною водою (4 л на 1 кг), доводять до кипіння, варять впродовж 10–15 хв на сильному вогні та продовжують варити без солі у закритому посуді при слабкому кипінні впродовж 50–70 хв.

Або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Індійський даль» чи за температури +99 °С у режимі «Пара» впродовж 50 хв.

З готового нуту зливають зайву рідину, охолоджують до температури +8–10 °С.

Баклажани нарізають кубиком з ребром завтовшки 2–3 см. Нарізані баклажани для видалення гіркоти заливають холодною водою за температури +12–15 °С (з додаванням 6 г солі на 1 кг баклажанів) на 20–30 хв, після повторно заливають холодною водою без солі на 10–15 хв, зливають воду для видалення солі.

Помідори нарізають кубиком з ребром завтовшки 0,7–1 см.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з олією до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв. Додають баклажани, помідори, тушкують разом 10–15 хв до м'якості томатів, додають відварений нут, томатний сік, прянощі і спеції, сіль, тушкують разом ще 7–10 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

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

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають, порціонуючи гіркою. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: нарізка однорідна, соус — упарений.

Колір: червоні.

Смак і запах: насичені томатні.

Консистенція: овочі — м'які, баклажани — зберегли форму нарізки, нут — м'який, не розварений.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
75	3,42	3,26	11,02	89
100	4,56	4,34	14,70	118
120	5,47	5,21	17,63	142

Технологічна карта № 3.33

Перці ліниві

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Перець солодкий свіжий	737	590	37	29	55	44	74	59
2	Олія	10	10	0,5	0,5	0,8	0,8	1	1
	Маса запечених перців	-	460	-	23	-	34	-	46
3	Цибуля ріпчаста	476	400	24	20	36	30	48	40
4	Морква свіжа до 01.01	613	490	31	25	46	37	61	49
	<i>або морква свіжа після 01.01</i>	<i>653</i>	<i>490</i>	<i>33</i>	<i>25</i>	<i>49</i>	<i>37</i>	<i>65</i>	<i>49</i>
5	Паприка солодка мелена	0,8	0,8	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08
6	Куркума	0,8	0,8	0,04	0,04	0,06	0,06	0,08	0,08
7	Коріандр мелений	0,5	0,5	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05
8	Сіль	3	3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3
9	Олія для пасерування	35	35	1,8	1,8	2,6	2,6	3,5	3,5
	Маса пасерованих овочів	-	540	-	27	-	41	-	54
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

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

Перці очищають від насінневої коробки, нарізають смужками завширшки 1–1,5 см, додають олію, запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 15–20 хв або готують

у пароконвектоматі за температури +180 °С у режимі «Жар» до готовності.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з олією до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену моркву натерту на крупнофракційну тертку і пасерують на середньому вогні ще 3–5 хв. Додають запечені перці, спеції і прянощі, сіль, перемішують і тушкують разом протягом 3–5 хв.

Термін придатності до споживання та умови зберігання

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

Спосіб реалізації (подання) споживачу

Подають, порціонуючи гіркою. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: нарізка однорідна, овочі зберегли форму нарізання.

Колір: червоний.

Смак і запах: насичений овочевий.

Консистенція: овочі — м'які, зберегли форму нарізки.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	0,98	2,27	5,99	44
75	1,47	3,41	8,99	67
100	1,96	4,54	11,99	89

Технологічна карта № 3.34

Овочеві котлети

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Капуста цвітна свіжа	827	430	41	22	62	32	83	43
	<i>або капуста цвітна свіжоморожена</i>	512	430	26	22	38	32	51	43
2	Цибуля ріпчаста	548	460	27	23	41	35	55	46
3	Морква свіжа до 01.01	363	290	18	15	27	22	36	29
	<i>або морква свіжа після 01.01</i>	387	290	19	15	29	22	39	29
4	Сухарі пшеничні цільнозернові мелені (ЗП, Г)	180	180	9	9	14	14	18	18
5	Яйця (Я)	2 ¹ / ₂ шт.	100	¹ / ₈ шт.	5	¹ / ₅ шт.	8	¹ / ₄ шт.	10
6	Петрушка сушена	1,5	1,5	0,08	0,08	0,11	0,11	0,15	0,15
7	Сіль	3	3	0,15	0,15	0,23	0,23	0,30	0,30
8	Олія для пасерування	30	30	1,5	1,5	2,3	2,3	3	3
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; 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

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з ²/₃ обсягу олії до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену моркву натерту на крупнофракційну тертку і пасерують на середньому вогні ще 3–5 хв.

У капусти свіжої зрізають неістивну грубу частину ніжки, а свіжоморожену використовують без попереднього розморожування. Капусту розбирають на дрібні суцвіття.

Капусту і пасеровані овочі блендерують або перемелюють на м'ясорубці. Додають половину норми панірувальних сухарів, оброблені яйця, прянощі, сіль і ретельно перемішують масу.

Формують вироби масою приблизно 60 г/шт., панірують у решті сухарів, викладають на змащене рештою олії деко. Сформовані вироби запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +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, порціонуючи шматочками разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: вироби тримають форму.

Колір: скоринка — коричнево-золотиста.

Смак і запах: насичені овочеві.

Консистенція: м'які, вироби тримають форму.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	2,66	2,29	10,93	73
75	4,00	3,43	16,40	109
100	5,33	4,58	21,86	146

Технологічна карта № 3.35

Топінамбур

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Топінамбур	1518	1214	152	121	190	152	228	182
2	Чебрець	0,8	0,8	0,08	0,08	0,10	0,10	0,12	0,12
3	Сіль	3	3	0,30	0,30	0,38	0,38	0,45	0,45
4	Олія	30	30	3,0	3,0	3,8	3,8	4,5	4,5
Вихід готової страви, г		1000		100		125		150	

Відхилення до маси порції: ±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

Бульби топінамбуру, очищені від шкірки, нарізають брусочками завдовжки 3–4 см з перерізом 0,5–0,7 см, додають олію, сіль, прянощі, ретельно перемішують і запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 35–45 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Печена картопля» чи за температури +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, порціонуючи гіркою. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: форма нарізки однорідна, збережена.

Колір: помаранчевий.

Смак і запах: насичений овочевий з прянощами.

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	2,55	3,12	15,54	101
125	3,19	3,90	19,43	126
150	3,83	4,68	23,31	152

Технологічна карта № 3.36

Рагу овочеве з сиром

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Перець солодкий свіжий	200	160	10	8	15	12	20	16
2	Кабачки свіжі	722	650	36	33	54	49	72	65
3	Цибуля ріпчаста	238	200	12	10	18	15	24	20
4	Морква свіжа до 01.01	263	210	13	11	20	16	26	21
	або морква свіжа після 01.01	280	210	14	11	21	16	28	21
5	Соус томатний ТК № 11.30 (ЗП, Г)	467	350	23	18	35	26	47	35
	або суміш томатної пасту і води питної	330	330	17	17	25	25	33	33
		25	25	1	1	2	2	3	3
6	Сир твердий (МП, Л)	43	40	2,2	2	3,2	3	4,3	4
7	Коріандр мелений	0,4	0,4	0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04
8	Паприка солодка мелена	0,4	0,4	0,02	0,02	0,03	0,03	0,04	0,04
9	Петрушка сушена	1,2	1,2	0,06	0,06	0,09	0,09	0,12	0,12
10	Сіль	3	3	0,15	0,15	0,23	0,23	0,30	0,30
11	Олія	30	30	2	2	2,3	2,3	3,0	3,0
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

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

Перець без сім'яної коробки, кабачки нарізають кубиком з ребром завтовшки 1,5–2,5 см. Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з олією до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену моркву натерту на крупнофракційну тертку і пасерують на середньому вогні ще 3–5 хв. Додають перець, кабачки, спеції і прянощі, сіль, перемішують, готують разом протягом 5–7 хв на середньому вогні, заливають соусом або сумішшю томатної пасту і кип'яченої води, перемішують і тушкують ще 7–10 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Тушкування» чи за температури $+180\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Жар + Пара» до готовності.

Сир натирають на тертку і посипають страву перед подачею.

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, викладаючи гіркою разом з соусом, з яким тушкувалися овочі. Температура подачі — $+65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: нарізка однорідна, овочі зберегли форму, соус — упарений.

Колір: червоне.

Смак і запах: насичене томатне.

Консистенція: овочі м'які, зберегли форму нарізки, соус — густий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	1,66	2,95	5,50	53
75	2,49	4,42	8,26	79
100	3,32	5,89	11,01	106

Технологічна карта № 3.37

Вегетаріанська запіканка (безлактозна)

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Квасоля суха	129	270*	13	27	15	32	19	41
2	Кукурудза свіжоморожена	273	270	27	27	33	32	41	41
3	Цибуля ріпчаста	179	150	18	15	21	18	27	23
4	Морква свіжа до 01.01	250	200	25	20	30	24	38	30
	або морква свіжа після 01.01	267	200	27	20	32	24	40	30
5	Помідори свіжі	71	68	7	7	9	8	11	10
4	Яйця (Я)	4 шт.	160	² / ₅ шт.	16	¹ / ₂ шт.	19	³ / ₅ шт.	24
5	Сир твердий безлактозний (МП)	43	40	4	4	5	5	6	6
6	Орегано сушений мелений	0,7	0,7	0,07	0,07	0,08	0,08	0,10	0,10
7	Кмин	0,5	0,5	0,05	0,05	0,07	0,07	0,08	0,08
8	Сіль	3	3	0,27	0,27	0,33	0,33	0,41	0,41
9	Олія	25	25	2,5	2,5	3	3	4	4
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

* — маса відвареної квасолі

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: Я — яйця; МП — молочні продукти.

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

Технологія приготування страви

1-й спосіб: перед варінням квасолю ретельно перебирають, видаляючи домішки, промивають 2–3 рази, замочують у холодній воді (2 л на 1 кг) за температури не вище ніж $+15\text{ }^{\circ}\text{C}$ на 5–8 год. Для варіння квасолю заливають холодною водою (2,5 л на 1 кг) і варять без солі у закритому посуді при слабкому кипінні впродовж 1,5–2 год. За потреби допускається доливання гарячої води ($+60\text{--}70\text{ }^{\circ}\text{C}$) під час варіння. При варінні кольорової квасолі перший відвар зливають за 15–20 хв після закипання і заливають повторно гарячою водою.

2-й спосіб: для приготування квасолі без попереднього замочування її заливають холодною водою (4 л на 1 кг), доводять до кипіння, варять впродовж 15–20 хв на сильному вогні, зливають воду, заливають повторно і варять без солі у закритому посуді при слабкому кипінні впродовж 2,5–3 год до м'якості.

Або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Індійський даль» чи за температури $+99\text{ }^{\circ}\text{C}$ у режимі «Пара» впродовж 50 хв до готовності.

З готової квасолі зливають зайву рідину, охолоджують до температури $+50\text{--}60\text{ }^{\circ}\text{C}$ перед подальшим використанням.

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з олією до прозорості на середньому вогні впродовж 2–3 хв. Додають підготовлену моркву натерту на крупнофракційну тертку і пасерують на середньому вогні ще 3–5 хв, охолоджують до температури $+50\text{--}60\text{ }^{\circ}\text{C}$ перед подальшим використанням.

Сир натирають на крупнофракційну тертку.

Підготовлені, оброблені яйця збивають до однорідності, додають прянощі, сіль, натертий сир, перемішують суміш.

Пасеровані овочі, помідори нарізані кубиком з ребром завтовшки 1–1,5 см, кукурудзу, не

розморожуючи, квасоллю відварену змішують, перекладають у форму для запікання, заливають яечною сумішшю і запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 20–25 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +180 °С у режимі «Жар» до повного загусання яєчної заливки.

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, порціонуючи шматочками, разом зі сметаною чи соусом. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаної запіканки тримають форму.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: властиві овочам, запеченим з сиром.

Консистенція: овочі — м'які, зберегли форму; заливка — ніжна, пружна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	9,86	6,54	19,69	174
120	11,83	7,84	23,63	209
150	14,78	9,81	29,54	261

Технологічна карта № 3.38

Запіканка з броколі та стручковою квасолею

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Квасоля стручкова різана свіжоморожена	464	450	46	45	56	54	70	68
2	Цибуля ріпчаста	119	100	12	10	14	12	18	15
3	Броколі свіжоморожена	256	230	26	23	31	28	38	35
4	Сир твердий (МП, Л)	108	100	11	10	13	12	16	15
5	Яйця (Я)	5 шт.	200	1/2 шт.	20	3/5 шт.	24	3/4 шт.	30
6	Борошно цілнозернове (ЗП, Г)	25	25	2,5	2,5	3,0	3,0	3,8	3,8
7	Паприка солодка мелена	1,5	1,5	0,15	0,15	0,18	0,18	0,23	0,23
8	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
9	Олія	30	30	3,0	3,0	3,6	3,6	4,5	4,5
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: Г — глютен; МП — молочні продукти; Л — лактоза; Я — яйця; 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

Очищену нарізану дрібно цибулю ріпчасту шаром завтовшки не більше ніж 3–4 см пасерують з 2/3 обсягу олії до прозорості на середньому вогні впродовж 3–4 хв.

Капусту свіжоморожену розбирають на дрібні суцвіття, без попереднього розморожування.

До цибулевої пасеровки додають квасоллю і капусту, не розморожуючи, пасерують разом на середньому вогні впродовж 3–5 хв.

Сир натирають на крупнофракційну тертку.

До пасерованих овочів додають оброблені яйця, борошно, сіль, спеції, сир і перемішують масу. У змащену рештою олії форму для запікання викладають суміш, шаром завтовшки 2–3 см, запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 20–25 хв або готують у

пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +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, порційними шматочками разом з соусом або сметаною. Температура подачі — +65°С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: порційні шматочки тримають форму.

Колір: притаманний компонентам, що входять до складу страви.

Смак і запах: насичена овочева.

Консистенція: овочі м'які, зберегли форму нарізки; запіканка — пружна.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	5,11	7,10	8,00	115
120	6,13	8,52	9,60	138
150	7,66	10,65	12,00	172

Технологічна карта № 3.39

Гратен з капусти броколі та цвітної капусти (безлактозний)

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	Броколі свіжоморожена	372	335	37	34	45	40	56	50
2	Капуста цвітна свіжа	644	335	64	34	77	40	97	50
	<i>або капуста цвітна свіжоморожена</i>	399	335	40	34	48	40	60	50
3	Сир твердий безлактозний (МП)	108	100	11	10	13	12	16	15
4	Бешамель безглютенний (безлактозний) ТК № 11.12 (МП, ЗП)	340	340	34	34	41	41	51	51
5	Сіль	3	3	0,3	0,3	0,4	0,4	0,5	0,5
6	Олія	5	5	0,5	0,5	0,6	0,6	0,8	0,8
Вихід готової страви, г		1000		100		120		150	

Відхилення до маси порції: ±3 %

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; 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

У капусти свіжої зрізають неістівну грубу частину ніжки, а свіжоморожену використовують без попереднього розморожування. Капусту розбирають на дрібні суцвіття, заливають соусом, солять і перемішують.

Суміш капусти і соусу викладають шаром завтовшки 2–3 см у змащену олією форму для запікання, рівномірно посипають поверхню натертим сиром, запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 25–30 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Гратен» чи за температури +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, порціонуючи шматочками, що частково тримають форму. Температура подачі —

+65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: шматочки нарізаного ґратену частково тримають форму.

Колір: на зрізі — чергування білого і зеленого кольорів; скоринка — золотиста.

Смак і запах: сирний, з легким ароматом мускатного горіху.

Консистенція: м'який, пружний, овочі зберегли форму.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
100	4,21	4,79	8,61	91
120	5,05	5,75	10,33	109
150	6,32	7,18	12,91	137

Технологічна карта № 3.40

Цвітна капуста, запечена під соусом бешамель безглютенним (безлактозним)

Категорія: страви з картоплі та овочів

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	1827	950	91	48	137	71	183	95
	або капуста цвітна свіжоморожена	1131	950	57	48	85	71	113	95
2	Бешамель безглютенний (безлактозний) ТК № 11.12 (МП, ЗП)	320	320	16	16	24	24	32	32
3	Орегано сушений мелений	0,3	0,3	0,02	0,02	0,02	0,02	0,03	0,03
4	Сіль	3	3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3
5	Олія	10	10	0,5	0,5	0,8	0,8	1,0	1,0
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

Відхилення до маси порції: $\pm 3\%$

Наявність харчових алергенів у страві: МП — молочні продукти; 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

У капусти свіжої зрізають неістивну грубу частину ніжки, а свіжоморожену використовують без попереднього розморожування. Капусту розбирають на дрібні суцвіття, заливають соусом, солять, додають прянощі, перемішують.

Суміш капусти і соусу викладають шаром завтовшки 2–3 см у змащену олією форму для запікання, запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 25–30 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +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, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: запечені суцвіття зберегли форму.

Колір: кремова.

Смак і запах: вершкова, з легким ароматом мускатного горіху.

Консистенція: ніжна, пружна, овочі зберегли форму; соус — густий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	1,35	1,22	4,91	34

75	2,02	1,84	7,37	51
100	2,69	2,45	9,83	68

Технологічна карта № 3.41
Цвітня капуста, запечена під бешамеллю безглутеновою
Категорія: страви з картоплі та овочів
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 цвітня свіжа	1827	950	91	48	137	71	183	95
	<i>або капуста цвітня свіжоморожена</i>	1131	950	57	48	85	71	113	95
2	Бешамель безглутенова ТК № 11.11 (МП, Л, ЗП)	320	320	16	16	24	24	32	32
3	Орегано сушений мелений	0,3	0,3	0,02	0,02	0,02	0,02	0,03	0,03
4	Сіль	3	3	0,2	0,2	0,2	0,2	0,3	0,3
5	Олія	10	10	0,5	0,5	0,8	0,8	1,0	1,0
Вихід готової страви, г		1000		50		75		100	

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

У капусти свіжої зрізають неїстівну грубу частину ніжки, а свіжоморожену використовують без попереднього розморожування. Капусту розбирають на дрібні суцвіття, заливають соусом, солять, додають прянощі, перемішують.

Суміш капусти і соусу викладають шаром завтовшки 2–3 см у змащену олією форму для запікання, запікають у розігрітій до температури +180 °С духовій шафі впродовж 25–30 хв або готують у пароконвектоматі за обраної програми готування «Запіканка» чи за температури +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, викладаючи гіркою. Температура подачі — +65 °С.

Характеристика готової страви

Зовнішній вигляд: запечені суцвіття зберегли форму.

Колір: кремова.

Смак і запах: вершкова, з легким ароматом мускатного горіху.

Консистенція: ніжна, пружна, овочі зберегли форму; соус — густий.

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

Маса порції, г	Білки, г	Жири, г	Вуглеводи, г	Енергетична цінність, ккал
50	1,73	1,33	4,02	33
75	2,59	1,99	6,03	49
100	3,45	2,65	8,05	66