



*Приготовление поварами
школьной столовой горячего
завтрака*

МКОУ средняя школа с. Прилуки

Меню

1

2

3

4

5

Утверждено
Директор школы
В.Н.Воронов

Школьная столовая
МЕНЮ
« » адрес 2024
Платформа МСТ

Готовые блюда	Вес	Цена
20.00 Гречка с овощами	80/80	
Каша гречневая	150	
Чай	200	
Хлеб	30	6200
20.00 Картофель с овощами	100/80	
Макаронные изделия	150	
Чай	200	
Хлеб	30	55-17
22.00 Рыба и курица	250	
Булочки с начинкой	75	
Чай	200	
Хлеб	30	46-59
25.00 Бульон с морковью и свеклой	80/16/20	
Каша пшеничная	250	
Чай	200	42-52
26.00 Рыба с овощами	200	
Хлеб	30	
Чай	200	56-30
Итого	200	
Всего	250	
Повар	30	25/52-41 Уборка
28.00 Рассольник	200	
Чай	200	
Хлеб	30	44-50

Приготовление гуляша

Стоимость одной порции				4,52
Хлеб пшеничный	30	3	83,33	249,99
Стоимость одной порции				2,50
Итого завтрак:				72,62

День третий

Гуляш из свинины	80/50			
1.мясо свинина		13,92	365	5080,800
2.масло растительное		0,7	173,91	121,737
3.лук репчатый		1,2	57	68,400
4.томатная паста		0,5	152	76,000
5.мука пшеничная		0,2	54	10,800
6.соль йодированная		0,15	30	4,500
Стоимость ста порций				5362,24
Стоимость одной порции				53,62

Каша гречневая рассыпчатая	150			
1.крупа гречневая		7,14	142	1013,88
2.вода для варки каши		10,65		0
3.масло сливочное		0,7	650	455
4.соль йодированная		0,15	30	4,5
Стоимость ста порций				1473,38
Стоимость одной порции				14,73

Пряник Зебра	75	7,5	228	1710,00
Стоимость одной порции				17,10

Чай с сахаром	200/15			0
1.чай - заварка		0,1	780	78
2.сахар - песок		1,5	125	187,5
Стоимость ста порций				265,5
Стоимость одной порции				2,655

Хлеб пшеничный	30	3	83,33	249,99
Стоимость одной порции				2,50
Итого завтрак:				90,61

День четвертый

Тефтели мясные в томатном соусе	100			
1.Свинина		7,5	365	2737,5



Технологическая карта № 44

Наименование кулинарного изделия (блюда): ГУЛЯШ

Номер рецептуры: № 260

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Свинина	107	79	10,7	7,9
или свинина	87	74	8,7	7,4
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Лук репчатый	12	10	1,2	1
Томатное пюре	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Масса тушеного мяса	-	50	-	50
Масса соуса	-	50	-	50
Выход	100,0		10,0	

Технологический процесс:

Подготовленное мясо промывают. Нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают водой (50 г на порцию) и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него слегка пассерованный или припущенный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист.

Технологическая карта №55

Наименование кулинарного изделия (блюда): ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ
РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: № 302

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Гречка	45,9	45,9	4,59	4,59
Масло сливочное	3,5	3,5	0,35	0,35
Соль	1	1	0,1	0,1
Выход	100,0		10,0	

5. Технологический процесс

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду, варят до загустения, помешивая, затем перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают упечь около 2,5 часов.

Приготовление чая с сахаром



Технологическая карта №66

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ЧАЙ – ЗАВАРКА**

Номер рецептуры: № 375

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

Рецептура

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Чай	10	10	1,0	1,0
Вода	1080	1080	108,0	108,0
Выход	100,0		10,0	

Технологический процесс

Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают свежеприготовленным кипятком, примерно 1/3 объема чайника. Чай настаивают 5 – 10 минут, доливают кипятком.

Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя.

Нарезка хлеба для завтрака





Приятного аппетита!

