

Лукьянова Н.Г.
Степурко А.П.

РЕЦЕПТУРНЫЙ
СПРАВОЧНИК
СУДОВОГО ПОВАРА

«Студия «Негоциант»
Одесса - 2008

Рецептурный справочник судового повара / Авт.-сост. Н.Г. Лукьянова, А.П. Степурко. - Одесса: Издательский центр «Студия «Негоциант», 2008. - 328 с.

Авторы-составители справочного пособия.

Лукьянова Надежда Герасимовна - инженер-технолог общественного питания с опытом работы на судах ЧМП, отличник образования Украины, преподаватель Одесского Высшего профессионально-технического училища морского туристического сервиса.

Степурко Анна Павловна - инженер-технолог общественного питания, отличник образования Украины, преподаватель методист Одесского Высшего профессионально-технического училища морского туристического сервиса.

В книге освещены вопросы организации рационального питания экипажей судов. Даны рекомендации по составлению меню, расчету сырья для меню и рецептуры приготовления блюд.

Справочник разработан в соответствии с Международной конвенцией «Конвенция о питании и столовом обслуживании (экипажей на борту судов)», 1946 г. с поправками.

Справочник предназначен для судовых поваров, работников системы ресторанного сервиса, а также учащихся кулинарных училищ, колледжей, техникумов.

ББК 36.996 я 22
УДК 656.614.072.6 (075.4)

Авторы выражает признательность за поддержку, рекомендации и помощь в выпуске справочного пособия
Бурдейному Виктору Артемовичу.

Р 3403040000
2008

ББК 36.996 я 22

ISBN 978-966-691-245-2

© Лукьянова Н.Г., 2008
© Степурко А.П., 2008
© «Студия «Негоциант», оригинал-макет 2008

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	6
РАЗДЕЛ I. ОРГАНИЗАЦИЯ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ И ПИТЬЕВОГО РЕЖИМА НА СУДАХ.....	7
1.1. Составные части пищевых продуктов.....	7
1.2. Режим и рацион питания экипажей судов.....	10
1.3. Питание моряков в различных условиях плавания.....	12
1.4. Питьевой режим моряков.....	13
РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИЯ ТРУДА НА КАМБУЗЕ СУДНА.....	15
2.1. Функциональные обязанности членов экипажа, ответственных за питание.....	15
2.2. Требования к организации рабочего места повара на камбузе судна.....	24
2.3. Техника безопасности при работе на пищеблоке.....	26
2.4. Требования к технологическому процессу по приготовлению блюд.....	28
2.5. Санитарно-гигиенические требования. Профилактика пищевых отравлений.....	29 34
2.6. Здоровье и личная гигиена работника коллективного питания.....	35
РАЗДЕЛ 3. СНАБЖЕНИЕ ПРОДУКТАМИ И СОСТАВЛЕНИЕ МЕНЮ.....	36
3.1. Составление заявки на снабжение (накладной). Составление меню-раскладки.....	36
3.2. Прием продуктов и обеспечение их сохранности.....	37
3.3. Составление меню и расчет сырья по меню-раскладке.....	43
3.4. Примерные меню для экипажей судов.....	53
Примерный план-меню для русско-украинского экипажа.....	53
Примерное меню для греческо-русско-украинского экипажа.....	57
Рецепты блюд по меню для греческо-русско-украинского экипажа.....	61
Примерное меню для голландско-филиппинско-украинского экипажа.....	72
РАЗДЕЛ 4. РЕЦЕПТУРЫ БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ.....	75
4.1. Холодные блюда и закуски.....	75
Салаты и винегреты.....	75

Блюда из овощей и грибов.....	90
Блюда из рыбы, рыбных гастрономических продуктов....	92
Блюда из мяса и мясных гастрономических продуктов....	96
4.2. Супы.....	102
Заправочные супы.....	107
Борщи.....	107
Щи и рассольники.....	113
Супы картофельные с овощами, крупой, бобовыми и макаронными изделиями.....	116
Супы с макаронными изделиями, домашней лапшой, крупой и бобовыми.....	122
Солянки.....	125
Супы-пюре.....	129
Супы прозрачные.....	131
Гарниры, пирожки, гренки к бульонам.....	135
Овощи.....	136
Холодные супы.....	139
Сладкие супы.....	142
4.3. Блюда из картофеля, овощей и грибов.....	144
Отварные картофель и овощи.....	145
Овощи припущенные и тушеные.....	148
Картофель, овощи и грибы жареные и запеченные.....	152
4.4. Блюда из круп.....	162
Каши.....	162
Изделия из каш.....	168
Крупеники, запеканки и пудинги.....	168
4.5. Блюда из бобовых.....	171
4.6. Блюда из макаронных изделий.....	174
4.7. Блюда из яиц.....	177
Блюда из вареных яиц.....	177
Яичная кашка.....	179
Омлеты.....	182
4.8. Блюда из творога.....	184
4.9. Блюда из рыбы, морепродуктов и раков.....	188
Блюда из рыбы.....	189
4.10. Блюда из мяса и мясных продуктов.....	201
Отварное мясо, субпродукты.....	202
Жареное мясо, субпродукты.....	204
Блюда из рубленого мяса.....	218
Мясо запеченное.....	225
4.11. Блюда из птицы, пернатой дичи и кролика.....	228
4.12. Гарниры.....	235
Гарниры для горячих блюд.....	235
Сложные гарниры.....	238
5. Соусы.....	240
6. Сладкие блюда.....	253
Кремы и взбитые сливки.....	254
Желе, муссы.....	255

7. Напитки.....	257
Чай.....	257
Кофе.....	258
Какао.....	261
Фруктово-ягодные прохладительные напитки.....	261
Компоты.....	263
Кисели.....	265
8. Мучные изделия.....	268
Хлебобулочные и мучные кулинарные изделия.....	274
Мучные гарниры.....	278
Выпечка хлеба.....	280
Фарши.....	283
Список литературы.....	288
Приложения.....	289

ВВЕДЕНИЕ

Рациональное питание пассажиров и экипажей судов в различных климатических условиях плавания играет важную роль в повышении их работоспособности, сохранении здоровья, проведении досуга.

В настоящее время на международном рынке наблюдается увеличение спроса на работников питания, в то время как спрос на специалистов палубной и машинной команды стабилизировался. Конкуренция на рынке труда обязывает судовых поваров и лиц, ответственных за организацию труда на судах, непрерывно совершенствовать свое профессиональное мастерство, знать современные требования к организации питания на судах и иметь практическую подготовку в их применении.

Повар должен иметь правильное представление о физиологии питания, строго соблюдать санитарный режим обработки сырья, приготовления и отпуска пищи, в совершенстве знать приемы первичной и тепловой обработки пищевых продуктов, уметь пользоваться различным оборудованием, установленным на пищеблоках.

В справочнике приведены рекомендации по организации питания моряков, эксплуатации камбузного оборудования, составлению меню, диетическому питанию. Представлен большой ассортимент блюд и кулинарных изделий, даны их рецептуры, краткая технология приготовления и рекомендации по оформлению и отпуску блюд.

В рецептурах указаны: наименования продуктов, входящих в блюдо, нормы вложения продуктов массой брутто и нетто, масса отдельных компонентов в готовом виде и выход блюда в целом в граммах. Нормы выхода полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их приготовлении, охлаждении, порционировании.

При необходимости в рецептурах блюд или изделий может быть проведена замена тех или иных компонентов, которые даются в приложении «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд» или в описании технологии приготовления блюд.

При приготовлении, хранении, отпуске и оценке качества полуфабрикатов, готовых блюд и кулинарных изделий следует руководствоваться «Условиями и сроками хранения особо скоропортящихся продуктов».

В справочнике использованы материалы «Руководства по организации рационального питания экипажей судов транспортного флота», «Организации питания экипажей морских судов», «Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий» и др.

Авторы-составители справочного пособия.

Лукьянова Надежда Герасимовна - инженер-технолог общественного питания с опытом работы на судах ЧМП, отличник образования Украины, преподаватель Одесского Высшего профессионально-технического училища морского туристического сервиса.

Степурко Анна Павловна - инженер-технолог общественного питания, отличник образования Украины, преподаватель методист Одесского Высшего профессионально-технического училища морского туристического сервиса.

Авторы выражают признательность за поддержку, рекомендации и помощь в выпуске справочного пособия *Бурдейному Виктору Артемовичу*. Автор выражает признательность за поддержку, рекомендации и помощь в выпуске справочного пособия.

РАЗДЕЛ I.

Организация рационального питания и питьевого режима на судах

Конвенция о питании и столовом обслуживании экипажей на борту судов № 68 от 27.07.46 года предусматривает, что ее страны-участницы должны устанавливать минимальные нормы питания на судне с целью охраны здоровья и обеспечения благосостояния команд судов. Установленные нормы должны относиться к:

- а) удовлетворительному обеспечению едой и водой, принимая во внимание состав команды, а также длительность и вид рейса, с учетом количества, питательности, качества и разнообразия;
- б) обустройству и оборудованию пищеблока на борту всех судов с целью обеспечения команд всех судов качественной пищей.

Рациональное питание предполагает снижение потребления хлебобулочных изделий, сахара и увеличение в рационе мяса и мясопродуктов, растительного масла, овощей и фруктов, рыбы, яиц и молока. Рацион питания должен быть сбалансирован по основным показателям пищевой ценности: белкам, жирам, углеводам, незаменимым аминокислотам, полиненасыщенным жирными кислотами, минеральному составу. Каждый человек должен получать с пищей столько энергии, сколько расходует ее в течение дня, что способствует сохранению его здоровья и трудоспособности.

1.1. Составные части пищевых продуктов

Химический состав и биологическая ценность продуктов, входящих в рацион питания, весьма разнообразны.

Белки относятся к наиболее сложным химическим веществам, являются тем пластическим материалом, из которого состоят все клетки, ткани и органы человеческого организма. В состав белков входит 100 различных аминокислот, из них 22 постоянно встречаются в продуктах питания. В их числе наиболее важными являются 8 незаменимых аминокислот. Они не синтезируются в организме и должны вводиться с пищей.

Наибольшей биологической ценностью обладают белки, содержащиеся в продуктах животного происхождения (мясо, рыба, яйца, творог). По физиологическим нормам белки продуктов животного происхождения в рационе питания должны составлять 60%, а растительного - 40%. Норма суточной потребности в белках - 75-123 г в зависимости от пола, возраста, характера работы и т. д.

Углеводы наряду с жирами являются основным источником энергии для организма. Они входят в состав клеток, играют важную роль в синтезе жизненно необходимых веществ.

Углеводы подразделяются на простые (моносахариды) и сложные (полисахариды). Полисахариды в процессе усвоения их организмом расщепляются на моносахариды, а последние - на вещества, уже не относящиеся к углеводам.

Моносахариды. Наибольшее распространение имеет гексоза. Она представлена глюкозой (виноградный сахар), фруктозой (плодовый сахар) и галактозой, входящей в состав сахара молока.

Отдельные моносахариды, соединяясь друг с другом, образуют более или менее сложные углеводы. Из двух молекул образуются дисахариды, при большем их числе - полисахариды. Все моносахариды и дисахариды обладают сладким вкусом, однако степень его неодинакова. Самым сладким является моносахарид фруктоза. Если ее сладость принять за 100 единиц, то сладость глюкозы будет равна 42, а галактозы - только 12 единицам. Из дисахаридов наиболее сладкой является сахароза (соединение глюкозы с фруктозой, т. е. обыкновенный сахар). Его сладость равна 50 единицам.

Полисахариды. Широко распространены в природе. Чаще всего это сложные соединения из нескольких сотен молекул. К полисахаридам относятся крахмал - углевод, содержащийся в клетках растений, гликоген - углевод животных тканей, а также клетчатка, входящая в состав оболочек растительных клеток. Ни один из полисахаридов не обладает сладким вкусом.

Потребность организма в углеводах обеспечивается главным образом за счет крахмала и сахара. Рекомендуемое соотношение в рационе крахмала и сахаров составляет 2:1. Суточная потребность организма в углеводах зависит от характера выполняемой работы и колеблется в среднем от 350 до 450 г, в т.ч. 45 -75 г клетчатки.

Углеводы в большом количестве содержатся в зерновых продуктах, крупах, кондитерских изделиях, фруктах и овощах. Сахар и мед являются углеводами почти в чистом виде.

Жиры входят в состав клеток и тканей. Потребность в жирах зависит от тяжести выполняемых работ и района плавания. Жиры - это триглицериды, основными структурными элементами которых являются глицерин и жирные кислоты. Жирные кислоты подразделяются на насыщенные и ненасыщенные. Насыщенные кислоты в значительном количестве встречаются в животных жирах, ненасыщенные входят в состав всех пищевых жиров, особенно их много в растительных маслах. Особое физиологическое значение имеют полиненасыщенные жирные кислоты (ПНЖК), которые входят в состав клеточных мембран и других структурных элементов ткани.

ПНЖК составляют значительную часть растительных масел и играют важную роль в синтезе простагландинов - гормоноподобных веществ, принимающих участие в регуляции многих процессов в организме, способствующих удалению холестерина из организма.

Оптимальным в биологическом отношении является включение в суточный рацион 70-80% животных жиров и 20-30% растительных масел (от общей нормы жира).

Жиры в преобладающем количестве содержатся в растительном и животном масле, сале, маргаринах.

В рационе здорового человека жиры - как добавляемые к продукту, так и самого продукта - составляют 30% общей калорийности пищи. Содержание их в мясе - от 1,2% (тощая телятина) до 49% (жирная

свинина), рыбе - от 0,6 до 33%, сливочном масле - 82,5-83%, твердых сырах - от 30 до 45%, овощах - от 0,1 до 0,5%, в желтке куриного яйца - от 29 до 32%. Суточная потребность жира в рационе взрослого здорового человека - от 85 до 120 г.

Кроме жиров, в состав пищевых продуктов входят жироподобные вещества: фосфолипиды, стерины, воски. Наибольшее значение из фосфолипидов имеет лецитин (в сметане, яйцах, сливках, сливочном масле, печени и др.). Он способствует правильному обмену жиров в организме, задерживает развитие атеросклероза, препятствует отложению жиров в печени.

Минеральные вещества играют важную роль в жизнедеятельности организма. В результате различных обменных процессов они в значительном количестве выводятся из организма. Степень их выведения неодинакова, поэтому неодинакова и потребность.

Пополнение организма минеральными веществами происходит за счет пищевых продуктов. Кальций содержится в сыре, молоке, твороге, фасоли, горохе; фосфор - в мясе, рыбе, птице, хлебе; железо - в печени, мясе, яичном желтке, гречневой и овсяной крупах, ржаном хлебе и различной зелени. Натрий и хлор (поваренная соль) способствуют задержанию воды в тканях организма, йод регулирует работу щитовидной железы и содержится в морской рыбе, морской капусте и других морепродуктах.

Кальций и натрий, входящие в состав молочных продуктов, способствуют нейтрализации кислот, образующихся в организме человека. Минеральные вещества оказывают влияние на коллоидные свойства белка и осмотическое давление внутренней среды организма.

Важнейшая биологическая роль витаминов связана с тем, что они входят в состав биологических катализаторов-ферментов, или гормонов, являющихся мощными регуляторами обменных процессов в организме. Отсутствие их или чрезмерное потребление в течение длительного времени могут привести к заболеваниям.

Витамины делятся на две группы: водорастворимые (витамин С, витамины группы В, витамин РР₁, витамин Н) и жирорастворимые (А, D, Е, К).

Витамин С (аскорбиновая кислота) участвует в окислительно-восстановительных процессах, влияет на обменные процессы, повышает трудоспособность и сопротивляемость организма к различным инфекционным заболеваниям, служит отличным противораковым средством. Много этого витамина содержится в шиповнике, черной смородине, красном сладком перце, в капусте - цветной, белокочанной и краснокочанной, цитрусовых, томатах, щавеле, шпинате. При варке теряется до 50% витамина С.

Суточная потребность в витамине С составляет 70-120 мг в зависимости от возраста, физической нагрузки и времени года.

Витамин В₁ (тиамин) принимает активное участие в обмене веществ, укреплении нервной системы, улучшении сердечной деятельности и т. д. Содержится в дрожжах пекарских и пивных, бобовых, орехах, свином мясе, говяжьей печени, почках и других продуктах.

Суточная потребность в витамине В₁ в зависимости от физической нагрузки составляет 1,5-2,5 мг.

Витамин РР (никотиновая кислота) участвует в обменных процессах организма. Отсутствие его в пище приводит к поражению кожи, слизистых оболочек рта и языка, вызывает слабость, бессонницу, раздражительность. Содержится в дрожжах, хлебе, ячневой и гречневой крупах, мясе, печени, сыре, сельди. Суточная потребность в витамине РР - 15-25 мг.

Витамин Н (биотин), способствуя выделению энергии из углеводов и аминокислот, играет ключевую роль в процессах обмена углеводов, жиров и белков. Дефицит биотина может привести к выпадению волос, крайнему истощению, сонливости, глубокой депрессии, галлюцинациям, мышечным болям и потере аппетита, а также вызывать анемию. Наиболее богатым его источником считаются дрожжи, печень и почки. Также много его содержится в яичном желтке, соевых бобах, орехах и крупах. Суточная потребность в витамине Н - 0,15 мг.

Водорастворимые витамины выводятся из организма. Поэтому их пополнение должно быть ежедневным.

Витамин А - один из наиболее важных. Он повышает сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям, нормализует зрение, способствует нормальному обмену веществ, росту организма. В свободном виде много его содержится в рыбьем жире, молоке, яичном желтке, сливочном масле, икре, печени рыб и других продуктах. В растительных продуктах в свободном виде он отсутствует. Однако некоторые овощи и плоды (морковь, салат, красный сладкий перец, абрикосы и т. д.) содержат провитамин А - каротин, из которого в организме человека вырабатывается витамин А при наличии жиров. По своей витаминной активности каротин втрое слабее этого витамина. При варке пищи витамин А и каротин мало разрушаются (5-10%). Суточная потребность в витамине А - 1-2,5 мг.

Витамин D способствует усвоению кальция в организме. Содержится в печени и жире внутренностей различных рыб, в рыбьем жире, молочных и других продуктах. Устойчив при тепловой обработке. Суточная потребность взрослого человека - 0,015-0,025 мг.

Витамин Е (токоферол) укрепляет нервную систему, благотворно влияет на состав крови. Содержится в кукурузном масле, в зародышах злаков и зеленых частях растений.

Витамин К повышает свертываемость крови, способствует заживлению ран. Содержится в моркови, тыкве, цветной и белокочанной капусте, свиной печени и т. д.

1.2. Режим и рацион питания экипажей судов

Режим питания - это кратность приема пищи в течение суток с определенными интервалами. Несоблюдение данного правила приводит к развитию многих заболеваний, в том числе желудочно-кишечных.

Рацион питания - необходимая порция пищи на определенное время - должен содержать необходимое, сбалансированное по составу

ву количество белков, углеводов, жиров, минеральных веществ, витаминов, воды.

Для того чтобы питание человека было рациональным и полностью удовлетворяло потребность организма в пищевых и биологически активных веществах, оно должно быть сбалансированным, то есть предусматривать количественные и качественные взаимосвязи белков, жиров, углеводов, витаминов и минеральных веществ. Рацион (набор продуктов на одного человека в сутки) необходимо составлять с учетом калорийности блюд и кратности приемов пищи.

Наиболее целесообразны суточные рационы, которые по калорийности соответствуют энергетическим затратам организма.

В обеспечении рационального питания моряков большую роль играет меню, то есть перечень блюд для завтрака, обеда, вечернего чая и ужина. Его следует составлять с учетом физиологических норм, химического состава продуктов, а также условий плавания. При этом калорийность необходимо распределять так, чтобы на завтрак приходилось 25-30% рациона, на обед - 35-40%, на вечерний чай - 10% и на ужин - 20-30%. Распределение калорийности рациона в зависимости от условий плавания может несколько изменяться.

Средняя калорийность дневного рациона должна быть не менее 4000 кал.

Пища должна содержать достаточное количество белков, жиров и углеводов. Соотношение пищевых веществ в пище должно быть следующим, исходя из общей калорийности рациона: белки - 14%, жиры - 30%, углеводы - 56%. Усвояемость белков различная и зависит от природы белка. Белки животных продуктов усваиваются на 81-98%. Белки растительного происхождения - на 60-80%. Поэтому в рационе питания желательно иметь больше белков животного происхождения - порядка 50-60%.

Имеется ряд аминокислот, входящих в состав белков, которые не образуются в организме человека. Такие вещества необходимо восполнить через пищу. Наиболее богаты и полноценны аминокислотами говядина, рыба, молочные изделия, из растительных продуктов - бобовые.

Усвояемость жиров зависит от температуры их плавления. Твердые жиры, имеющие высокую температуру плавления, усваиваются труднее, чем жидкие, с низкой температурой плавления. Так, баранье сало, имеющее высокую температуру плавления, усваивается на 88-89%, а молочные жиры и растительные масла с более низкой температурой плавления - на 93-95%.

Из всех углеводов, содержащихся в пище, только моносахариды быстро всасываются из кишечника в кровь. Дисахариды, а тем более полисахариды должны сначала подвергнуться расщеплению в пищеварительном тракте, и только после того, как они распадутся на моносахариды, их могут использовать клетки организма. Усвояемость углеводов достаточно высока: в зависимости от пищевого продукта и характера углеводов она колеблется от 85 до 99% (овощи - 85%, кар-

тофель - 95%, хлеб и крупа - 94-96%, молочные продукты - 98%, сахар - 99%).

Большое значение для нормального функционирования организма имеет минеральный состав рациона. Особо следует обратить внимание на содержание солей кальция, фосфора, железа, магния.

Потребность в кальции - до 1,5 г,
в фосфоре - до 3,0 г,
в калии - до 3,0 г,
в железе - до 15 мг,
в магнии - до 0,5 г.

Пополнение организма минеральными солями происходит за счет правильного подбора пищевых продуктов. Так, соли кальция можно пополнить, включив в пищевой рацион сыры, молоко, творог, фасоль, горох и др. бобовые; соли фосфора - рыбу, мясо, сыр, фасоль, птицу, хлеб; соли калия содержатся почти во всех продуктах; железо - в яблоках, капусте, свекле и т.д.

1.3. Питание моряков в различных условиях плавания

При окислении пищи в организме человека вырабатывается определенное количество энергии, часть которой выделяется в окружающую среду. Между количеством образующейся энергии и ее отдачей существует равновесие, при котором в организме сохраняется необходимая для жизненных процессов температура. Это равновесие нарушается, если организм не в состоянии отдать в окружающую среду избыток энергии, и наоборот.

Режим питания моряков зависит от условий плавания. Так, *в тропических условиях плавания* терморегуляция организма нарушается: появляется недомогание, слабость, снижается аппетит. При высокой температуре воздуха усиливается потоотделение, что приводит к большим потерям жидкости, минеральных солей и водорастворимых витаминов. Поэтому в рацион моряков необходимо включать продукты, содержащие значительное количество минеральных веществ и витаминов, а также уделять внимание питьевому режиму.

В тропических условиях плавания горячие первые блюда следует заменять холодными. Например, окрошка мясная, окрошка овощная, борщ холодный, борщ холодный с рыбой, свекольник холодный, фруктовый суп и т.д. Так как жареные продукты вызывают жажду, то рекомендуется готовить их в отварном виде, а основной прием пищи переносить на более прохладный период суток.

Следует из рациона питания на этот период исключить сало, жирное мясо, свинину, так как употребление жирных продуктов в условиях высоких температур часто приводит к желудочно-кишечным расстройствам.

На этот период необходимо шире использовать сливочное, растительное масло, а также нежирное мясо - говядину, куры, субпродукты. Широко включать в рацион питания рыбу.

В обязательном порядке в рацион питания включать свежие овощи и фрукты. Эти продукты питания ценны и как поставщики витаминов и минеральных веществ, и как жаждоутоляющие средства.

В меню обязательно включаются всевозможные салаты как из свежих овощей, так и из фруктов. На гарнир к мясным и рыбным вторым блюдам можно использовать отварной картофель и овощи, холодные овощные наборы (салаты). Целесообразно использовать рис, а также бобовые (горох, фасоль) - они содержат жизненно необходимые незаменимые аминокислоты.

В условиях тропического плавания для повышения аппетита и большей сопротивляемости организма болезням следует широко использовать чеснок, перец, зеленый лук, добавлять в пищу аскорбиновую кислоту.

При низкой температуре окружающей среды энергоотдача организма повышается и возникает необходимость в увеличении калорийности рациона. Поэтому при *плавании в северных районах* все продукты берут по несколько завышенной норме, уделяя большое внимание наличию в них витаминов (преимущественно С). Рацион в этом случае должен содержать достаточное количество жира (120 г), т.е. в пищу в основном включают свинину, на столах - всегда сало, лук, чеснок.

«Штормовое» питание. Качка судна во время штормовой погоды по-разному влияет на организм человека: у одного появляется сильный аппетит, у другого он пропадает, третий может употреблять только соленую, кислую или острую пищу.

Пищу следует принимать часто, небольшими порциями. «Штормовое» меню должно включать блюда, содержащие в большом количестве солено-копченые продукты, а также ржаные сухари, баранки, сушки, галеты. Первые блюда необходимо готовить густыми, добавляя специи. В меню рекомендуется включать: щи из свежей и квашеной капусты, рассольники, солянки, маринованную сельдь с горячим отварным картофелем, блюда из яиц, нежирное мясо с тушеной капустой, колбасные изделия, мясные и рыбные продукты под маринадом или с острыми соусами; сладкие блюда (фрукты или кисели) готовить с добавлением клюквенного экстракта, а чай подавать с лимоном. Пищу следует готовить острой, не снижая ее ценности и объема.

1.4. Питьевой режим моряков

Как известно, в теле взрослого человека содержится в среднем 58-67% воды. Испарение ее помогает сохранять постоянную температуру тела. Взрослому человеку требуется в среднем 40 г жидкости на 1 кг массы тела. Суточная потребность в жидкости обеспечивается за счет питьевой воды (800-1000 г), первых блюд (250-500 г), других продуктов питания (700 г), а также за счет воды, образующейся в тканях при окислении различных веществ (около 400 г).

При усиленном выделении влаги через поры кожи в тропических условиях плавания за одни сутки человек теряет несколько литров жидкости благодаря обильному выделению пота, что может вызвать

обессоливание организма и снижение его работоспособности. Одновременно с повышенным выделением пота организм теряет необходимые ему минеральные соли и водорастворимые витамины В1, В2, С, Р, РР. Однако большое потребление воды так же вредно влияет на организм, как и ее недостаток. Поэтому необходимо отработать такой питьевой режим, который бы утолял жажду с меньшим потреблением воды.

В связи с этим рацион питания моряков должен содержать достаточное количество фруктово-ягодных соков, различных напитков, хлебного кваса, воды. При наличии на судне сатураторов газированную воду рекомендуется употреблять с фруктово-ягодными сиропами. Пить следует в зависимости от потребности, в один прием - не более 150-200 г. Температура напитка - не менее 15-16°С, так как слишком сильное охлаждение не дает положительных результатов.

Напитки можно готовить более или менее концентрированными. Так, для приготовления 1 л клюквенного напитка берут 20 г клюквенного экстракта и 35 г сахара. Полученный напиток охлаждают. Для приготовления томатного сока берут 100-200 г томатной пасты из только что открытой банки, размешивают в охлажденной до 18°С кипяченой воде (1 л) и добавляют по вкусу соль. Хранят сок в холодильной камере в течение суток.

Для утоления жажды в условиях тропиков используют разбавленное сухое вино. Суточная норма может состоять из 200 г сухого вина, разбавленного в одном литре охлажденной кипяченой воды. Следует выбирать сухие вина, не боящиеся транспортировки. Красные вина обладают вяжущими свойствами. Выдача разбавленного сухого вина производится в тропиках при температуре наружного воздуха свыше +28°С.

Выдача крепленых вин и неразбавленного тропического вина запрещена, так как употребление вин в натуральном виде приводит к перенапряжению сердечно-сосудистой системы и не утоляет жажду, а наоборот, вызывает ее.

Немаловажное значение для пополнения организма витамином С и утоления жажды имеет настой шиповника. В настой можно добавить небольшое количество лимонной кислоты. Добавление сахара снижает способность утолять жажду.

РАЗДЕЛ 2.

Организация труда на камбузе судна

2.1. Функциональные обязанности членов экипажа, ответственных за питание

В настоящее время как количество работников, так и их функциональные обязанности зависят от категории судна, его назначения, численности экипажа и количества пассажиров.

На пассажирских судах организация питания экипажа и пассажиров осуществляется отдельно.

Ответственный за организацию питания пассажиров - помощник капитана по пассажирской части. Он руководит всей работой по организации питания пассажиров.

Работой по приготовлению и реализации готовых блюд руководит заведующий производством. Это работник с большим опытом, знает особенности иностранных кухонь, умеет готовить, оформлять и отпускать блюда. Он также умеет организовывать банкеты, презентации, приемы. В совершенстве владеет английским языком, может знать также и другие иностранные языки.

Работой зала ресторана, барами, буфетами руководит администратор зала (менеджер). В его подчинении находятся старшие официанты, официанты, старшие бармены, бармены, буфетчики, мойщики столовой посуды, уборщики зала. Это также работник с большим опытом работы, знает два и более иностранных языка, иностранный сервис, умеет руководить людьми.

Снабжением судна продовольственными товарами и напитками, а также их выдачей занимается старший кладовщик.

Организацией питания экипажа занимается старший повар команды. Он руководит работой на камбузе, поварами и камбузными работниками. Их функциональные обязанности такие же, как и на грузовых судах.

Численность экипажей грузовых судов колеблется от 6 человек до 23 и более человек. На таких судах работой на камбузе может руководить повар 5-го разряда или второй повар не ниже 4-го разряда.

На грузовых судах работники камбуза совмещают работу. Второй повар может выполнять работу дневального или буфетчика, или наоборот - буфетчик выполняет работы второго повара, например, помогает старшему повару чистить овощи, следить за чистотой оборудования, посуды, инвентаря, палубы.

БУФЕТЧИК СУДОВОЙ

4-й разряд

Задачи и обязанности. Заведует судовым буфетом, его оборудованием и инвентарем. Принимает участие в составлении заявок на получение продуктов на судовой буфет. Готовит пригодную к употреблению кулинарную продукцию ограниченного ассортимента: холодные блюда и закуски, бутерброды, другие горячие блюда, хлебобулочные,

мучные кулинарные и кондитерские изделия, сладкие блюда, холодные и горячие напитки, молочные и другие блюда. Взвешивает, нарежает, порционирует, выкладывает готовую пищу на тарелки, в салатницы и другую посуду, разливает напитки в стаканы и чашки. Убирает и обслуживает кают-компанию: накрывает и сервирует стол, раздает еду командному составу судна, моет посуду. Убирает каюты капитана и старшего командного состава. Получает столовое белье, посуду, приборы, постельное белье экипажа, следит за их должным состоянием и ведет учет этого имущества. Составляет и сдает товарный отчет. Помогает судовому повару в приготовлении пищи и ее раздаче.

Должен знать: особенности и организацию питания моряков в различных условиях плавания; виды, рецептуры и технологию приготовления ограниченного ассортимента блюд, закусок, напитков и тому подобное; наименование и назначение используемой столовой посуды, приборов и инвентаря; правила сервировка столов; правила нарезания, порционирования и оформления блюд; способы определения качества кулинарных изделий и продуктов органолептическим способом; сроки и температурный режим хранения продуктов и блюд; правила эксплуатации используемого оборудования и инвентаря; основные знания об устройстве и оборудовании судов.

Квалификационные требования. Полное общее среднее образование. Профессионально-техническое образование. Повышение квалификации. Стаж работы в сфере общественного питания не меньше 1 года.

СТЮАРД

Задачи и обязанности. Обслуживает пассажиров судна своего и иностранных государств по их заказам в рейсе, оказывает разнообразные услуги пассажирам во время их размещения на судне или высадки из судна. Подсчитывает стоимость услуг и осуществляет с пассажирами расчет. Принимает заказ от пассажиров на подачу в каюту или к местам отдыха прохладительных напитков, фруктов, блюд, вино-водочных напитков и табачных изделий и тому подобное; предоставляет другие услуги, предусмотренные перечнем. Оказывает первую медицинскую помощь пассажирам в случае их заболевания, вызывает врача.

Должен знать: правила и формы обслуживания пассажиров различных стран в судовых условиях; правила этикета и технику обслуживания иностранных пассажиров; ассортимент существующих в судовых ресторанах, кафе и барах блюд, напитков, табачных изделий и др.; правила и порядок подачи блюд и напитков, правила расчетов с пассажирами; оборудование и расположение пассажирского судна; один из иностранных языков (английский, немецкий и др.) в пределах квалификации; правила оказания первой медицинской помощи.

Квалификационные требования. Полное общее среднее образование. Профессионально-техническое образование. Без требований к стажу работы.

БОРТПРОВОДНИК СУДОВОЙ

Задачи и обязанности. Обеспечивает содержание определенного количества закрепленных за ним пассажирских кают в чистоте и надлежащем санитарном состоянии. Выполняет регулярную уборку кают, санузлов и других закрепленных за ним помещений при наличии пассажиров на борту. Застилает постели, осуществляет смену постельного белья и полотенец после каждого выезда пассажира. Следит за исправным состоянием инвентаря, имущества и оборудования кают, наличием надлежащего количества спасательных нагрудников или жилетов, расписания эвакуации возле каждого пассажирского места. Докладывает обо всех нарушениях пассажирами судовых правил, повреждении и поломке инвентаря, имущества, о неисправностях освещения, кондиционирования воздуха, другого оборудования, о поступлении воды в каюты и тому подобном. Принимает меры для устранения выявленных недостатков. Обеспечивает своевременное задраивание иллюминаторов в каютах. Предоставляет необходимые услуги пассажирам во время их размещения на судне или высадки с судна, находясь возле закрепленных за ним кают. Оказывает необходимую помощь пассажирам, склонным к морской болезни, в случае необходимости вызывает врача. Следит за поведением детей, проводит соответствующий инструктаж родителей. Принимает заказ от пассажиров на подачу в каюту прохладительных напитков, фруктов и предоставляет другие услуги, предусмотренные перечнем.

Должен знать: оборудование и расположение помещений пассажирского судна; места расположения спасательных шлюпок и плотов для пассажиров закрепленных за ним кают, пути эвакуации пассажиров, предусмотренные расписанием тревог; устройство и принцип действия электропылесосов и другого инвентаря; правила обслуживания иностранных пассажиров и туристов; один из иностранных языков (английский, немецкий и т.п.) в пределах квалификации.

Квалификационные требования. Полное общее среднее образование. Профессионально-техническое образование или получение профессии непосредственно на производстве. Без требований к стажу работы.

ДНЕВАЛЬНЫЙ

Задачи и обязанности. Входит в состав папубной команды. Убирает каюты командного состава, кают-компанию, служебные помещения, коридоры, а в случае необходимости другие судовые помещения. Удерживает в чистоте помещение столовой судовой команды. Обслуживает рядовой экипаж в столовой, моет посуду. Принимает от буфетчика необходимое количество посуды, белья и другого инвентаря. Следит за их хранением. Исполняет другие обязанности установленные на грузовых судах старшим помощником капитана, на пассажирских - помощником капитана по пассажирской части.

Должен знать: оборудование, расположение помещений на судах; строение и принцип действия электропылесосов и другого инвентаря;

правила безопасного выполнения уборочных работ; санитарные правила относительно содержания судовых помещений.

Квалификационные требования. Базовое общее среднее образование. Индивидуальная или курсовое обучение на производстве. Без требований к стажу работы.

КАМБУЗНИК

Задачи и обязанности. Выполняет все работы на камбузе по указаниям повара. Удерживает в чистоте камбуз, камбузные подсобные помещения, камбузное оборудование и посуду. Принимает участие в приготовлении и раздаче пищи, если в штате судна один повар.

Должен знать: оборудование, расположение помещений на судах; строение и принцип действия электрооборудования и другого инвентаря камбуза, правила безопасности выполнения работ на камбузе; санитарные правила относительно содержания камбузных помещений.

Квалификационные требования. Базовое общее среднее образование. Индивидуальная или курсовое обучение на производстве. Без требований к стажу работы.

КОНДИТЕР СУДОВОЙ

3-й разряд

Задачи и обязанности. Готовит кондитерские изделия средней сложности для туристов своего и иностранных государств на пассажирских судах. Готовит разнообразные виды теста (песочное, слоеное, дрожжевое, пресно-сдобное, пряничное, заварное, бисквитное), штампует, формирует из него изделия, отсаживает их на кондитерские листы. Готовит разного вида начинки, кремы, помадки. Производит штучные кондитерские и хлебобулочные изделия, простые массовые торты и изделия из мороженого. Украшает изделия кремом, помадкой, шоколадом, марципаном, засахаренными фруктами. Наносит на кондитерские изделия трафаретный рисунок по эталону одной краской или с несложным соединением красок. Затаривает готовую кондитерскую продукцию.

Должен знать: виды, ассортимент и технологию приготовления кондитерских изделий средней сложности; основные свойства сырья, материалов, полуфабрикатов, которые используются для изготовления кондитерских изделий средней сложности; признаки доброкачественности сырья и органолептические методы его определения; нормы затраты сырья и полуфабрикатов; требования к качеству кондитерской продукции, виды дефектов, способы их предотвращения и устранения; технологию изготовления начинок, кремов и помадок; способы отделки кондитерских изделий кремом, помадкой, шоколадом, марципаном, засахаренными фруктами; технологию нанесения на кондитерские изделия трафаретного рисунка по эталону одной краской или с несложным соединением красок; порядок пользования сборником рецептов мучных кондитерских изделий; условия, сроки хранения и реализации готовой кондитерской продукции; назначение, строение и

правила эксплуатации используемого механического, теплового, весового и холодильного оборудования: английский язык в пределах квалификации; особенности работы судовых ресторанов; основные знания об устройстве и оборудовании судов.

Квалификационные требования. Полное общее среднее образование. Профессионально-техническое образование. Повышение квалификации. Стаж работы в сфере общественного питания не меньше в 1 года.

ПОВАР СУДОВОЙ

4-й разряд

Задачи и обязанности. Готовит и раздает пищу экипажу судна. Готовит блюда и кулинарные изделия, которые требуют кулинарной обработки средней сложности. Готовит холодные блюда, закуски, сложные бутерброды; разнообразные салаты из свежих, вареных овощей, с мясом, рыбой; винегреты; рыбу под маринадом; студни; селедку натуральную и с гарниром. Варит мясные, мясо-костные, рыбные и грибные бульоны; заправки, пюреобразные, сладкие и молочные супы. Готовит разнообразные виды пассеровок и соусов (томатный, луковый, паровой, молочный и др.); вторые блюда из мяса, рыбы, овощей, круп в вареном, тушеном, запеченном и жареном виде (мясо отварное, рагу, гуляш, тефтели, битки в соусе, рыба отварная, жареная, паровая, овощи фаршированные, запеканки из овощей, круп и др.); сладкие блюда; горячие и холодные напитки. Готовит пресное, дрожжевое тесто и изделия из него: вареники, пельмени, пирожки, ватрушки, лапшу домашнюю и др. Принимает участие в составлении заказов на продукты и контролирует качество продуктов, которые доставляют на судно. Принимает участие в составлении меню и подает его на утверждение капитану. Обеспечивает содержание в чистоте и порядке камбуз, камбузные подсобные помещения и оборудование, камбузную посуду и холодильники. Принимает меры относительно своевременного получения и необходимого ремонта камбузного инвентаря и другого имущества. Выпекает хлебобулочные и кондитерские изделия.

Должен знать: особенности и организацию питания моряков в различных условиях плавания; рецептуры, требования к технологии приготовления, качеству, срокам и условиям хранения, оформление и раздачу блюд и кулинарных изделий, которые требуют кулинарной обработки средней сложности; технологию выпекания хлебобулочных и кондитерских изделий; основы рационального питания моряков и пассажиров; виды, свойства и способы обработки сырья и полуфабрикатов, которые используются для приготовления блюд и кулинарных изделий средней сложности; особенности размещения оборудования и оснащения камбуза и камбузных подсобных помещений; строение и правила эксплуатации камбузного оборудования и производственного инвентаря; правила составления меню, заказов на продукты, ведения

учета и составления товарных отчетов; английский язык в пределах квалификации; основные знания об устройстве и оборудовании судов.

Квалификационные требования. Полное общее среднее образование. Профессионально-техническое образование. Повышение квалификации. Стаж работы в сфере общественного питания не меньше 1 года.

5-й разряд

Задачи и обязанности. Готовит и оформляет блюда и кулинарные изделия, которые требуют сложной кулинарной обработки, для туристов своего и иностранных государств на пассажирских судах. Готовит и оформляет холодные блюда: заливные, ассорти рыбное, мясное и др.; супы на прозрачных бульонах из рыбы, мяса, птицы, дичи; диетические супы на бульонах, овощных и фруктовых отварах; рассольники; харчо, солянки, окрошки; вторые блюда из мяса, птицы, рыбы (азу, беф-строганов, мясо шпигованное, в кисло-сладком соусе, антрекот, котлеты натуральные из свинины, баранины, птица фаршированная, рыба паровая под разными соусами и др.); паровые котлеты, яичные каши; соусы (с луком, грибами, рассолом, каперсами и др.); сладкие блюда (кремы, желе и др.). Готовит песочное, слоеное тесто и изделия из него: валованы, крутоны, тарталетки и др. Готовит и оформляет разнообразные диетические блюда. Осуществляет раздачу порционных блюд. Составляет заказ на продукты и полуфабрикаты, контролирует качество продуктов, которые доставляют на судно. Составляет меню, товарные отчеты. Обеспечивает содержание в чистоте и порядке помещения судового пищеблока, технологическое оборудование и производственный инвентарь, камбузную посуду. Занимается выпечанием хлебобулочных и кондитерских изделий в случае отсутствия в штате судна должности пекаря.

Должен знать: рецептуры, требования к технологии приготовления, качества, сроков, условий хранения, оформление и раздачу блюд и кулинарных изделий, которые требуют сложной кулинарной обработки; технологию выпекания хлебобулочных и кондитерских изделий; основы диетического питания; виды и способы обработки сырья для диетических блюд; способы сокращения потерь и сохранения питательной ценности пищевых продуктов во время их тепловой обработки (применение разнообразных способов нагревания или обогрева, создания определенной среды - кислого, соленого и др.); ароматические вещества и способы их применения с целью улучшения вкусовых качеств кулинарной продукции; правила составления меню (ежедневного, праздничного), заказов на продукты, ведения учета и составления товарных отчетов; рациональный режим работы разнообразных видов технологического оборудования судового пищеблока; английский язык в пределах квалификации; особенности работы судовых ресторанов; основные знания об устройстве и оборудовании судов.

Квалификационные требования. Неполное высшее образование (младший специалист). Повышение квалификации. Стаж работы по профессии повара судового 4 разряда не меньше 1,5 года.

6-й разряд

Задачи и обязанности. Готовит, оформляет блюда и кулинарные изделия, которые требуют особенно сложной кулинарной обработки, для туристов своего и иностранных государств на пассажирских судах. Готовит и оформляет заказные и фирменные блюда: холодные закуски (поросенок заливной или фаршированный, рыба фаршированная, кнели рыбные в желе, фрикадельки из телятины, заливные в вегетарианском желе, паштет из печенки, мясной сыр и др.); закусочные бутерброды (канале, сендвичи); супы прозрачные (бульоны из профитролями, кнелями, мясными фрикадельками), уху из разнообразных рыб, ботвинью, суп с крабами; окрошку овощную, мясную, с дичью; вторые блюда из рыбы, мяса, птицы, дичи - тушеной, жареных, запеченных отдельными порциями в разнообразных соусах (бифштекс с луком, котлеты натуральные и фаршированные из кур, дичи, рулеты, рыба в тесте, на вертеле и др.); соусы с разнообразными специфическими вкусовыми и ароматическими дополнениями; сладкие блюда (желеобразные кремы, муссы, самбуки, суфле, пудинги, фрукты и ягоды в сиропе, со взбитыми сливками и с сахаром, десертное мороженое и др.); горячие и холодные напитки и др. Готовит заварное, бисквитное тесто и изделия из него. Осуществляет раздачу заказных и фирменных блюд. Готовит порционные блюда национальных и иностранных кухонь. Составляет заказ на продукты и полуфабрикаты, контролирует качество продуктов, которые доставляют на судно. Составляет меню, товарные отчеты. Организует и руководит работой поваров низшей квалификации, исполняет обязанности заведующего производством (шефа).

Должен знать: рецептуры, требования к технологии приготовления, качеству, срокам, условиям хранения, оформление и раздачу блюд и кулинарных изделий, которые требуют особенно сложной кулинарной обработки; особенности приготовления фирменных блюд и блюд национальных и иностранных кухонь; правила подбора гарниров, оформления и подачи порционных и заказных блюд; изменения, которые происходят во время тепловой обработки с белками, жирами, углеводами, витаминами, веществами красок и других, которые содержатся в пищевых продуктах; способы устранения изъянов в готовой продукции; правила составления меню (праздничного, банкетного и др.), заказов на продукты, ведения учета и составления товарных отчетов; устройство и правила эксплуатации технологического оборудования судового пищеблока; английский язык в пределах квалификации; особенности работы судовых ресторанов; основные знания об устройстве и оборудовании судов.

Квалификационные требования. Неполное высшее образование (младший специалист). Повышение квалификации. Стаж работы за профессией повара судового 5 разряда не меньше 1,5 года.

БАРМЕН СУДОВОЙ

4-й разряд

Задачи и обязанности. Обслуживает посетителей в судовых барах у барной стойки и за столиками. Принимает заказы от посетителей, подсчитывает стоимость, осуществляет с ними расчет, перечисляет валюту. Предлагает посетителям безалкогольные и слабоалкогольные напитки, кондитерские изделия, отвечающие требованиям потребительских стандартов. Готовит по утвержденным рецептам ограниченный ассортимент алкогольных и безалкогольных напитков, холодных и горячих блюд, закусок. Принимает напитки, продукты и продукцию, хранит их в соответствии с требованиями температурного режима и правилами хранения. Помогает посетителям в выборе напитков и блюд, расставляет их на столе или подает в какюту. Оформляет витрину бара и барную стойку. Использует и обслуживает музыкальную аппаратуру. Своевременно готовит к работе оборудование, инструменты, устройства и содержит их в надлежащем состоянии. Получает и сдает наличность, столовое белье, посуду, приборы. Ведет необходимый учет, составляет и сдает товарный отчет, принимает и сдает смену.

Должен знать: правила обслуживания посетителей в судовых барах; виды и назначение посуды, приборов, оборудования и инвентаря бара; особенности питания, правила этикета и технику обслуживания иностранных туристов и пассажиров; виды, рецептуры, технологию приготовления и отпуск ограниченного ассортимента алкогольных и безалкогольных напитков, холодных и горячих блюд, закусок; ассортимент напитков и кондитерских изделий, которые реализуются в барах, и их товарные характеристики; правила выкладки продукции на барной стойке и витрине бара, в холодильных шкафах; принцип работы и правила эксплуатации оборудования, используемого в баре, музыкальной аппаратуры; правила расчета с посетителями, курсы обмена валют; правила ведения учета, составления товарного отчета и сдачи денег; условия и сроки хранения продукции и напитков; сроки и температурный режим отпуска продукции; один из иностранных языков (английский, немецкий и т.п.) в пределах квалификации; особенности работы судовых баров; основные знания об устройстве и оборудовании судов.

Квалификационные требования. Профессионально-техническое образование. Повышение квалификации и стаж работы по технологически совместимой профессии 3 разряда - не менее 1 года.

5-й разряд

Задачи и обязанности. Обслуживает посетителей в судовых барах у барной стойки и за столиками. Принимает заказы от посетителей, подсчитывает стоимость, осуществляет с ними расчет, перечисляет валюту. Предлагает посетителям алкогольные напитки (вина, коньяки, ликеры), кондитерские изделия, отвечающие требованиям потребительских стандартов. Готовит по утвержденным рецептам ши-

рокий ассортимент алкогольных и слабоалкогольных напитков: крепких, десертных, игристых, с фруктами, яйцом, слоистых коктейлей, крошонов, пунша, грогов, глнтвейнов, дейзов и т.п. Смешивает компоненты напитков в шейкерах, крошонницах, сбивает их с помощью инструментов и механизмов. Выполняет разлив в специальную посуду алкогольных и слабоалкогольных напитков. Обслуживает по заказам отдельных лиц и групп праздники: банкеты, юбилейные даты, встречи, торжественные обеды, вечера отдыха и т.п. Готовит зал и сервирует столы для отдельных лиц и групп. Принимает напитки, продукты, продукцию, проверяет их ассортимент, количество и качество. Хранит их в соответствии с требованиями температурного режима и правил хранения. Готовит разнообразный ассортимент холодных и горячих закусок: сэндвичи, канапе, колбасы, ветчину в тесте, фаршированные яйца и тому подобное. Помогает посетителям в выборе напитков и блюд, расставляет их на столе или подает в каюту. Подбирает вина и виноводочные изделия в соответствии с заказанными блюдами. Получает и сдает наличность, столовое белье, посуду, принадлежности. Ведет текущий учет, составляет и сдает товарный отчет, принимает и сдает смену. Организует и проводит разносную торговлю на палубах и в судовых помещениях по распоряжению директора ресторана. Организует и руководит работой барменов низшей квалификации.

Должен знать: правила и формы обслуживания посетителей в судовых барах; виды сервировки столов; виды и правила обслуживания праздников, торжественных мероприятий по заказам отдельных лиц и групп; особенности питания, правила этикета и технику обслуживания иностранных туристов и пассажиров; ассортимент, нормы выхода, цены на продукцию и ее товарные характеристики; виды, рецептуры, технологию приготовления и отпуск широкого ассортимента алкогольных, слабоалкогольных коктейлей, напитков, холодных и горячих блюд и закусок; основные характеристики напитков согласно с картой вин и их общепринятые условные обозначения; кулинарную характеристику блюд и напитков; соответствие напитков и блюд меню; правила и порядок подачи блюд и напитков; характеристики табачных изделий; способы размещения и правила выкладки продукции на барной стойке и витрине бара, в холодильных шкафах; принцип работы и правила эксплуатации технологического и холодильного оборудования судового бара, весомерных устройств, музыкальной аппаратуры; правила расчета с посетителями, курсы валют; документацию расчета с посетителями, правила ведения учета, составления товарного отчета и сдачи денег; один из иностранных языков (английский, немецкий и т.п.) в пределах квалификации; особенности работы судовых баров; основные знания об устройстве и оборудовании судов.

Квалификационные требования. Профессионально-техническое образование. Повышение квалификации и стаж работы по профессии бармена судового 4 разрядов - не менее 1 года.

2.2. Требования к организации рабочего места повара на камбузе судна

Рабочее место - это часть производственной площади, где повар выполняет отдельные операции по приготовлению пищи, используя при этом соответствующее оборудование, посуду и инвентарь. Оно должно располагаться по ходу технологического процесса. Рациональное размещение на рабочем месте оборудования, сырья, посуды, инвентаря и т. д. способствует созданию нормальных условий труда. Достаточная площадь в зоне рабочего места исключает возможность получения производственных травм, обеспечивает свободный доступ к оборудованию при его эксплуатации, облегчает труд повара, снижает утомляемость.

Наиболее удобным считается рабочее место шириной 0,7 - 0,8 м; длиной 1-1,3 м. Для работающих правой рукой инструмент размещают с правой стороны, продукты - с левой, специи - прямо. Для левши - наоборот.

На сухогрузных судах камбуз оборудован двумя-тремя рабочими столами, один из которых выделяют для хлеба и теста. Приготовление полуфабрикатов производится на оставшихся рабочих столах. Их тщательно моют и обрабатывают дезинфицирующим раствором после каждой работы с определенным продуктом.

Как правило, один стол выделяют для разделки мяса, рыбы, птицы и приготовления полуфабрикатов из них, второй - для овощей. Для работы используют разделочные пластмассовые доски различных цветов: для овощей - зеленую, мяса - красную, рыбы - синюю, гастрономических изделий - желтую, хлеба - белую. Ножи должны быть из нержавеющей стали с деревянной ручкой. Хранят доски в специальном приспособлении в виде ячеек, которое крепится к переборке так, чтобы доски не падали при качке судна. Ножи хранятся в ящиках под столешницей.

Камбуз оборудуют электроплитой, тестомесильной или универсальной машиной для замеса теста и взбивания масс типа ВМ-60; универсальным приводом со сменными механизмами (мясорубка, кофемолка, соковыжималка и др., электрофритюрница, тостер, машина для нарезки гастрономических изделий, электрогриль, электрокипятильник). Могут быть и другие варианты.

Перед началом работы оборудование проверяют на холостом ходу, внимательно ознакомившись с инструкцией по эксплуатации. Подбирают инвентарь, посуду согласно дневному меню или виду приема пищи.

Заранее отобранные продукты (с вечера), поднимают на камбуз. Овощи сортируют, моют, очищают, нарезают, используя коренчатые ножи или ножи-скребки с «плавающим» лезвием. Для приготовления холодных блюд и закусок используют ножи из поварской тройки, а также машину для нарезки гастрономических изделий и соответствующую посуду, салатницы, формочки для заливных блюд, противни

из нержавеющей стали и др. Для нарезки сыра используют специальный нож или сырорезку.

Рабочее место для разделки рыбы, мяса, птицы оборудуют молотком для отбивания, тяжкой, разделочными ножами, шпажками для шашлыков, шпиговальной иглой, скребками для снятия чешуи, ножницами. Весь инвентарь хранят в выдвижных ящиках.

Для приготовления супов, вторых блюд, гарниров требуется значительно больше посуды, инвентаря. Кастрюль должно быть несколько - 50; 40; 30; 20; 10; 5 литров, а также по 2-3 экземпляра кастрюль малой емкости от 1 до 5 литров. Особенно удобны кастрюли с одной ручкой от 2 до 4 литров, а также сотейники для припускания различных продуктов; противни с высокими бортами (для тушения, запекания овощей, рыбы, мяса, птицы); порционные сковородки, креманки - металлические и др. Хранят перечисленный инвентарь на отдельном специальном стеллаже, обеспечивающим устойчивость посуды во время шторма.

Рабочее место для выпекания хлеба, хлебобулочных и кондитерских изделий оборудуют: скалкой, совком, ситом, формами для кекса, тестоделителем, скребком для теста, кондитерским мешком с насадками, выемками для фигурного резания теста.

Нарезка хлеба производится в буфетных или на камбузе.

Рациональное использование рабочего времени характеризуется продуманным меню на предстоящий день, выделением главных и первоочередных операций, предварительной заготовкой полуфабрикатов, соблюдением технологического процесса приготовления пищи.

Так как прием пищи экипажем осуществляется в строго установленное время, блюда должны быть готовы минимум за 20 - 30 минут до начала приема пищи.

Приступая к работе в 6.00, повар должен включить плиты, поставить бульон, замесить тесто для хлеба, если опару готовит заранее, поднять необходимые продукты из кладовых, готовить блюда, предусмотренные на завтрак; обработать лук, коренья, нарезать и поставить пассеровать их для супов. После приготовления завтрака и выдачи его приступают к другим операциям по приготовлению обеда и выпечке хлеба. Если опару готовят в 13.00, то хлеб выпекают после ужина. Приготовление ужина начинают за 2 - 2,5 часа до приема пищи. Время приема пищи определяет капитан судна. В зависимости от условий плавания, выполняемых экипажем судовых работ, капитан может его изменять. Например:

ВИД ПРИЕМА ПИЩИ ЭКИПАЖ ВАХТА

Завтрак	7.30 - 8.00	8.00 - 8.30
Кофе-тайм	10.00-10.20	в течение вахты по обстановке
Обед	12.00-13.00	11.30- 12.00
Кофе-тайм	15.00-15.20	в течение вахты по обстановке
Ужин	18.30-19.30	20.00-20.30

В тропических условиях плавания организация труда на камбузе обусловлена работой повара в условиях высокой температуры окружающей среды, влажности воздуха, увеличения нагрузки на орга-

низм вредных производственных факторов, таких, как работа духовок, конфорок, хлебопекарной печи и др., а также резкого охлаждения организма при работе в рефкамерах (обеспечение сохранности продуктов и их учета, подготовка и получение продуктов на день и др.). Для уменьшения влияния вредных факторов минимально используют нагревающие поверхности, уменьшают количество посещений и продолжительность нахождения в рефкамерах, надевая для работы в них теплую одежду, наиболее трудоемкие блюда планируют на более прохладное время дня.

В меню включают салаты из свежих овощей и фруктов, витаминизированные напитки с добавлением аскорбиновой кислоты, столовую или минеральную воду, хлебный квас, кисломолочные продукты, холодные супы, вторые блюда из мяса говядины, телятины, птицы, рыбы, морепродуктов в отварном, припущенном, тушеном и запеченном виде. Пищу готовят на растительном масле.

В штормовых условиях организация труда может изменяться; интенсивность труда повара увеличивается за счет дополнительных операций по сохранности продуктов питания и в процессе приготовления пищи. В этих условиях, как правило, меню изменяют. В продовольственных кладовых крепят продукты так, чтобы они не рассыпались, не разваливались. Для этого используют канаты, деревянные закладки и др. На камбузе крепят посуду на стеллажах. На плиту устанавливают металлический каркас (штормовое крепление). Дверки шкафов, печей надежно закрывают и закрепляют. Разделочные столы застилают специальными прорезиненными сетками или влажной тканью, на которую кладут разделочные доски и производят нарезку продуктов.

Первые блюда не готовят. Однако при небольшом волнении первые блюда готовят в кастрюлях 2/3 их объема. Овощи пассеруют в сотейниках. Мясные блюда готовят преимущественно в тушеном виде в глубоких кастрюлях или сотейниках и в запеченном виде.

С учетом возможной работы в штормовых условиях, заранее заготавливают или закупают хлеб, который упаковывают в целлофановые мешки и замораживают, так как выпекать его во время шторма не рекомендуется. Использовать фритюр, жарить также не рекомендуется.

В период шторма в меню включают: отварные яйца, мясную и рыбную гастрономию, консервы, соленые, квашеные овощи, лимоны, сыр, сухари и др. Пища должна быть более острой, но без понижения пищевой ценности.

2.3. Техника безопасности при работе на пищеблоке

Перед выходом в рейс повар обязан проверить исправность камбузного инвентаря, посуды, затворов у рундуков, ларей, ящиков, на дверках плит, духовках, и в случае неисправности штормовых креплений доложить об этом старшему штурману.

О приближении шторма администрация судна должна уведомить камбузный персонал, который обязан принять следующие меры по обеспечению сохранности продуктов, пищи, инвентаря и оборудова-

ния: прочно укрепить съёмными перекладинами находящуюся на плите посуду, на штатных местах - инвентарь и оборудование; запереть крышки люков, ларей и пр.; не выпекать дрожжевое тесто; поднять штормовые бортики на обеденных столах; проходы в кают-компании, столовой и на камбузе застелить влажной тканевой дорожкой.

Наполнение котлов и кастрюль следует уменьшить настолько, чтобы жидкость не выплескивалась из них, а крышки прикреплять к посуде. Если невозможно предотвратить выплескивание жира из посуды на плиту, то в период шторма обжаривание не разрешается. Разделочные столы должны быть покрыты влажными скатертями. Нельзя в период шторма наливать полные супницы, миски, тарелки. Суточное меню должно изменяться в зависимости от конкретных погодных условий.

Рабочее место у плиты должно быть свободным от посторонних предметов. Открывать крышки котлов, шкафов и т. п. разрешается не ранее, чем через 5 мин после прекращения подачи пара или электроэнергии.

Запрещается пользоваться и хранить фаянсовую и стеклянную посуду с трещинами или обломанными краями, употреблять пищу, в которую могли попасть осколки битой посуды. Переносить продукты следует в ведрах с крышками, держа при этом свободной рукой за ручки при подъеме и спуске по трапу.

Обслуживающий персонал должен работать в санитарной одежде, выдаваемой согласно действующим нормам. Обувь (ботинки или туфли на низком каблуке, на нескользящей подошве) должна быть зашнурована (застегнута). Запрещается работать в обуви, спадающей с ног и на высоких каблуках. Все порезы и ссадины на теле надо срочно обрабатывать и забинтовывать (водонепроницаемой повязкой).

Администрация судна должна следить, чтобы в помещении пищеблока (особенно на камбузе) работали вытяжная вентиляция или система кондиционирования воздуха; согласно графику проводится промывка вытяжных решеток и чистка вентиляционных каналов.

Палуба пищеблока и кладовых должна быть сухой, шпигаты - очищенными, проходы - свободными, рабочие места освобождены от посторонних предметов и хорошо освещены, упавшие предметы следует немедленно убирать.

Погрузка и переноска продуктов.

Продовольственные кладовые

Для механизированной погрузки продовольствия с берега в кладовые, из кладовых в пищеблок должны использоваться имеющиеся транспортно-грузовые средства.

При движении по трапам и переходе через комингсы нужно следить за тем, чтобы переносимый предмет не заслонял поля зрения. Во избежание ушибов нельзя перепрыгивать через комингсы дверного проема или становиться на них. Котлы и кастрюли с горячей пищей массой более 15 кг необходимо снимать с плиты и переносить только вдвоем.

Готовую пищу с камбуза в столовую и кают-компанию (при размещении их на одной палубе) следует переносить в кастрюлях или суповых мисках. При расположении помещений на разных палубах необходимо пользоваться лифтом. Если эти помещения находятся в разных надстройках, то пищу можно переносить в термосах, в ведрах с крышками и т. п.

Необходимо быстро вытирать места, где пролились скользкие вещества (жир, кисель и пр.), или временно оградить такое место, пока пролитое не будет тщательно убрано. Особую осторожность следует проявлять при переноске по мокрой палубе стекла, фарфора и емкостей с горячими жидкостями.

Персонал камбуза, посещающий холодильные камеры, должен уметь пользоваться в темноте механизмами для открывания дверей изнутри и подачи звукового сигнала тревоги в случае самозапираания или случайного запираания в камере.

Нельзя входить в холодильные камеры, где происходит утечка хладагента. В этом случае надо вывесить снаружи на дверях предупреждающую надпись и вызвать механика, обслуживающего холодильные установки.

Во время переноски продуктов из холодильника и пищевого лифта необходимо надежно закрепить двери в открытом состоянии, что особенно важно при движении судна. Об отсутствии специального устройства для закрепления дверей следует срочно сообщить старшему механику.

На палубах и решетчатых настилах кладовых не должно быть льда и посторонних предметов, чтобы исключить возможность споткнуться или поскользнуться. При входе в холодильные камеры висячие замки следует брать с собою. Неиспользуемые крюки для подвески мяса должны быть сняты и храниться отдельно.

2.4. Требования к технологическому процессу по приготовлению блюд

Приготовление пищи должен осуществлять профессиональный работник, знающий технологию приготовления блюд, особенности хранения и их выдачи, имеющий международный сертификат судового повара. Перед началом работы тщательно мыть руки, соблюдать личную гигиену и требовать того же от других.

В ходе производственного процесса тщательно обследовать получаемые продукты, определяя их качество, проверять сертификаты на них.

Правильно осуществлять технологический процесс приготовления пищи, соблюдая температурный режим и сроки приготовления и хранения.

Горячая пища должна отпускатся на подогретых тарелках при температуре 75°C; холодная пища - при температуре 14°C;

Пищу, которую необходимо охладить и срок годности которой истекает через 4 часа, охлаждают в два этапа: от 60°C до 21°C и от 21°C до 6°C;

Если Вам заказали сырой продукт или частично готовую к употреблению пищу животного происхождения, то повар должен предупредить письменно о том, что продукты недостаточно обработаны и безопасность их употребления не гарантирована.

Пища должна отпускаться только раздаточными приборами, лопатками, салфетками, в одноразовых перчатках, особенно если пища не подлежит тепловой обработке. Пищу выкладывают на чисто вымытую продезинфицированную посуду.

2.5. Санитарно-гигиенические требования

Основой качественного приготовления пищи является соблюдение технологического процесса и санитарно-гигиенических правил при работе на камбузе. Важное место в этом занимает соблюдение правил хранения сырья, полуфабрикатов и готовой продукции, содержание помещения, посуды, оборудования и инвентаря. Наряду с этим большое значение имеет личная гигиена всех работающих на камбузе.

Продукты, поступающие на судно, должны отвечать всем требованиями международных стандартов или временных технических условий. Такие же требования должны быть предъявлены и к упаковке.

Пищевые продукты, доставленные на судно, принимаются ответственным за хранение их на судне с привлечением старшего повара и медицинского работника. В некоторых случаях при приемке должен присутствовать и капитан.

Доброкачественность пищевых продуктов устанавливается органолептическим способом (вкус, запах, внешний вид и т.д.), а в необходимых случаях производят пробную варку. Недоброкачественные продовольствия не принимаются.

Технологический процесс приготовления пищи состоит из холодной и тепловой обработки продуктов. Во время обработки нельзя допускать, чтобы сырые продукты соприкасались с продуктами, подготовленными к тепловой обработке, и тем более с продуктами, готовыми к приему. Поэтому холодную обработку нужно производить в отдельных помещениях. На малых судах, где продукты обрабатываются в том же помещении, в котором варится пища, допускается производить обработку мяса, но после этого производственный стол должен тщательно промываться и ошпариваться кипятком. Только при таком условии на нем разрешается выполнять другие работы. Овощи, картофель и рыба во всех случаях должны обрабатываться вне камбуза - на палубе или в специально отведенных для этого местах.

Следует всегда помнить, что в тропическом плавании создаются самые благоприятные условия для развития гнилостных и других микроорганизмов, которые, быстро развиваясь, приводят к порче продуктов.

Испортившиеся в результате жизнедеятельности микроорганизмов или неправильного хранения пищевые продукты при употреблении их в пищу могут вызвать отравления.

Пищевыми отравлениями называются острые желудочно-кишечные заболевания, которые возникают при употреблении пищи, содержащей токсическое вещество. Это токсическое вещество может быть органического или неорганического происхождения. К неорганическим ядам относятся соли цинка, меди, свинца и др. металлов.

К органическим ядам относятся яды спорыньи в муке, ядовитые грибки, картофель, который содержит повышенное количество соланина и др.

Особую опасность из этой группы представляет соланин. Повышенное содержание соланина в картофеле неоднократно являлось причиной массовых отравлений. При приеме внутрь соланин вызывает сильный понос, во рту и глотке ощущается чувство царапания.

Отравление наступает через несколько часов после употребления в пищу картофеля, содержащего повышенное количество соланина. При прекращении потребления такого картофеля заболевание через 1-2 дня прекращается.

Содержание соланина в картофеле неодинаково и зависит от степени его зрелости: в молодом картофеле его больше, чем в зрелом. Зрелый картофель, в свою очередь, обогащается соланином при длительном хранении.

Прорастание картофеля также сопровождается накоплением соланина, особенно при хранении картофеля на свету. Много соланина содержат ростки картофеля. Соланин содержится преимущественно в наружных слоях картофеля, в очищенном картофеле его меньше.

В целях профилактики отравлений соланином необходимы следующие практические мероприятия.

1. Хранить картофель в темных помещениях.
2. Позеленевший картофель, имеющий царапающий или горьковатый привкус, не употреблять в пищу.
3. При необходимости использования в пищу проросшего картофеля следует тщательно удалять ростки, вылушивать глазки и варить картофель очищенным от кожуры.

Как указано выше, пищевые отравления могут быть также вызваны микроорганизмами и продуктами их жизнедеятельности (токсинами).

Такие отравления называются токсикоинфекциями, так как вместе с недоброкачественной пищей в организм человека попадает не только токсин, но и живые микроорганизмы.

Все эти заболевания характеризуются внезапным началом, рвотой, поносом и болями в области желудка и кишечника, а также быстрым исчезновением после изъятия из употребления продукта, вызвавшего заболевание.

Наиболее частой причиной пищевых отравлений этого типа являются микробы рода сальмонелл - так называемые мясные отравители.

Токсикоинфекции в подавляющем большинстве случаев возникают при употреблении в пищу мяса и мясных блюд. В последнее время участились случаи токсикоинфекции при употреблении в пищу яиц.

Следует отметить возможность заражения мяса мухами на всех этапах хранения и транспортировки до пищеблока, а в складах, холодильниках, торговых пунктах мясо может быть заражено мышами и крысами.

Таким образом, наряду с ветеринарными мероприятиями большое значение в борьбе с токсикоинфекциями приобретают мероприятия, направленные на изоляцию мяса от мух и грызунов.

Следует иметь в виду, что в подавляющем большинстве случаев пищевые отравления возникают при употреблении измельченного мяса (котлеты), так как в последнем легче могут развиваться возбудители этих заболеваний. При изготовлении полуфабрикатов из мяса необходимо сразу проводить их кулинарную обработку, а оставшийся полуфабрикат помещать в холодильный шкаф. При хранении измельченного мяса в теплом помещении камбуза, особенно в летнее время, хотя бы даже в течение часа, может резко увеличиться количество микробов в мясе.

Особое место среди пищевых токсикоинфекций занимает ботулизм. Уже через 12-24 часов после употребления в пищу продуктов, зараженных токсином и микробами ботулизма, наблюдается тяжелейшее состояние: ослабление и потеря голоса, сухость во рту, затруднение глотания, затрудненность речи, расширение зрачков, двоение в глазах. Очень часто заболевание оказывалось смертельным.

Возбудитель ботулизма (ботулинус) назван так от слова «ботулус» - колбаса, так как раньше заболевание связывалось с употреблением колбасы. Палочка ботулинуса образует споры, которые очень устойчивы к воздействию высоких температур и дезинфицирующих средств. Микробы ботулизма живут и размножаются, выделяя токсин, без доступа кислорода, чем объясняются наиболее частые случаи отравления при употреблении недоброкачественных консервов.

Основным источником заражения пищи спорами палочки ботулинуса является почва, так как микроб может размножаться на трупах насекомых, грызунов, червей.

Профилактика ботулизма заключается в правильной термической обработке консервов, в соблюдении санитарно-технического режима при приготовлении консервов, а также в изъятии из употребления всех бомбажных консервов.

При обработке овощей следует очищать и нарезать картофель непосредственно перед его закладкой; стандартную квашеную капусту не промывать и не вымачивать; закладку измельченных овощей производить в кипящую воду. Всегда сокращать длительность хранения готовой продукции на кухне.

Мясо оттаивается неразрубленным. Запрещается оттаивание мяса в воде или около плиты. Перед обвалкой мясо должно быть тщательно зачищено и обмыто в проточной воде. Для разделки мяса применяются разделочные доски отдельно для сырого и вареного мяса, на

которых должны быть маркировки. После каждой разделки столы, доски и ножи тщательно промываются горячей водой.

Крупная рыба размораживается на воздухе, частичковая рыба оттаивается в холодной воде. Разделочные доски и ножи для разделки сырой рыбы должны иметь надпись «РС».

Вымачивание соленой рыбы производится в проточной воде или же часто сменяемой холодной воде (через каждый час). В теплой воде вымачивать рыбу не разрешается. Время вымачивания определяется пробной варкой. Вымачивается только разделанная рыба.

Приготовление котлетной массы производится только из качественного мяса. До начала работы мясорубка должна быть ошпарена кипятком. После окончания работы мясорубка полностью разбирается, тщательно очищается, промывается горячей водой, части высушиваются на плите или в жарочном шкафу.

Готовность мяса для первых блюд определяется по бесцветному соку, выделяющемуся из куска при проколе поварской вилкой. Перед раздачей нарезанные порционные куски вареного мяса проваривают в кипящем подсоленном бульоне.

При приготовлении окрошки составные компоненты и квас хранят отдельно и соединяют их только при подаче.

Очень важное значение имеет надлежащее содержание помещений камбуза, оборудования, инвентаря и посуды. Все помещения камбуза должны быть светлыми и чистыми. Их палубы покрывают метлахской плиткой или другим водонепроницаемым материалом. В палубах устраивают шпигаты со съёмными решетками для стока воды. Переборки делают гладкими, без выступов, облицованными метлахской плиткой.

Уборка помещений камбуза проводится после каждого их загрязнения: промываются столы, разделочные доски, собираются и удаляются пищевые отходы. Все машины, оборудование и инвентарь, которые применялись при обработке продуктов, должны тщательно промываться и высушиваться.

Помещение камбуза по окончании работы моют горячей водой с 2-3% раствором щелочи или мыла, а затем насухо протирают.

После раздачи пищи котлы освобождают от остатков, очищают снаружи мочалкой, наполовину заливают чистой водой, подогревают ее до 70-80°C и моют. В целях сохранения поверхности котлов чистить их металлическими предметами, жесткими щетками запрещается.

Оборудование, инвентарь, посуда, приборы и столовое белье нужно мыть горячей ($t = +50^{\circ}\text{C}$) водой и дезинфицировать.

Перед началом уборки пищевые продукты, посуда, инвентарь должны быть вынесены или накрыты тканью, пленкой, а разделенный по видам мусор (пищевые отходы, пластик и др.) вынесен в специально отведенное место на палубе.

Для мытья и обработки поверхностей оборудования, машин, приборов необходимо использовать трехведерный способ:

Красное ведро, губка, моющее средство, вода – $t = 32 - 43,5^{\circ}\text{C}$ для чистку, мытья и удаления грязи.

Белое ведро, губка, горячая вода – $t = 32 - 43,5^{\circ}\text{C}$, для удаления мыльной пены.

Синее ведро, губка, дезинфицирующий раствор, горячая вода $t = 32 - 43,5^{\circ}\text{C}$, для протирания поверхностей.

При мытье вышеперечисленных поверхностей влагу в губке отжимают на палубу, а не в ведро.

Для мытья необходимо использовать только такое количество моющего или чистящего средства, которое указано на этикетке емкости.

Для очистки поверхностей необходимо правильно выбрать моющее средство с соответствующим показателем РН-среды.

Так РН-среда от 0 до 7 единиц - кислая, 7 - нейтральная и от 7 до 14 - щелочная.

Так как большинство бактерий растет при РН - 6,8 - 7,3 единиц (нейтральной и слабокислой), а плесень развивается при РН - 1,2 до 11 единиц, выбирают то средство, которое необходимо для каждого конкретного случая.

Например: для подгоревших остатков пищи - сильный щелочной раствор РН =: от 7 до 14 единиц; для мытья кафеля и душевых применяют детергент с показателем РН от 7 до 9.

Для санитарной обработки поверхностей применяют химические растворы, перечисленные в национальной программе США USPH п.21 CFR - 1781010 Санитарные растворы. Эти растворы должны использоваться в соответствии с EPA при минимальной температуре 24°C (75°F) с выдержкой 7 секунд для хлорного раствора и 30 секунд для других химических дезинфицирующих средств.

Концентрация санитарных растворов: хлорный раствор - от 50 до 200 г на литр воды (PPM), йодный раствор должен иметь показатель водородных ионов РН - 5,0 или ниже, но не выше уровня, который определен производителем и является наиболее эффективным. Концентрация его должна составлять от 12,5 миллиграмм на литр (PPM) до 25 миллиграмм на литр (PPM).

При отсутствии готовых дезрастворов их можно приготовить из хлорной извести. Для этого берут 1 кг хлорной извести, разбавляют сначала до густоты сметаны, а затем доливают водой - 10 литров. Полученный раствор отстаивают сутки в закрытой стеклянной посуде, затем аккуратно сливают жидкость в другую посуду, это маточный 10% раствор, его хранят до 10 суток.

Из маточного раствора готовят рабочие растворы:

- 0,2% раствор - в 10 литров воды добавляют 200 мл 10% маточного раствора;
- 0,5% раствор - соответственно 500 мл маточного раствора;
- 1% раствор - соответственно 1000 мл маточного раствора;
- 5% раствор - соответственно 5000 мл маточного раствора.

Кухонную посуду, инвентарь моют в горячей воде при $t = 50^{\circ}\text{C}$ с помощью губок, моющих средств и 0,5% раствора хлорсодержащих, ополаскивают при $t = 70^{\circ}\text{C}$ и сушат. При мойке столовой посуды используют трехсекционные ванны. В первую секцию наливают воду при $t = 50^{\circ}\text{C}$ и

моющее средство, во вторую - воду с такой же температурой и 0,2% раствор хлорсодержащих. В третью - только чистую воду при $t = 75 - 80^{\circ}\text{C}$. Очищенную с помощью губок посуду моют и сушат.

Стекланную посуду, столовые приборы допускается мыть в двухсекционных ваннах при условии, что ополаскивание горячей водой производится при t до 90°C с последующим кипячением в течение 10 минут.

Если используют механические моечные машины для мытья, то температура моющего раствора распыляющего типа не должна быть ниже 74°C (165°F) для стационарно работающей машины. При использовании двухбаковой машины температура воды должна быть 66°C (150°F).

Профилактика пищевых отравлений

В связи с определенным риском отравлений и возникновения заболеваний, которые могут быть вызваны употреблением продуктов питания, инспекторы карантинной, санитарной служб портов захода судна тестируют работников питания по следующим вопросам.

1. Взаимосвязь между гигиеной работника коллективного питания и заболеваниями, передающимися через продукты питания.
2. Ответственность работника коллективного питания за распространение заболеваний вследствие плохого состояния его здоровья.
3. Знание симптомов заболеваний, передающихся через продукты питания.
4. Знание условий и сроков хранения скоропортящихся продуктов.
5. Температурный режим и сроки безопасного приготовления блюд, включая мясо, рыбу, птицу, яйца.
6. Умение объяснить, какова опасность употребления недожаренных, плохо проваренных и сырых продуктов.
7. Температурный режим хранения готовых блюд, их охлаждение и повторный нагрев.
8. Предотвращение пищевых отравлений и заболеваний, которые могут быть вызваны употреблением продуктов питания при перекрестном загрязнении, мойке посуды, контакте рук, столовых приборов, стаканов, тары с готовыми к употреблению продуктами.
9. Зависимость между наличием емкостей (контейнеры, кастрюли, лотки и др.) и безопасностью готовой пищи.
10. Правильность действий работников коллективного питания по очистке и санитарной обработке посуды, инвентаря, оборудования, контактирующего с готовой пищей и продуктами питания.
11. Условия безопасного хранения моющих и дезинфицирующих средств.
12. Оформление записей о датах закупки продуктов, хранение их на случай приема на судно по какой-либо причине испорченных продуктов.

2.6. Здоровье и личная гигиена работника коллективного питания

Лица, поступающие на работу к судовладельцам в качестве работников коллективного питания, допускаются к работе на судовом пищеблоке только после прохождения ими соответствующей медицинской комиссии.

Наряду с этим работник должен освоить программу по санитарии и гигиене и получить международный сертификат.

Все работники коллективного питания, принятые на работу, подвергаются профилактическим прививкам: против холеры, оспы, желтой лихорадки и другим - по эпидемиологическим показаниям.

Работники коллективного питания, у которых есть признаки открытых нарывов, ожогов, инфекционных ран, диареи, желтухи, лихорадки, рвоты, воспаления горла, выделения из носа, рта должны сообщать об этом медицинскому персоналу или лицам, его замещающим, и непосредственному руководителю. Такие работники должны быть отстранены от работы с открытыми продуктами, чистым оборудованием, посудой, столовыми принадлежностями.

Соблюдение работниками коллективного питания личной гигиены имеет решающее значение для профилактики пищевых отравлений и заболеваний, вызванных употреблением загрязненной пищи.

- Перед началом работы работник должен принять душ, вымыть лицо и руки, почистить зубы, обрезать ногти, надеть чистое нательное белье, выглаженную санитарную одежду и обувь. Повару следует подобрать волосы под колпак или косынку, если носит бороду - надеть специальный чехол для бороды;
- Открытые части рук и кисти рук во время работы должны содержаться в идеальном состоянии;
- Во время работы руки не должны касаться носа, рта, ушей, волос и т. д.;
- Руки нужно мыть не менее 2 минут и обрабатывать 0,2% хлорсодержащим раствором при переходе от приготовления сырых продуктов к готовым, а также после курения, еды, чихания, кашля, посещения туалета, выноса мусора, касания грязных предметов или сырого мяса, рыбы и по мере загрязнения; .
Запрещается курить, есть, пить на рабочем месте, а также в целом в помещениях камбуза;
- Если работник коллективного питания обнаружил у себя температуру, простуду, насморк, рвоту, диарею, любые кожные заболевания, он должен доложить об этом своему непосредственному начальнику и немедленно обратиться к врачу или лицу, заменяющему его;
- Запрещается во время работы носить на руках, кистях рук драгоценности, цепочки и др., за исключением обручального кольца.

РАЗДЕЛ 3.

Снабжение продуктами и составление меню.

3.1. Составление заявки на снабжение (накладной).

Составление меню-раскладки

Исходными данными при составлении заявок являются:

1. Рацион питания - рекомендованный набор продуктов на одного человека в день. (Приложение 1, 2).
2. Численность экипажа, его национальный состав, вероисповедание и возраст.
3. Продолжительность рейса и районы плавания.
4. Остатки продуктов на судне на момент прихода в порт.
5. Ориентировочная стоимость питания на одного человека в день.

Наряду с этим должно быть составлено перспективное план-меню на 7 дней или месяца.

Составляя заявку на продукты питания, следует учитывать 15 - 20% запаса продуктов для непредвиденных ситуаций (задержка судна по объективным причинам в море и др.).

Руководствуясь вышеприведенными данными, можно вычислить фактический расход продуктов за определенный период по формуле:

норма продукта по рациону на одного человека в день X
X на кол-во человек X на продолжительность рейса X 1,15
(15% сверхнормативного запаса).

Например, норма мяса 0,26 на одного человека в день для экипажа в количестве 23 человека, продолжительности рейса в один месяц (30 дней) с учетом 15% сверхнормативного запаса будет составлять (кг):

$$0,26 \times 23 \times 30 \times 1,15 = 206,31 \text{ кг, т.е. } 207 \text{ кг.}$$

Остаток мяса на складе 7кг, значит, в заявке указывается 200 кг.

Все остальные продукты, предусмотренные рационом питания, рассчитываются аналогичным образом. После этого определяется общее количество рассчитанных запасов продуктов в зависимости от сроков хранения продуктов при определенной температуре и относительной влажности воздуха и нормы загрузки судовых кладовых.

В зависимости от стоимости питания на одного человека в день количество используемых продуктов может быть увеличено или уменьшено в течение одного дня, но на каждое 1 число месяца и на конец рейса сумма должна быть точной.

Например. Стоимость дневного рациона 5 долларов. Количество членов экипажа - 23, месяц - 30 дней. Значит, стоимость рациона будет составлять

$$5 \times 23 \times 30 = 3450 \$$$

Заявку составляют на английском языке, по группам товаров и внутригрупповому ассортименту. Форма бланка заявки может выглядеть так:

MW _____ PORT

DATE SUPPLY DATE

PROVISION ORDE

Posno	ArtNo	Description	UOM	Qty	Price	Total
№ п/п	№ по каталогу	Наименование	Ед. измерения	количество	Цена за единицу	Сумма
1	2	3	4	5	6	7

На левой стороне бланка указывают наименование судна и дату снабжения, на правой - название порта и дату вручения заявки. В графе 1 записывается номер по прейскуртанту, 2 - наименование продукта, 3 - единицы измерения, 4 - цена за единицу, 5 - количество, и 6 - сумма. Форма бланка заявки (накладной) приведена в Приложении 3.

В странах американского континента, Англии и ее бывших колониях вес продукта, объем жидкостей указывают в фунтах, унциях, пинтах и др. Для перевода в систему СИ можно использовать таблицу (см. Приложение 4).

Заявка на материально-техническое обеспечение и расходные материалы или акт инвентаризации составляется по аналогичной схеме, а точное наименование товара берут из каталога, находящегося у капитана или у старшего помощника капитана (см. Приложение 5).

Счет-заявку составляют в рекомендованные судовладельцем сроки. Она заверяется судовой печатью и подписывается капитаном и старшим поваром.

Некоторые судовладельцы требуют, чтобы заявка на продовольственные товары и МТС направлялась капитаном в офис, и только после рассмотрения ее отправляют рекомендованному шипчандлеру того порта и страны, где судовладелец считает необходимым снабдить судно.

3.2. Прием продуктов и обеспечение их сохранности

Снабжение судна продовольственными товарами осуществляется из сертифицированных согласно национальным стандартам данной страны источников, через шипчандлеров, рекомендованных судовла-

дельцем. Эти продукты должны соответствовать требованиям МОТ и Конвенции о питании и столовом обслуживании (экипажей на борту судов), 1946 (68), вступившей в силу 24 марта 1957 г., а также требованиям судовых санитарных норм и правил.

Шипчандлеры должны доставлять продукты специализированным автотранспортом, в котором обеспечивается соответствующая температура (замороженные продукты при -5°C , а овощи, гастрономические товары при $+15^{\circ}\text{C}$).

Продукты должны быть упакованы в соответствующую стандартам тару, не имеющую повреждений, на которую наносится маркировка или приклеивается бирка. На них указывают: наименование товара, вес брутто, вес нетто, дату изготовления, дату и место расфасовки, ассортиментный номер, температуру и сроки хранения.

Доставляемые на борт судна продукты принимаются по количеству и качеству. Качество, как правило, определяют органолептическими методами. Количество - согласно накладной и согласованной ранее заявке. Повар обязательно осматривает продукты до погрузки на борт судна. Некачественные продукты не должны быть приняты на борт.

Прием продуктов осуществляется следующим образом. Вахтенный помощник капитана дает команду свободным от вахт и работ на погрузку продуктов в судовые провизионные кладовые. Повар, совместно с обслуживающим персоналом, осуществляет прием продуктов и распределяет их в соответствии с температурой хранения по кладовым и рефрижераторным камерам. Помещения для этих целей заранее моют, дезинфицируют, проветривают и только затем размещают продукты.

Скоропортящиеся продукты должны поставляться непосредственно пищевыми фабриками, где они маркируются и упаковываются в соответствии с требованиями санитарных властей, под юрисдикцией которых находятся эти предприятия.

Упаковка продуктов должна быть в хорошем состоянии и защищать содержимое от загрязнения.

Мясо, доставляемое на судно в странах континентальной Европы, Америки, Англии, Австралии, Сингапуре - это, как правило, крупнокусковой полуфабрикат, упакованный в целлофан и картонную тару с соответствующей маркировкой.

Мясо, доставляемое на судно в портах Украины - это полутуши, четверти, обернутые в целлофан, или крупнокусковые полуфабрикаты.

На тушах, полутушах, четвертинах, пригодных для еды, ставят клеймо фиолетового цвета, а на конине, козлятине и мясе, которое по различным причинам не должно идти в реализацию (тощее, мясо самцов, мясо животных, подозреваемых в заболевании и технологических дефектах), ставят красное клеймо - знак тревоги (в портах Украины и стран СНГ такое мясо принимать на судно категорически запрещается);

круглое клеймо ставят на всех видах мяса I категории упитанности и свинине V категории;

квадратным клеймом маркируют все виды мяса II категории упитанности;
овальным - свинину IN категории упитанности;
ромбовидным - свинину IV категории упитанности;
треугольником - говядину, баранину, козлятину (тощую) и свинину, не отвечающую требованиям стандарта.

Клеймо имеет аббревиатуру:

1. (Украина) - название страны;
2. (Ветогляд) - освидетельствование санитарно-карантинной службы;
3. Три пары цифр: 1-я пара цифр - область, где произведен продукт; 2-я пара - район или город; 3-я пара - организация.

Если мясо идет на экспорт, то ставят овальное фиолетовое клеймо, где дополнительно указывают дату, месяц и год выработки.

Справа от клейма ставят буквы:

Б - мясо некастрированных быков;

М - мясо молодняка крупного рогатого скота;

Д - мясо для диетического питания;

Т - телятина и т. д.

Птицу маркируют электроклеямом, которое ставят на внешней части кожи (I-ой категории, II-ой категории), или наклеивают ленточки (для I-ой категории розового цвета; II-ой категории - зеленого цвета). Маркируют также тару для птицы. На трафарете или ярлыке наносят: название предприятия, условия хранения, условные обозначения вида птицы, способ обработки, количество, масса брутто, масса нетто, дата изготовления.

Черта по диагонали: розовая - I категории, зеленая - II категории.

К - куры

Е - полупотрошенные

Г - гуси

ЕЕ - потрошенные с комплектом потрохов

Т - нестандартные

П - промышленная переработка.

Куры, утки, индюки - тушками или в разделанном виде могут иметь маркировку на целлофановой упаковке и картонной таре.

Свежая, доброкачественная рыба должна иметь упругие мышцы, при надавливании образуется быстро распрямляющаяся ямка, чешуя и жаберные крышки должны плотно прилегать к телу, рот закрыт, жабры красного цвета.

Качество мороженой рыбы определяют размораживанием небольшого кусочка из партии.

Согласно санитарным нормам США сырая рыба в чешуе должна поставляться в не подлежащей возврату упаковке, на которую наносится читабельная специальная отметка, предусмотренная в национальной программе руководства и контроля санитарного состояния морепродуктов.

Консервы: Мясные консервы фасуют в металлические банки цилиндрические, фигурные, сборные, цельноштампованные разной вме-

стимости (от 96 до 3020 см³). Основным видом тары для упаковки рыбных консервов являются металлические (жестяные, алюминиевые) банки. Они разделяются на сборные и цельноштампованные. Для банок сборных используют луженую жести, а для цельноштампованных, кроме того, алюминиевую ленту.

Металлические банки должны быть художественно оформлены путем литографирования или наклеивания этикеток. На этикетку наносятся следующие маркировочные данные: название организации, в систему которой входит предприятие-изготовитель; название и местонахождение предприятия-изготовителя; товарный знак предприятия; название консервов, их сорт (при наличии сортов); масса нетто; информация о пищевой и энергетической ценности консервов; обозначение нормативно-технической документации. На этикетках некоторых консервов помечают рецептурный состав, способ употребления, условия и сроки хранения.

Мясо, которое содержится в банках, должно быть сочным, не переваренным, не твердым, кусочки мяса при аккуратном вынимании не должны распадаться. Вкус и запах нормируются приятным, без посторонних привкусов и запахов; бульон в нагретом состоянии должен быть прозрачным.

Содержание кухонной соли нормируется в пределах 1-2,2%, олова - не больше 200 мг на 1 кг продукта; содержание свинца не допускается.

Дефектом рыбных консервов является потемнение внутренней поверхности банок («мраморность»). Такие потемнения называют сульфидными. Они возникают вследствие реакции между сернистыми соединениями, которые образовались при разложении белков в процессе стерилизации, с оловом. К органолептическим дефектам относят: нехарактерный цвет продукта, изменение консистенции, изменение вкуса и запаха, неправильное укладывание рыбы, наличие добавок в банке и др. Дефектами физико-химических показателей являются: отклонение массы нетто от установленных норм, несоответствие соотношения массы рыбы и заливки, содержания кухонной соли, уксусной кислоты.

Консервированные продукты в банках со вмятинами и с боковыми швами не должны поставляться на суда для питания экипажа.

Консервные банки должны быть чистыми, без бомбажа, ржавчины, герметически закупоренными, с этикетками, на которых указаны данные, характеризующие содержимое банки, условия и сроки хранения.

Пастеризованные консервы следует хранить при температуре от 0 до 5° С и относительной влажности воздуха 75±2% не больше 6 месяцев. При длительном хранении консервов мясо становится сухим, волокнистым и рассыпается. При этом ухудшается вкус и запах продукта, особенно за счет изменений жира, а у некоторых видов - и белков, приобретения ими металлического привкуса.

Маркировка консервов. На металлических банках путем выштамповывания наносят условные обозначения маркировки. Согласно стандарту, условные обозначения должны наноситься в три ряда. В первом ряду

- число, месяц и год изготовления продукции (по две цифры каждой даты). Во втором ряду для рыбных консервов - ассортиментный номер и номер предприятия-изготовителя (от одного до трех знаков цифрами или буквами); для мясных - ассортиментный номер и номер смены. В третьем ряду для рыбных консервов - номер смены (один знак) и индекс промышленности; для мясных - индекс промышленности и предприятия-изготовителя. Буквенные обозначения:

А - мясная промышленность, В - говядина.

Р - рыбная промышленность и т.д.

Пример: Консервы рыбной промышленности с ассортиментным номером 137, изготовленные заводом 157 в первую смену 16 февраля 2006 года, должны иметь такую маркировку:

160206

137157

1Р

Пример: Консервы мясной промышленности с ассортиментным номером «говядина тушеная высшего сорта» (01В), изготовленные в первую смену предприятием номер 92, должны иметь такую маркировку:

101007

1 01В

А 92

Овощи должны быть доставлены на судно в охлажденном состоянии; чистыми, сухими, упакованными в тару (сетки, картонную или деревянную тару).

Яйца и молочные продукты - яйца в скорлупе, в чистом виде свежие - 30 дней после снесения; холодильниковые - хранившиеся в холодильниках не менее месяца. Свежесть яйца определяют так: в стакан воды помещают яйцо, и если оно всплывает, то яйцо несвежее, а если тонет не до дна - снесено три недели назад; если тонет до дна, то оно снесено семь дней назад и менее. Яйца без скорлупы (меланж) доставляются в замороженном виде. Сухие яйца (яичный порошок) - в герметической упаковке.

Молоко в натуральном состоянии и другие молочные продукты поставляются в пастеризованном виде в герметической упаковке. Мороженое - в пастеризованном виде.

Пищевые жиры - растительные масла, сливочное масло, маргарин, животный жир поставляются в специальной герметической упаковке, не допускающей загрязнения жиров, с указанием данных на упаковке и сертификата качества. Жиры с металлическим привкусом, горьким, плесневелым и другим неприятным вкусом принимать на судно запрещается.

Мука, крупы, макаронные изделия, сахар - не должны иметь посторонних запахов (затхлость, плесень), признаков наличия вредителей. Нормальная влажность этих продуктов - 14%. Влажность муки определяют, сжимая в руке небольшое количество муки. Если влажность нормальная, то мука при разжатии рассыпается, а при повышенной - остается горкой на ладони.

Вкусовые продукты, чай, кофе, какао должны быть герметично упакованными, что исключало бы возможность проникновения посторонних запахов и примесей; должны соответствовать сорту, условиям и срокам хранения, указанным на упаковке.

Получая *минеральную воду*, необходимо знать, что с физиологической точки зрения минеральная вода может повышать или понижать секреторную функцию желудочно-кишечного тракта.

Одним из основных показателей воды является *степень ее минерализации*.

Столовая вода имеет минерализацию до 1 г на литр. Она хорошо утоляет жажду.

Лечебно-столовая вода имеет минерализацию от 1 до 8 г на литр. Эту воду используют в оздоровительных целях, по назначению врача, или несистематически как столовую воду, зная ее класс. Так, хлоридные воды стимулируют обменные процессы в организме человека, улучшают работу желудка, поджелудочной железы и тонкого кишечника; оказывают желчегонное действие, повышают кислотность желудочного сока («Миргородская», «Куюльник» и т. п.).

Гидрокарбонатные воды снижают кислотность и секрецию желудочного сока, способствуют удалению слизи из желудка, мочевых путей и органов дыхания. Их принимают при хронических гастритах, заболеваниях желудка и двенадцатиперстной кишки, сопровождающихся повышенной кислотностью («Нафтуса», «Лужанская», «Боржоми» и т. п.).

Сульфатные воды - с содержанием анионов SO_4 и катионов Na, Ca, Mg. Улучшают желчеотделение, предупреждают камнеобразование. Такие воды принимают при заболевании желчных путей, ожирении, сахарном диабете, колитах.

Лечебная вода имеет степень минерализации от 8 и выше грамм на литр и повышенное содержание микроэлементов. Такую воду принимают только по назначению врача.

Срок хранения минеральных вод до 12 месяцев при температуре от + 5 до 20°C.

Принадлежность и химический состав воды всегда указывают на этикетках бутылок.

Газированные воды подразделяются на:

- А) углекислые - содержащие свободную углекислоту;
- Б) сероводородные - содержащие свободный сероводород (H_2S);
- В) радиоактивные - в состав которых входит эманация радия (Rn).

Принятые продукты размещают в продовольственных кладовых в соответствии с температурным режимом, влажностью и циркуляцией воздуха, обеспечивающими нормальные условия и установленные сроки хранения продуктов (см. таблицу, Приложение 6,7).

Температура и влажность воздуха в продовольственных кладовых контролируются термометром и психрометром. Так как температура в верхней и нижней зоне кладовой неодинакова, то, например, овощи размещают на нижних полках, а бананы, салат латук, петрушку и др. - на средних полках; на верхних - яблоки, груши, апельсины и др.

3.3. Составление меню и расчет сырья по меню-раскладке.

Меню - перечень блюд, подлежащих приготовлению. Меню составляется на основе нормы рациона питания на одного человека в сутки и условий плавания, национальных особенностей экипажа, состояния их здоровья. Рацион питания предоставляется членам экипажей, находящимся на судах в период их эксплуатации, включая время подготовки к ней и вывода из нее.

Рацион питания предоставляется также членам экипажей в период их болезни на борту судна.

С учетом времени нахождения на судне членам экипажей устанавливается:

- трехразовое питание - при нахождении на судне в течение суток;
- двухразовое питание - при нахождении на судне в течение 12 часов;
- одноразовое питание - при нахождении на судне в пределах нормальной продолжительности рабочего времени (до 8 часов).

Судовладелец (арендатор) в соответствии с установленной нормой и наименованием продуктов устанавливает суточную стоимость рациона питания на одного члена экипажа, исходя из рыночных цен, сложившихся в регионе по месту нахождения судовладельца (арендатора).

При этом калорийность необходимо распределять так, чтобы на завтрак приходилось 25-30% рациона, на обед - 35-40%, на вечерний чай - 10% и на ужин - 20-30%. Распределение калорийности рациона в зависимости от условий плавания может несколько изменяться.

На основании меню расчет сырья для выполнения этого меню для начинающих работников пищеблока производится в меню-раскладке, где указывается перечень блюд, их номер по сборнику, выход одной порции, количество членов экипажа, норма продуктов на одну порцию в граммах и в килограммах на количество членов экипажа. Одновременные продукты складывают и подсчитывают необходимое количество продуктов для получения их на складе. Так же подсчитывается их стоимость: каждого вида продуктов отдельно, а затем общая. Этот расчет записывается в накладную и на основании ее, обычно вечером, старший кок получает продукты на складе. При необходимости это позволяет сделать предварительную обработку продуктов, что облегчает организацию труда на камбузе на следующий день.

Капитан т/х «Ливия»

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

Наименование и количество продуктов для закладки на 23 человека
(Первая часть)

Наименования блюда	говядина	сахар	сироп малин.	салат латук	сметана	шпик	масло сли- вочное	масло расти- тельное	лим. кислота	
I. ЗАВТРАК										
Сыр твердый										
Макароны с грибами							5			
							0.1			
Чай с лимоном		15								
		0.3								
Хлеб, масло							15			
							0.3			
II. ОБЕД										
Салат зеленый с огурцами				57	20					
				1.3	0.5					
Борщ с картофелем					20					
					0.5					
Жаркое по-домашнему	162							12		
	3.7							0.3		
Напиток из сиропа			35							
			0.8							
III. КОФЕ-БРЕИК										
Кофе с молоком		12								
		0.3								
Пончики		3					15	5		
		0.07					750	0.1		
Масло							15			
							0.3			
IV. УЖИН										
Яйца, фаршированные сельдью с луком										
Суп с картофелем										
Бифштекс н/р	109					18		7		
	2.5					0.4		0.2		
Капуста жареная							10			
							0.2			
Компот из яблок		30							0.2	
		0.7							0.005	
ВМЕСТЕ	6.2	1.5	0.8	1.3	1.0	0.4	0.9	0.6	0.01	
ЦЕНА ЗА 1 КГ/ПАЧ./ШТ.	25.00	5.00	20.00	10.00	12.00	20.00	20.00	7.00	125.00	
СУММА	155.00	7.50	16.00	13.00	12.00	8.00	18.00	4.20	0.63	
	Старший повар					Подпись				

Капитан т/х «Ливия»

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

Наименование и количество продуктов для закладки на 23 человека
(Вторая часть)

Наименования блюда	грибы сушен- ные	кофе натураль- ный	чай	свекла	лимон	мука	яблоки	макарони	дрожжи сухие
I. ЗАВТРАК									
Сыр твердый									
Макароны с грибами	10							70	
	0.23							1.6	
Чай с лимоном			2		8				
			0.05		0.2				
Хлеб, масло						400			2
						9.2			0.05
II. ОБЕД									
Салат зеленый с огурцами									
Борщ с картофелем				100					
				2.3					
Жаркое по-домашнему									
Напиток из сиропа									
IN. КОФЕ-БРЕИК									
Кофе с молоком		8			8				
		0.2			400				
Пончики						27			0.2
						0.6			0.005
Масло									
IV. УЖИН									
Яйца, фаршированные сельдью с луком									
Бифштекс н/р									
Калуста жареная									
Компот из яблок							68		
							1.6		
ВМЕСТЕ	0.2	0.2	0.1	2.3	0.2	9.8	1.6	1.6	0.1
ЦЕНА ЗА 1 КГ/ПАЧ./ШТ.	50.00	100.00	50.00	3.00	8.00	3.50	4.00	5.00	20.00
СУММА	11.50	20.00	2.50	6.90	1.60	34.30	6.40	8.00	1.10

Капитан т/х «Ливия»

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

Наименование и количество продуктов для закладки на 23 человека
(Третья часть)

Наименования блюда	молоко стущен- ное	яйца	сельдь	картошка	Капуста цветная	капуста б/к	морковь	лук репчатый
I. ЗАВТРАК								
Сыр твердый								
Макароны с грибами								60
								1.4
Чай с лимоном								
Хлеб, масло								
II. ОБЕД								
Салат зеленый с огурцами								
Борщ с картофелем				54		50	25	24
				1.2		1.2	0.6	0.6
Жаркое по-домашнему				253				30
				5.8				0.7
Напиток из сиропа								
III. КОФЕ-БРЕИК								
Кофе с молоком	28							
	0.6							
Пончики		1						
		1 шт.						
Масло								
IV. УЖИН								
Яйца, фаршированные сельдью с луком		1 шт.	21					12
		23 шт.	0.5					0.3
Суп с картофелем				180			25	24
				4.1			0.6	0.6
Бифштекс н/р								
Капуста жареная					285			
					6.6			
Компот из яблок								
ВМЕСТЕ	0.6	24 шт.	1	11.1	6.6	1.2	1.2	3.6
ЦЕНА ЗА 1 КГ/ПАЧ./ШТ.	20.00	0.60	18.00	4.00	4.00	5.00	5.00	4.00
СУММА	12.00	14.40	9.00	44.40	26.40	6.00	6.00	14.40
Старший повар								

Капитан т/х «Ливия»

МЕНЮ-РАСКЛАДКА

Наименование и количество продуктов для закладки на 23 человека
(Четвертая часть)

Наименования блюда	томат	огурцы	зелень	соль	Перец молотый	сыр твер- дый	маргарин	рафинад- ная пудра	лавровый лист	Выход блюда
I. ЗАВТРАК										
Сыр твердый						53				50
						1.2				
Макароны с грибами				3			15			250
			0.07				0.3			
Чай с лимоном										200/15/7
Хлеб, масло										150/15
II. ОБЕД										
Салат зеленый с огурцами		50		3						100
		1.2		0.07						
Борщ с картофелем	15		7	4			10		0.02	500/20
	0.3		0.2	0.09			0.2		1	
Жаркое по-домашнему	15			3	0.02				0.02	75/250
	0.3			0.07	1				1	
Напиток из сиропа										200
III. КОФЕ-БРЕИК										
Кофе с молоком										200/15/7
Пончики				1			2	3		43
				0.02			0.05	0.07		
Масло										20
IV. УЖИН										
Яйца, фаршированные сельдью с луком										60
Суп с картофелем			7	3			10			500
			0.2	0.07			0.2			
Бифштекс н/р				3	0.02				0.02	70/150
				0.07	1				1	
Капуста жареная										200
Компот из яблок										200
ВМЕСТЕ	0.6	1.2	0.4	0.5	1 пач.	1.2	0.8	0.1	1 пач.	532.38
ЦЕНА ЗА 1 КГ/ПАЧ./ШТ.	15.0	16.0	10.0	1.00	0.50	28.0	6.00	15.0	0.50	
СУММА	9.00	19.2	4.00	0.50	0.50	33.6	4.80	1.05	0.50	
Старший повар										

Составляется меню-раскладка в листах Microsoft Excel. В них удобно производить расчет стоимости закладываемых продуктов. Для **расчета стоимости продуктов** по меню-раскладке необходимо:

Шаг 1. Активировать необходимую ячейку, щелкнув по ней мышкой. В нашем случае это будет ячейка D 45. В данной ячейке мы рассчитываем стоимость закладываемой говядины. Важно, чтобы активировалась ячейка первого продукта по меню, т.е. говядины.

Шаг 2. При активированной ячейке щелкнуть в окошке « f_x - вставка функции». Поместить в нее знак « = » нажатием клавиши на клавиатуре.

Шаг 3. Сослаться на ячейку, в которой указан расчет говядины на меню на сутки (ячейка D 43). Для этого необходимо щелкнуть в нее мышкой. В окошке « f_x - вставка функции» должно быть =D43.

Шаг 4. Далее ввести знак * (умножить) с помощью клавиши клавиатуры и сослаться на ячейку с указанием стоимости говядины за кг (ячейка D 44). В окошке « f_x - вставка функции» должно стать =D43*D44.

Шаг 5. Нажать Enter. В ячейке должно появиться числовое значение 155.00¹.

Шаг 6. Зацепить мышкой квадратик ячейки рассчитанной стоимости в правом нижнем углу рамки (ячейки D 45) и, не отпуская мышки, растянуть рамку на нужное количество столбцов. Отпустить мышку на нужной ячейке (ячейке AL 45). Компьютер автоматически рассчитает стоимость каждого из закладываемых по меню продуктов.

Расчет стоимости всех продуктов

Шаг 7. Активировать ячейку в строке «СУММА», т.е. ячейку, следующую за последним продуктом (ячейка AM 45). Для этого щелкнуть в нее мышкой.

Шаг 8. Выделить строку с рассчитанной стоимостью продуктов (от ячейки D 45 до AL 45). Для этого необходимо щелкнуть мышкой в первую ячейку строки с числовым значением, зацепить мышкой квадратик ячейки в нижнем углу рамки и, не отпуская мышки, растянуть рамку на нужное количество столбцов.

Шаг 9. На панели задач щелкнуть меню « Σ » (автосумма). В окошке « f_x - вставка функции» должно стать =СУММ(D45:AL45).

Шаг 10. Нажать Enter. Компьютер автоматически рассчитает стоимость всех продуктов по меню и высветит их в ячейке AM 45, т.е. появится число 532.38.

¹ В случае, если числовое значение не показывает число необходимых знаков после запятой, необходимо:

1. Выбрать в меню «Формат» пункт «Ячейки», щелкнув по нему мышкой.
2. В открывшемся окошке в закладке «Число» выбрать формат «Числовой», щелкнув по нему мышкой.
3. Выставить число десятичных знаков.
4. Щелкнуть мышкой «ОК» или «Enter».

Опытные работники флота могут использовать сокращенную форму меню-раскладки. В случае, если временные члены экипажа, лоцман и др. питаются неполный день, то в строке «другие» указывают количество человек и стоимость обеда или ужина.

УТВЕРЖДАЮ

Капитан т/х

Дата _____

Меню-раскладка

Судовая команда « _____ » чел. Стоимость рациона питания (день)

Другие « _____ » чел. _____ на 1 чел. _____ к.

Завтрак:

Обед:

Кофе-тайм:

Ужин:

№ п/п	Наименование продуктов	Един, измер.	Кол-во	Цена за единицу	Сумма
1	2	3	4	5	6
2					
3					

Итого

Повар

На основе меню-раскладки должна быть составлена заявка на продукты или накладная, имеющая следующую форму:

Поставщик _____ : **НАКЛАДНАЯ** № 6
от 21 марта 2007 г.

Кому: _____ Петровой К. О.

Через кого: _____

По доверенности: Серия № от 2007 г. _____

Основание: Заявление

Наименование	Ед. измер.	Кол-во	Цена	Сумма
1. Говядина	кг	6.2	25.00	155.00
2. Сахар	кг	1.5	5.00	7.50
3. Сироп	кг	0.8	20.00	16.00
4. Салат латук	кг	1.3	10.00	13.00
5. Сметана	кг	1.0	12.00	12.00
6. Шпик	кг	0.4	20.00	8.00
7. Масло сливочное	кг	0.9	20.00	18.00
8. Масло растительное	кг	0.6	7.00	4.20
9. Кислота лимонная	кг	0.01	125.00	0.63
10. Грибы сушеные	кг	0.2	50.00	11.50
11. Кофе натуральный	кг	0.2	100.00	20.00
12. Чай	кг	0.1	50.00	2.50
13. Свекла	кг	2.3	3.00	6.90
14. Лимон	кг	0.2	8.00	1.60
15. Мука	кг	9.8	3.50	34.30
16. Яблоки	кг	1.6	4.00	6.40
17. Макароны	кг	1.6	5.00	8.00
18. Дрожжи сухие	кг	0.1	20.00	1.10
19. Молоко сгущенное	кг	0.6	20.00	12.00
20. Яйца	шт	24	0.60	14.40
21. Сельдь	кг	1	18.00	9.00
22. Картошка	кг	11.1	4.00	44.40
23. Капуста цветная	кг	6.6	4.00	26.40
24. Капуста б/к	кг	1.2	5.00	6.00
25. Морковь	кг	1.2	5.00	6.00
26. Лук репчатый	кг	3.6	4.00	14.40
27. Томат	кг	0.6	15.00	9.00
28. Огурцы	кг	1.2	16.00	19.20
29. Зелень (петрушка)	кг	0.4	10.00	4.00
30. Соль	кг	0.5	1.00	0.50
31. Перец молотый	пачка	1	0.50	0.50
32. Сыр твердый	кг	1.2	28.00	33.60
33. Маргарин	кг	0.8	6.00	4.80
34. Пудра рафинадная	кг	0.1	15.00	1.05
35. Лавровый лист	пачка	1	0.50	0.50
Вместе с ПДВ прописью:			ВМЕСТЕ	532.38
Шестьсот тридцать восемь грн. 86 коп.			ПДВ 20%	106.48
			Вместе с ПДВ	638.86

Директор
Сдал

Бухгалтер
Принял

Расчет накладной также производится в листах Microsoft Excel. Рассчитывается количество каждого наименования продукта, необходимого для приготовления блюд по меню на необходимое количество членов экипажа.

Расчет говядины: $(162 + 109) * 23 = 6233$ гр., что составляет 6,2 кг.

Расчет говядины в листах Microsoft Excel:

Шаг 1. Активировать необходимую ячейку, щелкнув по ней мышкой. В нашем случае это будет ячейка E 8.

Шаг 2. При активированной ячейке щелкнуть в окошке « f_x - вставка функции». Поместить в нее знак « = » нажатием клавиши на клавиатуре.

Шаг 3. С помощью клавиш клавиатуры набрать без пробелов: $(109+162)*23/1000$. В окошке « f_x – вставка функции» должно появиться $=(109+162)*23/1000$.

Шаг 5. Нажать Enter. В ячейке должно появиться числовое значение 6.233.

Аналогичным образом в ячейках производится расчет каждого продукта, необходимого для приготовления блюд по меню.

Далее в столбец «Цена» вносится цена каждого продукта за единицу измерения. После чего производится расчет суммы каждого продукта.

Расчет в столбце «Сумма» в листах Microsoft Excel:

Шаг 1. Активировать необходимую ячейку, щелкнув по ней мышкой. В нашем случае это будет ячейка G 8. В данной ячейке мы рассчитываем стоимость закладываемой говядины. Важно, чтобы активировалась ячейка первого продукта в столбце.

Шаг 2. При активированной ячейке щелкнуть в окошке « f_x - вставка функции». Поместить в нее знак « = » нажатием клавиши на клавиатуре.

Шаг 3. Сослаться на ячейку, в которой указано количество продукта (ячейка E8). Для этого необходимо щелкнуть в нее мышкой. В окошке « f_x - вставка функции» должно быть =E8.

Шаг 4. Далее ввести знак * (умножить) с помощью клавиши клавиатуры и сослаться на ячейку с указанием стоимости говядины за единицу измерения (ячейка F8). В окошке « f_x - вставка функции» должно стать =E8*F8.

Шаг 5. Нажать Enter. В ячейке должно появиться числовое значение 155.00¹.

Шаг 6. Зацепить мышкой квадратик ячейки рассчитанной стоимости в правом нижнем углу рамки (ячейки G 8) и, не отпуская мышки, растянуть рамку на нужное количество строк. Отпустить мышку на нужной ячейке (ячейке G 42). Компьютер автоматически рассчитает стоимость каждого из закладываемых по меню продуктов.

Расчет стоимости всех продуктов

Шаг 7. Активировать ячейку в столбце «сумма» напротив «ВМЕСТЕ», т.е. ячейку под последним продуктом (ячейка G 43). Для этого щелкнуть в нее мышкой.

Шаг 8. Выделить столбец с рассчитанной стоимостью продуктов (от ячейки G 8 до G 42). Для этого необходимо щелкнуть мышкой в первую ячейку столбца, зацепить мышкой квадратик ячейки в нижнем углу рамки и, не отпуская мышки, растянуть рамку на нужное количество строк.

Шаг 9. На панели задач щелкнуть меню «Σ» (автосумма). В окошке « f_x - вставка функции» должно стать =СУММ(G8:G42).

Шаг 10. Нажать Enter. Компьютер автоматически рассчитает стоимость всех продуктов по меню и высветит их в ячейке G 43, т.е. появится число 532.38.

Принятые по количеству и качеству продукты приходят в книгу учета, или в отдельных файлах компьютера. Книга учета имеет следующую форму:

		Приход			Расход			Остаток	
№ п/п	Дата	Порт получения и № счета	Един. измер.	Кол-во	Дата	Един. измер.	Кол-во	Един. измер.	Кол-во
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Списание (расход) продуктов осуществляют согласно ежедневному меню-раскладке. В практике используются также и иные формы учета и расхода продуктов (Приложения 8, 9).

¹ В случае если числовое значение не показывает число необходимых знаков после запятой, необходимо:

1. Выбрать в меню «Формат» пункт «Ячейки», щелкнув по нему мышкой.
2. В открывшемся окошке в закладке «Число» выбрать формат «Числовой», щелкнув по нему мышкой.
3. Выставить число десятичных знаков.
4. Щелкнуть мышкой «ОК» или «Enter».

Учет продовольствия необходимо вести по группам товаров и внутригрупповому ассортименту, что облегчает в дальнейшем составление заявки, а также предоставление данных капитану об остатках продуктов на конец месяца и при оформлении судовых документов при заходе в порт (см. Приложение 8).

Отчет о ежемесячном расходовании средств, выделенных на бесплатное питание, составляется капитаном по предоставлению поваром следующих данных.

1. Остаток продуктов на конец месяца, согласно акту инвентаризации (inventari sheet), по количеству продуктов и сумме денег.
2. Количество ежедневно питающихся (постоянный состав экипажа и временно питающиеся).
3. Стоимость питания одного человека в день.
4. Фактический расход денег на питание согласно меню-раскладкам за месяц.

Отчет составляется на конец каждого рейса и помесечно по форме (Приложение 9), подписывается капитаном судна и поваром. Заверяется судовой печатью и отправляется в офис судовладельца.

3.4. Примерные меню для экипажей судов

ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН-МЕНЮ ДЛЯ РУССКО-УКРАИНСКОГО ЭКИПАЖА

Первый день		
	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Сыр твердый	50
	Макароны с грибами	250
	Чай с лимоном	200/7
	Масло сливочное	20
	Хлеб	550
<i>Обед</i>	Салат зеленый с огурцами	100
	Борщ с картофелем и капустой	500
	Жаркое по-домашнему	350
	Напиток из сиропа	200
<i>Кофе-тайм</i>	Кофе с молоком	200
	Пончики	43
	Масло сливочное	15
<i>Ужин</i>	Яйца, фаршированные сельдью с луком	100
	Суп с картофелем	500
	Бифштекс н/р	70
	Капуста жареная	150
	Компот из свежих фруктов	200

Второй день

	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
Завтрак	Сосиски отв., помидоры	100/100
	Вареники ленивые	150/20
	Масло сливочное	20
	Чай с лимоном	200/7
	Хлеб	550
Обед	Салат «Весна»	100
	Борщ с грибами	500
	Мясо отварное с гречневой кашей	100/150
	Напиток вишневый	200
Кофе-тайм	Кофе	100
	Вафли	50
	Сыр твердый	50
Ужин	Салат из овощей (картофель, морковь, огурцы, яблоки, зеленый горошек)	100
	Суп крестьянский	500/20
	Рыба отв. с карт, пюре	100/150
	Компот из сухофруктов	200

Третий день

	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
Завтрак	Колбаса п/к	50
	Яйца отв.	2 шт
	Помидоры	100
	Чай с лимоном	200/7
	Масло сливочное	20
	Хлеб	550
Обед	Салат овощной (консервы)	100
	Солянка мясная сборная	300
	Плов	75/200
	Компот из вишен	200
	Яблоки свежие	120
Кофе-тайм	Кофе	100
	Печенье	50
	Масло сливочное	15
Ужин	Баклажаны фаршированные (консервы)	100
	Щи из квашеной капусты	500/20
	Рыба, запеченная по-русски	350
	Кисель из клюквы	200

Четвертый день

	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Омлет с помидорами	165
	Каша молочная овсяная	310
	Кофе натуральный	100
	Масло сливочное	20
	Хлеб	550
<i>Обед</i>	Салат из яблок, овощей с сыром	100
	Борщ зеленый	500/20
	Куры отварные с рисом, зеленым горошком	100/150
	Напиток лимонный	200
	Апельсины	120
<i>Кофе-тайм</i>	Чай с лимоном	200/7
	Ватрушка с повидлом	100
	Масло сливочное	15
<i>Ужин</i>	Салат из свеклы	100
	Суп рыбный	500
	Рулет мясной с отварной цветной капустой	100/150
	Компот из сухофруктов	200

Пятый день

	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Сырники со сметаной	150/20
	Колбаса п/к	50
	Чай с вареньем	200/30
	Масло сливочное	20
	Хлеб	550
<i>Обед</i>	Салат из зеленого салата, огурцов, яиц	100
	Борщ украинский	500/20
	Бефстроганов с картофельным пюре	75/150
	Компот из яблок и слив	200
	Бананы	120
<i>Кофе-тайм</i>	Напиток вишневый	200
	Пирожки печеные	100
<i>Ужин</i>	Салат из свежих помидоров и огурцов	100
	Суп с домашней лапшой	500
	Тефтели рыбные с пшеничной кашей	115/150
	Кисель из малины	200

Шестой день		
	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Каша гречневая с луком и грибами	250
	Сыр, масло, хлеб	30/20/550
	Вафли, кофе с молоком	50/200
<i>Обед</i>	Салат из капусты	100
	Суп харчо	75/500
	Бифштекс н/р с картофелем жареным	100/150
	Напиток апельсиновый	200
	Ананасы	120
<i>Кофе-тайм</i>	Чай с лимоном	200/7
	Пирог с повидлом	100
	Масло сливочное	15
<i>Ужин</i>	Винегрет	100
	Суп с макаронами	500
	Рыба, жаренная с луком, каша гречневая	100/150
	Компот из консервированных фруктов	200

Седьмой день		
	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Макароны отварные с сыром	230
	Сосиски жареные	75
	Какао	200
	Масло сливочное, хлеб	20/550
<i>Обед</i>	Салат картофельный	100
	Солянка рыбная	500
	Котлета отбивная, картофель жареный	100/150
	Компот из клубники	200
	Груши	120
<i>Кофе-тайм</i>	Чай с лимоном	200/7
	Пончики	43
	Масло сливочное	15
<i>Ужин</i>	Салат из капусты и яблок	100
	Суп из овощей со сметаной	500/20
	Рулет мясной с макаронами	100/150
	Кисель из вина	200

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ГРЕЧЕСКО-РУССКО-УКРАИНСКОГО ЭКИПАЖА

Первый день		
	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Ветчина	50
	Пудинг творожный	150/20
	Масло сливочное, печенье	20/50
	Кофе натуральный	100
	Хлеб	550
<i>Обед</i>	Салат «Летний»	100
	Суп лимонный с зеленым горошком	300
	Мясо шпигованное, фасоль стручковая с капустой и яйцами	100/150
	Тунец запеченный, лимон	250/50
	Компот из крыжовника	200
	Клубника	120
<i>Кофе-тайм</i>	Кофе натуральный	100
	Сыр	50
<i>Ужин</i>	Салат из огурцов с брынзой	100
	Куры жареные, рис с помидорами	100/100
	Рыба гриль с овощами, лимон	150/100/30
	Салат фруктовый	150
	Напиток клюквенный	200
Второй день		
	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Яичница с колбасой	105
	Хлопья овсяные с молоком	300
	Сыр, масло, хлеб	50/20/550
	Кофе натуральный	100
<i>Обед</i>	Икра баклажанная	100
	Борщ флотский	300/20
	Шашлык, картофель фри	100/150
	Камбала в горшочке, лимон	300/50
	Компот из консервированных фруктов	200
<i>Кофе-тайм</i>	Кофе натуральный	100
	Сыр	50
<i>Ужин</i>	Салат из крабов с лимонным соком	100
	Стейк из свинины, рис припущенный	100/150
	Карп жареный со свежими овощами, лимон	150/100/30
	Фрукты свежие	120
	Напиток лимонный	200

Третий день

	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Плов с изюмом	310
	Колбаса п/к	70
	Масло, хлеб	20/550
	Кофе натуральный	100
	Чай с лимоном	200/7
<i>Обед</i>	Салат деликатесный	100
	Суп из стручков фасоли	300
	Куры жареные с картофелем жареным	100/150
	Палтус, запеченный с овощами, лимон	350/30
	Кисель из шиповника	200
<i>Кофе-тайм</i>	Кофе натуральный	100
	Сыр	50
<i>Ужин</i>	Салат из грибов с оливками	100
	Карп фаршированный, лимон	150/50
	Бифштекс н/р с луком, цветная капуста	100/150
	Греческие пирожки	100
	Фрукты свежие	120
	Напиток «Каркаде»	200

Четвертый день

	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Омлет с помидорами	110
	Хлопья кукурузные с молоком	300
	Колбаса п/к, масло, хлеб	50/20/550
	Кофе натуральный	100
	Чай с медом	200/30
<i>Обед</i>	Салат из сельдерея с орехами и яблоками	100
	Щи из свежей капусты	500/20
	Камбала жареная с грибами, лимон	200/30
	Котлета отбивная, картофель отварной	100/150
	Компот из сухофруктов	200
<i>Кофе-тайм</i>	Кофе натуральный	100
	Сыр	50
<i>Ужин</i>	Салат из стручковых бобов	100
	Кальмары, запеченные с картофелем	350
	Курица с рисом и миндалем	100/150
	Фрукты свежие	120
	Напиток банановый	200

Пятый день

<i>Наименования блюд</i>		<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Сосиски отварные	75
	Макароны отварные с сыром	230
	Масло, хлеб	20/550
	Кофе натуральный	100
	Чай с лимоном	200/7
<i>Обед</i>	Салат из помидоров с яйцами	100
	Рассольник домашний	500/20
	Креветки в кляре, рис припущенный	100/150
	Говядина «Стифадо», рис припущенный	250
	Компот из яблок	
<i>Кофе-тайм</i>	Кофе натуральный	100
	Сыр	50
<i>Ужин</i>	Салат мясной	100
	Рыба жареная с зеленым мас- лом, картофель жареный, лимон	100/150/30
	Баранина отварная с овощами	100/150
	Фрукты свежие	120
	Пирог бисквитный	100
	Сок яблочный	150

Шестой день

<i>Наименования блюд</i>		<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Омлет с колбасой	165
	Хлопья рисовые с молоком	300
	Сыр, масло, хлеб	50/20/550
	Кофе натуральный	100
<i>Обед</i>	Салат из овощей	
	с морской капустой	100
	Солянка мясная сборная	300
	Судак по-польски, картофель отварной, лимон	100/150/20
	Эскалоп, картофель фри	100/150
	Компот из консервированных фруктов	200
<i>Кофе-тайм</i>	Кофе натуральный	100
	Сыр	50
<i>Ужин</i>	Грибы, запеченные в сметане	150
	Рыба, жаренная в тесте, лимон, кетчуп	200/30/30
	Рулет мясной, каша гречневая	100/150
	Салат из грейпфрутов с орехами	150
	Сок абрикосовый	

Седьмой день

	<i>Наименования блюд</i>	<i>Выход (в г)</i>
<i>Завтрак</i>	Ассорти сырное	70
	Колбаса жареная, оливки, помидоры	75/30/100
	Масло, хлеб	50/20/550
	Какао	150
	Чай с лимоном	200/7
<i>Обед</i>	Салат «Греческий»	100
	Суп-пюре из цветной капусты	300/20
	Шашлык из осетрины, рис припущенный, лимон	100/150/20
	Ростбиф, картофель фри	100/150
	Компот из яблок	200
<i>Кофе-тайм</i>	Кофе натуральный	100
	Сыр	50
<i>Ужин</i>	Салат из крабов	150
	Рыба, запеченная с грибами	350
	Телятина пикантная, спаржа отварная	100/150
	Фрукты свежие	120
	Сок томатный	150

РЕЦЕПТЫ БЛЮД ПО МЕНЮ
ДЛЯ ГРЕЧЕСКО-РУССКО-УКРАИНСКОГО ЭКИПАЖА¹

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ

САЛАТЫ

Салат из помидоров с яйцами

	Брутто	Нетто
Помидоры	591	500
Сладкий перец	267	200
Яйцо	3 шт.	120
Лук репчатый	119	100
Зелень петрушки	33	30
Масло растительное	60	60
Соль (по вкусу)		
Выход	-	1000

Яйца сварить вкрутую в подсоленной воде, очистить и нарезать кубиками. Сладкий перец очистить от семян, вымыть и нарезать соломкой. Лук очистить и нарезать полукольцами. Подготовленные продукты смешать с нарезанными кубиком помидорами, заправить солью, растительным маслом. Уложить в салатник, украсить измельченной зеленью петрушки.

Салат из огурцов с брынзой

	Брутто	Нетто
Огурцы свежие	535	385
Салат	429	345
Брынза	155	150
Масло растительное	100	100
Зелень	40	30
Соль (по вкусу)		
Выход	-	1000

Огурцы вымыть, разрезать пополам и ложкой аккуратно вынуть семена. Полученные половинки нарезать небольшими брусочками. Брынзу нарезать кубиками. Листья салата вымыть, дать стечь воде и измельчить. Смешать огурцы, брынзу, листья салата, заправить солью, растительным маслом. Уложить горкой в салатник, украсить огурцами, брынзой, зеленью.

¹ Рецептуры блюд разработаны на основе рецептов по изданию «Жукова И.Н. Греческая кухня. Вкусные рецепты. Изд. «Сталкер», 2001. - 288 с.

Салат из сельдерея с орехами и яблоками

	Брутто	Нетто
Сельдерей	600	600/492 ¹
Яблоки	316	278
Орехи грецкие	100	100
Йогурт	125	125
Лимон	16	15
Соль, сахар по вкусу		
Выход	-	1000

Корни сельдерея хорошо вымыть, сварить в кожуре до готовности. Охладить, очистить и нарезать тонкой соломкой. Яблоки вымыть, удалить сердцевину, также нарезать тонкой соломкой, окунуть в подкисленную лимонным соком или лимонной кислотой воду, откинуть на дуршлаг. Грецкие орехи ошпарить, очистить от кожицы и истолочь. Все подготовленные продукты смешать, добавить соль, сахар и заправить йогуртом. Уложить в салатник, немного охладить, украсить ломтиком лимона.

Салат из стручковых бобов

	Брутто	Нетто
Молодые стручковые бобы	633	570
Брынза	228	200
Масло оливковое	100	100
Лимонный сок	40	40
Зелень петрушки	135	100
Соль (по вкусу)		
Выход	-	1000

Стручковые бобы промыть и отварить в подсоленной воде на сильном огне до мягкости. Откинуть на дуршлаг, остудить и нарезать ромбиками. Зелень петрушки вымыть и мелко нарезать. Смешать нарезанные бобы, петрушку, измельченную брынзу. Из оливкового масла, лимонного сока и соли приготовить заправку, полить ею салат. Уложить горкой в салатник, украсить зеленью. Охладить или подать теплым.

¹ Масса вареного сельдерея.

Салат из грибов с оливками

	Брутто	Нетто
Грибы маринованные	494	405
Оливки без косточек	209	209
Бобы	73	70/220 ¹
Лук зеленый	125	100
Лимонный сок	18	18
Чеснок	6	5
Перец черный молотый	3	3
Масло растительное	50	50
<u>Соль (по вкусу)</u>		
Выход	-	1000

Бобы замочить на ночь в холодной воде, промыть, залить холодной водой, довести до кипения, уменьшить огонь, варить при медленном кипении до мягкости, в конце посолить. Откинуть на дуршлаг, охладить и нарезать каждый вдоль пополам. Грибы промыть и нарезать вдоль волокон соломкой. Чеснок очистить, помыть и измельчить или растереть. Зеленый лук хорошо промыть и мелко нашинковать. Смешать грибы, консервированные оливки, вареные бобы и половину нарезанного зеленого лука. Из растительного масла, лимонного сока, чеснока, черного молотого перца приготовить салатную заправку и полить ею салат. Перемешать все компоненты. Готовый салат уложить горкой в салатник, посыпать оставшимся зеленым луком. Перед подачей слегка охладить.

Салат «Греческий»

	Брутто	Нетто
Помидоры	95	80
Греческая брынза «фета»	50	50
Маслины без косточек	5	5
Огурцы	95	80
Масло растительное	20	20
Зелень петрушки	5	5
Перец болгарский	38	30
Лук репчатый	17	15
Чеснок	2	2
Лимон	22	20
<u>Соль (по вкусу)</u>		
Выход	-	250

Помидоры, огурцы моют под холодной водой, нарезают кубиком. У перца удаляют плодоножку, удаляют семена, моют, нарезают ломтиками, лук нарезают полукольцами, брынзу средним кубиком, чеснок растирают. Подготовленные продукты соединяют, солят, заправляют растительным маслом. Укладывают в салатник горкой, украшают маслинами, лимоном, зеленью.

¹ Масса вареных бобов.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ

Карп фаршированный

	Брутто	Нетто
Карп	248	156
Шампиньоны	72	55
Яйца	1/2	20
Масло сливочное	13	13
Сметана	63	63
Сухари	31	31
Черный молотый перец	1	1
Зелень петрушки	8	7
Лимон	16	14
Соль (по вкусу)		
Выход		125/175

Свежие шампиньоны перебрать, если нужно, почистить, тщательно промыть под холодной проточной водой, нарезать тонкими ломтиками вдоль волокон. Сложить грибы в посуду с толстым дном, добавить соль, перец, влить небольшое количество воды и протушить на медленном огне под закрытой крышкой. Белки яиц взбить, смешать с желтками, растертыми со сливочным маслом, сухарями, солью, добавить тушеные шампиньоны и перемешать. Подготовленного и выпотрошенного карпа промыть, обсушить и натереть снаружи и внутри смесью из соли и перца. Заполнить грибным фаршем брюшко карпа и зашить отверстие, на противень налить немного воды, уложить карпа, посыпать измельченной зеленью петрушки и сбрызнуть растопленным сливочным маслом. Поставить в жарочный шкаф (разогретый) и запекать при слабом нагреве 40 - 45 минут, периодически поливая рыбу соком с противня. За 10 минут до конца запекания залить карпа сметаной. Подавать горячим с большим количеством зелени и ломтиками лимона.

Палтус, запеченный с овощами

	Брутто	Нетто
Палтус	250	156
Масса готовой рыбы	-	125
Репчатый лук	83	68
Морковь	83	68
Помидоры	59	50
Зеленый горошек консерв.	77	50
Масло сливочное	60	60
Сыр	37	36
Черный молотый перец	1	1
Зелень петрушки	4	3
Соль по вкусу		
Выход	-	420

Подготовленного палтуса тщательно промыть под холодной проточной водой, отделить филе от кости, натереть его солью, черным молотым перцем, поставить в холодное место на 20 минут. Морковь почистить, вымыть и нарезать тонкой соломкой, репчатый лук - тонкими полукольцами. Консервированный зеленый горошек отцедить от жидкости. В сотейнике разогреть половину сливочного масла, положить морковь и лук, добавить немного воды, посолить и тушить до полуготовности, овощи переложить в другую посуду. В сотейник поместить филе палтуса, сверху положить лук с морковью, нарезанные кружочками помидоры, зеленый горошек, соль, черный молотый перец, влить оставшееся сливочное масло, посыпать тертым сыром и поставить в разогретый жарочный шкаф. Запечь до полной готовности при температуре 160 - 180°C, подавать горячим, украсив мелко нарезанной зеленью петрушки.

Тунец, запеченный в духовке

	Брутто	Нетто
Тунец	622	308
Масло оливковое	120	120
Оливки консервированные	25	25
Соль, черный молотый перец (по вкусу)		
Выход		250/25

Почищенного и разделанного тунца тщательно промыть под холодной проточной водой, нарезать косыми ломтиками. В небольшом глубоком противне разогреть немного масла. Ломтики рыбы натереть солью и черным молотым перцем, смазать маслом и уложить на противень. Запекать в разогретой духовке 30 - 40 минут при 180°C, периодически поливая рыбу образующимся бульоном с противня. Консервированные оливки без косточек нарезать тонкой соломкой. Готового тунца вынуть из духовки, переложить на подогретое блюдо и украсить нарезанными оливками. Подавать горячим.

Камбала в горшочке

	Брутто	Нетто
Камбала	250	160
Репчатый лук	41,5	34
Фасоль	111	110
Огурцы соленые	36	30
Томат-паста	15	15
Сливы	27	27
Масло растительное	17	17
Зеленый лук	50	40
Черный молотый перец	1	1
Масса готовой рыбы		130
Рыбный бульон или вода	100	100
Соль (по вкусу)		
Выход	-	400

Фасоль замочить на ночь в холодной воде, промыть, залить водой, отварить на слабом огне до полуготовности, откинуть на дуршлаг, чтобы стекла жидкость. Подготовленную камбалу тщательно промыть под холодной проточной водой, обсушить, отделить филе от костей, нарезать небольшими кубиками. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать тонкими полукольцами, обжарить до золотистого цвета. Соленые огурцы нарезать тонкими ломтиками. В керамический горшочек положить фасоль, жареный лук, черный молотый перец и влить рыбный бульон. Тушить на медленном огне, пока фасоль не станет мягкой. Добавить рыбное филе, ломтики соленого огурца, томатную пасту, соль, сливки и тушить под закрытой крышкой до полной готовности рыбы. Готовое блюдо посыпать мелконарезанным зеленым луком и подавать к столу горячим.

Камбала жареная с грибами

	Брутто	Нетто
Камбала	250	160
Репчатый лук	83	68
Шампиньоны	72	55
Мука пшеничная	8	8
Масло растительное	15	15
Масло сливочное	5	5
Маргарин	15	15
Черный молотый перец	1	1
Помидоры	125	106
Соль (по вкусу)		
Выход	-	125/100 225

Подготовленную камбалу промыть, обсушить кулинарными салфетками, нарезать крупными порционными кусками. Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать тонкими полукольцами. Куски камбалы солят, перчат, панируют в муке, жарят с обеих сторон на сковороде с хорошо разогретым жиром до образования румяной корочки. На этом же жире жарят репчатый лук. Свежие шампиньоны перебрать (если нужно, очистить), хорошо промыть, мелко нарезать и обжарить на маргарине со всех сторон. Помидоры вымыть, нарезать кружочками и обжарить с обеих сторон. Смешать лук и шампиньоны, добавить растопленное сливочное масло, перемешать. Куски камбалы разложить на подогретое блюдо, сверху уложить грибную массу и поджаренные помидоры и подать горячей.

Кальмары, запеченные с картофелем

	Брутто	Нетто
Картофель молодой	192	153
Кальмары (филе)	154	139
Лимонный сок	14	14
Репчатый лук	25	21
Сухари	8	8
Масло сливочное	27	27
Черный молотый перец	1	1
Сметана	40	40
Соль по вкусу		
Выход	-	250/40

Филе кальмаров опускают на 3 - 4 минуты в горячую воду температурой 60 - 65°C (соотношение воды и кальмаров 3:1) и удаляют травянистой щеткой пленку. Филе кальмаров промывают в воде 2-3 раза, опускают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг кальмаров - 2 л воды, 20 - 40 г соли, варят 5 минут). Промыть в холодной воде, натереть солью, обдать кипятком, нарезать соломкой, заложить в кастрюлю, залить водой, отварить до полной готовности и откинуть на дуршлаг. Молодой картофель очистить, отварить в подсоленной воде и приготовить картофельное пюре. Репчатый лук очистить, вымыть и мелко нарезать. Вареных кальмаров пропустить через мясорубку, смешать с луком, заправить солью, перцем, разогреть в сковороде сливочное масло и обжарить на нем полученную массу. Глубокую сковороду или сотейник хорошо смазать жиром, выложить половину картофельного пюре, затем распределить фарш из кальмаров, накрыть его оставшимся картофельным пюре. Запеканку посыпать сухарями, сбрызнуть растопленным маслом и поставить в разогретый жарочный шкаф. Запечь до золотистой корочки. Подают горячим с большим количеством сметаны.

Креветки в кляре

	Брутто	Нетто
Креветки	167	167
Масса отв. раздел, креветок		40
Масло растительное	20	20
Яйца	1/2	20
Крахмал	12	12
Орешки пиниевые	11	11
Чеснок	5	4
Зелень петрушки	8	7
Сметана	8	8
Черный молотый перец	1	1
Гарнир рис прип.		150
Соль (по вкусу)		
Выход	-	250

Креветки отварить в подсоленной воде 5-7 минут, а затем очистить: удалить панцири, головки, усики, внутренности. На разогретой сухой сковороде обжарить пиниевые орешки, охладить их и растолочь. Отделить яичные белки от желтков. Приготовить приправу: петрушку мелко нарезать, чеснок измельчить, растереть, смешать, добавить сметану, желток, перец, орешки; посолить и перемешать. Перед самым жареньем креветок влить в белки немного воды и взбить до образования устойчивой пены. Добавить в них половину крахмала и снова взбить. Обвалить мясо креветок в оставшемся крахмале, обмакнуть в белковую пену и обжарить в растительном масле на сильном огне. Приправой можно полить выложенные горкой креветки перед подачей или подать ее отдельно. На гарнир рис припущенный.

СУПЫ

Суп лимонный с зеленым горошком

		Брутто	Нетто
Рис	75	15	15
Лимонный сок	72	8	8
Яйца	5 шт 200	1/2	20
Соль	10	3	3
Зелень укропа	30	4	3,5
Зеленый горошек консерв.	125	47	30
Белый перец	3	1	1
Бульон куриный	2,5	250	250
Выход	-		300

У консервированного зеленого горошка отцедить жидкость. Рис промыть несколько раз в теплой воде и дать стечь. Куриный бульон довести до кипения и всыпать в него промытый рис. Накрыть крышкой и варить, помешивая, на слабом огне почти до готовности. В это время взбить яйца до образования густой пены, постепенно добавляя лимонный сок. В лимонно-яичную смесь медленно подмешать полторы чашки кипящего бульона. Суп сдвинуть на край плиты, влить полученную смесь, непрерывно размешивая, добавить зеленый горошек, соль, белый перец, измельченную зелень укропа, нагреть, не доводя до кипения. Готовый суп накрыть крышкой и дать постоять 5-7 минут.

Суп из стручков фасоли

	Брутто	Нетто
Стручки зеленой фасоли	151	136
Масло оливковое	15	15
Зеленый лук	30	24
Мука пшеничная	8	8
Чеснок	3,4	3
Черный молотый перец	1	1
Лимонный сок	18	18
Зелень укропа	15	14
Соль по вкусу		
Выход	-	300

Стручки зеленой фасоли очистить от жестких продольных жилок, хорошо промыть под холодной проточной водой, нарезать ромбиками, опустить в подсоленную воду, варить при медленном кипении до мягкости. Зеленый лук вымыть, мелко нарезать и обжарить на разогретом оливковом масле. Добавить просеянную пшеничную муку и еще обжарить 2-3 минуты. Приправить черным молотым перцем и добавить в кипящий суп. Варить 7 - 10 минут, снять с плиты. Готовый суп заправить лимонным соком, толченым чесноком, посыпать измельченной зеленью укропа. Подавать горячим.

БЛЮДА ИЗ МЯСА Говядина «Стифадо»

	Брутто	Нетто
Говядина (лопатка)	227	167
Мука пшеничная	10	10
Масло сливочное	11	11
Масло растительное	34	34
Вино красное десертное	27	27
Чеснок	4	3
Лук репчатый	71	60
Лавровый лист	0,4	0,4
Томат-паста	6	6
Гвоздика	0,3	0,3
Зелень кинзы	4	3
Соль, перец черный молотый (по вкусу)		
Масса тушеного мяса		100
Соус		100
Выход	-	200

Говядину помыть, зачистить от пленок и сухожилий, обсушить, нарезать небольшими кусочками. В отдельной посуде смешать муку, соль, перец, кусочки мяса запанировать в этой смеси. В глубокой сковороде разогреть растительное масло и обжарить в нем мясо, влить туда же красное десертное вино, 3,5 - 4 стакана горячей воды, добавить растертый чеснок, лавровый лист. Все перемешать и тушить под закрытой крышкой на медленном огне до тех пор, пока мясо не станет мягким. Очищенный и вымытый лук разрезать на 6-8 частей каждый и обжарить на сливочном масле до золотистого цвета. Снять с огня, положить томат, гвоздику, 0,5 стакана горячей воды и добавить эту смесь к мясу. Тушить его еще в течение 40 минут. Готовую говядину «Стифадо» переложить в глубокое блюдо и украсить измельченной зеленью кинзы.

ГАРНИРЫ

Рис с помидорами

	Брутто	Нетто
Рис	345	345
Помидоры	374	318
Чеснок	5	4
Масло растительное	68	68
Лимонный сок	36	36
Лук репчатый	80	67
Перец красный молотый	3	3
Соль (по вкусу)		
Выход	-	1000

Репчатый лук очистить, вымыть, нарезать тонкими полукольцами. Чеснок очистить и растереть. Вымытые помидоры ошпарить, снять кожицу и протереть через сито. Рис несколько раз промыть в теплой воде. В эмалированной кастрюле разогреть растительное масло и обжарить на нем репчатый лук вместе с чесноком. Добавить протертые помидоры, довести до кипения, прокипятить 2-3 минуты, влить в полученный соус 3 стакана горячей воды, когда закипит, всыпать промытый рис, добавить соль, красный молотый перец, все тщательно перемешать. Варить под закрытой крышкой 15-20 минут при слабом кипении. Готовый рис выложить на подогретое блюдо, полить лимонным соком.

Стручковая фасоль с капустой и яйцами

	Брутто	Нетто
Стручки зеленой фасоли	500	450
Белокочанная капуста	500	400
Яйца	4 шт.	160
Томатный сок	125	125
Маргарин	100	100
Зелень укропа	51	50
Карри	4	4
Тимьян	4	4
Соль по вкусу		
Выход		1000

Стручки зеленой фасоли промыть, удалить жесткие продольные жилки, нарезать соломкой. Капусту вымыть, мелко нарезать. Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить и мелко нарезать. Фасоль и капусту по отдельности опустить в кипящую подсоленную воду, отварить до мягкости при медленном кипении, откинуть на дуршлаг. В глубокой сковороде растопить маргарин и обжарить отварные фасоль и капусту, влить томатный сок, добавить карри, тимьян, протушить. При отпуске посыпать измельченными яйцами и зеленью.

МУЧНЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Греческие пирожки

	Брутто	Нетто
Для теста:		
Мука пшеничная	3200	3200
Апельсиновый сок	1760	1700
Масло сливочное	260	260
Сода	60	60
Для начинки:		
Миндаль молотый	3200	3200
Пудра сахарная	380	380
Мед	300	300
Корица	80	80
Пудра сахарная для подсыпки	300	300
Выход	-	100 шт. по 100 г.

В посуду просеять муку, добавить растопленное сливочное масло, соду, апельсиновый сок и замесить тесто. Раскатать его в пласт толщиной 0,5 - 0,7 см, вырезать из него кружочки.

Приготовить начинку: тщательно смешать крупно молотые ядра миндаля, сахарную пудру, мед и корицу. На каждый кружочек теста положить по одной ложке начинки. Края теста смочить водой и сформировать пирожки в виде полумесяца. Противень смазать маслом, уложить на него пирожки и выпекать в жарочном шкафу (180-200°C) до золотистого цвета. Готовые пирожки остудить слегка и посыпать сахарной пудрой.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ГОЛЛАНДСКО-ФИЛИППИНСКО-УКРАИНСКОГО ЭКИПАЖА

Завтрак - постоянный: колбаса, бекон, сыр, йогурты, масло сливочное, вафли, печенье, чай, кофе. По желанию горячие закуски из яиц, всевозможные омлеты, яичницы, сосиски, колбаса жареная, макароны, рис с овощами, с грибами.

Первый день

Обед:

Коктейль из креветок со свежими овощами под соусом, лимон
Куриный бульон с вермишелью
Бифштекс натуральный, картофель жареный, фасоль стручковая отварная (спаржа отварная)
Апельсины, фаршированные мороженым
Кофе

Ужин:

Горячие и холодные закуски в офицерском баре: шашлык, креветки, сосиски жареные, орешки, чипсы, сырное ассорти из трех видов, ветчина
Пиво, вино, вода, кофе, чай - на выбор

Второй день

Обед:

Суп-пюре из цветной капусты с курицей
Омлет со свежими овощами.
Нарезка: сыр, колбаса
Кофе, чай

Ужин:

Барбекю: мясо жареное различных видов
Рыба, овощи
Пиво, вино, кофе, чай, минеральные воды

Третий день

Обед:

Салат из свежих овощей
Суп из овощей со сметаной
Бефстроганов, рис, фасоль, овощи
Ветчина, сыр
Булочка
Бананы
Кофе, чай

Ужин:

Суп гороховый с курицей
Грудинка жареная под грибным соусом, картофель отварной, морская капуста отварная
Клубника
Кофе, чай

Четвертый день

Обед:

Нарезка: колбаса, сыр

Суп грибной, сардельки жареные на гренках с овощами

Бананы

Кофе, чай

Ужин:

Салат из свежих овощей

Борщ с капустой и картофелем

Котлета натуральная из свинины с косточкой, картофель отварной, спаржа отварная

Кофе, коньяк

Пятый день

Обед:

Салат из свежих помидоров и огурцов

Суп из цветной капусты

Мясо тушеное с овощами, фасолью

Колбаса, сыр

Булочка

Кофе, коньяк, чай

Ужин:

Салат из свежих овощей

Осетрина запеченная, картофель по-домашнему, отварные овощи, грибы, лимон

Йогурт с клубникой

Кофе, чай

Шестой день

Обед:

Суп из овощей с говядиной

Мясо тушеное, рис или картофель отварной, фасоль под соусом

Мелко нарезанные маринованные огурцы, лук

Виноград

Вино, кофе, чай

Ужин:

Салат из свежих овощей

Омлет, фаршированный рисом с курицей

Уха

Колбаса, сыр

Апельсины

Кофе, чай, коньяк

Седьмой день

Обед:

Салат из свежих овощей
Борщ зеленый
Горячие бутерброды с бужениной, омлетом
Колбаса, сыр
Кофе

Ужин:

Суп томатный
Стейк, отварная цветная капуста под майонезом, картофель отварной
Пудинг творожный
Кофе, чай, коньяк

Восьмой день

Обед:

Суп-пюре из фасоли
Мясо с овощами и макаронными изделиями
Колбаса, сыр
Апельсины
Кофе

Ужин:

Салат из свежих овощей
Суп-гуляш
Антрекот
Картофель по-домашнему, отварная цветная капуста под майонезом
Омлет, фаршированный рисом с курицей
Йогурт
Кофе, чай

Девятый день

Обед:

Салат из свежих овощей
Бульон куриный с вермишелью
Семга жареная на тосте с лимоном
Стейк, обильно посыпанный специями
Картофель по-домашнему
Апельсины
Мороженое
Кофе

Ужин

Холодные и горячие закуски в баре: сосиски, окорок, отбивная в кляре
Орешки и чипсы
Пиво, вино, чай, кофе

РАЗДЕЛ 4. **Рецептуры блюд и кулинарных изделий**

4.1. ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ

Холодные блюда и закуски готовят из различных гастрономических, рыбных, мясных и молочных продуктов, птицы, а также свежих, квашеных, соленых и маринованных овощей, плодов и ягод, соленых грибов, яиц. В состав многих холодных блюд и закусок входят острые заправки из растительного масла, уксуса, горчицы, специй, а также соусы. Содержащиеся в продуктах ароматические, красящие вещества, органические кислоты способствуют возбуждению аппетита, более полному перевариванию и лучшему усвоению принимаемой пищи. Оформляют салаты, винегреты, блюда из рыбы, мяса и мясных продуктов продуктами, входящими в рецептуру.

САЛАТЫ И ВИНЕГРЕТЫ

Салаты и винегреты готовят из различных овощей, зелени, грибов, в некоторые из них добавляют также мясные, рыбные продукты, птицу, дичь в отварном, припущенном, жареном или консервированном виде.

Овощные салаты и винегреты используются не только как самостоятельные блюда, но и как гарниры к мясным и рыбным изделиям.

Большинство рецептов на салаты и винегреты составлено на выход 1 кг. Это дает возможность выбрать наиболее приемлемую массу порции с учетом спроса потребителей и местных условий.

Наиболее целесообразной нормой отпуска салатов и винегретов является 100-150 г на порцию, однако эта норма может быть изменена (увеличена или уменьшена).

Обработка всех используемых продуктов должна производиться в строгом соответствии с установленными санитарными правилами. Картофель, овощи сортируют, моют. Картофель, свеклу, морковь для салатов и винегретов варят в кожице, а затем очищают.

Картофель и корнеплоды можно варить в воде и на пару. При варке в воде картофель и овощи погружают в кипяток; в этом случае лучше сохраняются витамины. Чтобы картофель не разваривался, его варят при слабом кипении до полуготовности, затем сливают почти всю воду и доваривают на пару при закрытой крышке.

На пару картофель и овощи варят в пароварочном шкафу. Для этого овощи в перфорированных емкостях (противнях) загружают в варочную камеру электрического пароварочного аппарата.

При наличии на предприятиях пароварочного оборудования для улучшения санитарного состояния и качества салатов, винегретов и других холодных блюд картофель отваривают на пару очищенным.

Морковь и свеклу очищают, нарезают и припускают в небольшом количестве воды до готовности. Морковь, используемую для приготовления блюд в сыром виде, моют, очищают от кожицы, промывают и нарезают. Очищенную и нарезанную свеклу припускают с добавлением уксуса для сохранения окраски.

Перец сладкий перед использованием промывают, затем прорежают мякоть вокруг стебля и удаляют его вместе с семенами. Перец, предназначенный для салатов, ошпаривают и тонко нарезают.

Салат, лук зеленый, зелень петрушки, укроп и т.п. перебирают, удаляют посторонние примеси, загнившие листья и промывают в большом количестве воды.

Репчатый лук очищают, срезая у луковицы донце и шейку, удаляют сухие листья, затем нарезают его кольцами, полукольцами или шинкуют.

Белокочанную и краснокочанную капусту после удаления верхних загрязненных и загнивших листьев моют, разрезают на две или четыре части, вырезают кочерыгу и измельчают. Квашеную капусту перебирают, крупные куски дополнительно измельчают. Если капуста очень кислая, ее промывают в холодной воде и отжимают.

Соцветия цветной капусты освобождают от листьев, зачищают поврежденные места и кладут в подсоленную воду на 15-20 мин. Большие соцветия цветной капусты делят на 2-4 части. Варят ее в кипящей подсоленной воде.

Свежие и соленые огурцы промывают, а огурцы с огрубевшей кожей очищают. Для некоторых блюд соленые огурцы очищают от кожицы и семян. Подготовленные огурцы нарезают кружочками, ломтиками, кубиками и т.д.

Парниковые и ранние огурцы от кожицы не очищают, в этом случае соответственно уменьшают их закладку.

Спаржу очищают от кожицы, промывают, связывают в пучки и варят в подсоленной воде; охлаждают в той же воде. Для салатов спаржу нарезают брусочками по 1-2 см.

Помидоры свежие промывают, вырезают место прикрепления плодоножки и нарезают на кружочки, ломтики или подают целыми. Соленые помидоры промывают и нарезают на ломтики.

У редиса отрезают остатки ботвы и корни, промывают, нарезают ломтиками или подают целым.

	Салат зеленый			
	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Салат	1056	760	1125	810
Сметана или заправка для салата	250	250	200	200
Выход	-	1000	-	1000

Подготовленный салат нарезают. Перед отпуском его поливают сметаной или салатной заправкой. Можно заменить салатную заправку растительным маслом. На порцию салата можно добавить яйцо - 1/2-1/4 шт., соответственно увеличив выход блюда.

	Заправка для салата			
	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Масло растительное	500	500	350	350
Уксус 3%-ный	500	500	650	650
Сахар	40	40	45	45
Перец черный молотый	2	2	2	2
Соль	20	20	20	20
Выход	-	1000	-	1000

Охлажденное растительное масло, уксус, сахар, соль, черный молотый перец соединяют и взбалтывают перед заправкой салата из овощей.

	Салат зеленый с огурцами			
	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Салат	535	385	569	410
Огурцы свежие ¹	469	375	500	400
Сметана или заправка для салатов	250	250	250	250
Выход	-	1000	-	1000

Подготовленный салат нарезают. При отпуске на салат кладут нарезанные кружочками свежие огурцы и поливают сметаной или салатной заправкой.

¹ Здесь и далее в рецептурах норма закладки дана на огурцы, очищенные от кожицы.

Салат зеленый с огурцами и помидорами

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Салат	361	260	361	260
Огурцы свежие	313	250	375	300
Помидоры свежие	294	250	294	250
Сметана или заправка	250	250	200	200
<u>для салатов</u>				
Выход	-	1000	-	1000

Подготовленный салат нарезают на крупные части, помидоры и огурцы - ломтиками. При отпуске на салат укладывают нарезанные огурцы и помидоры и поливают сметаной или салатной заправкой.

Салат из свежих помидоров и огурцов

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Помидоры свежие	482	410	482	410
Огурцы свежие	313	250	375	300
Лук зеленый	125	100	125	100
или лук репчатый	119	100	119	100
Сметана или заправка	250	250	200	200
<u>для салатов</u>				
Выход	-	1000	-	1000

Подготовленные помидоры и огурцы режут тонкими ломтиками, лук репчатый - кольцами, а зеленый лук шинкуют. Помидоры и огурцы укладывают вперемежку и посыпают луком. Перед отпуском салат поливают сметаной или заправкой.

Салат можно отпускать без сметаны и заправки или без лука, соответственно уменьшив выход.

Салат из свежих помидоров и яблок

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Помидоры свежие	482	410	512	435
Яблоки свежие	400	280	500	350
Салат	167	120	104	75
Заправка для салата	200	200	150	150
<u>для салатов</u>				
Выход	-	1000	-	1000

Помидоры и очищенные яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают ломтиками. Салат мелко нарезают. Мелко нарезанный зеленый салат укладывают горкой, а вокруг кладут помидоры и яблоки.

Перед подачей салат поливают заправкой. Салат можно заправлять сметаной.

Салат из свежих помидоров со сладким перцем

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Помидоры свежие	365	310	600	510
Лук зеленый	-	-	125	100
Лук репчатый	119	100	-	-
Перец сладкий	257	200	267	200
Огурцы свежие	250	200	-	-
или огурцы соленые	250	200	-	-
Заправка для салатов	200	200	200	200
или майонез	200	200	-	-
Выход	-	1000	-	1000

Помидоры, огурцы режут тонкими ломтиками, перец - соломкой, лук шинкуют. Овощи смешивают, поправляют заправкой или майонезом. Салат можно отпускать с яйцом (1/2-1/4 шт. на порцию).

Салат «Весна»

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Салат	292	210	292	210
Редис красный обрезной	215	200	215	200
Огурцы свежие	188	150	250	200
Лук зеленый	188	150	125	100
Яйца	2 1/2 шт.	100	2 1/2 шт.	100
Сметана	200	200	200	200
Выход	-	1000	-	1000

Зеленый салат нарезают крупно, редис и огурцы - тонкими ломтиками, лук шинкуют. Овощи перемешивают. При отпуске салат поливают сметаной и оформляют яйцом.

Допускается приготовление салата без огурцов, в этом случае соответственно увеличивают норму редиса и салата. Можно использовать редис, очищенный от кожицы, увеличив соответственно его закладку.

Салат из сырых овощей

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Морковь	169	135	175	140
Редис	167	125	-	-
Сельдерей молодой (корень)	61	50	85	70
или петрушка (корень)	67	50	93	70
Помидоры свежие	206	175	271	230
Огурцы свежие	219	175	288	230
Капуста белокочанная свежая	125	100	175	140
Сметана или майонез	250	250	200	200
Выход	-	1000	-	1000

Подготовленные сырые морковь и репу, сельдерей или петрушку нарезают тонкой соломкой, свежие огурцы и помидоры - тонкими ломтиками, капусту шинкуют. Овощи перемешивают и при отпуске поливают сметаной или майонезом. В салат можно добавить нарезанный сладкий перец (10-15 г на порцию массой нетто), соответственно изменив выход порции.

Салат «Летний»

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Картофель молодой	160	128/120 ¹	186	149/140
Огурцы свежие	213	170	263	210
Помидоры свежие	188	160	235	200
Лук зеленый	150	120	169	135
Фасоль стручковая консервированная или горошек зеленый консервированный	133	80	108	65
Яйца	3 шт.	120	1 1/2 шт.	60
Сметана	240	240	200	200
Выход	-	1000	-	1000

Молодой картофель очищают, отваривают. Подготовленные овощи нарезают: картофель, огурцы - ломтиками, помидоры - дольками, фасоль - ромбиками. Зеленый лук шинкуют. Картофель, овощи и фасоль или горошек консервированный перемешивают. При отпуске поливают сметаной. К сметане можно добавить соус «Южный»² в количестве 5 г на порцию, соответственно уменьшив закладку сметаны. При отпуске салат оформляют дольками яиц и посыпают зеленым луком.

Салат картофельный

	Брутто	Нетто
Картофель	1155	840 ¹
Лук зеленый или лук репчатый	213	170
Масса овощного набора	-	1000
Овощной набор	-	860
Сметана или заправка для салатов или майонез	150	150
Выход	-	1000

Очищенный вареный картофель нарезают мелкими ломтиками, смешивают с шинкованным зеленым луком или нарезанным полу-

¹ Масса варенного очищенного картофеля.

² Соус «Южный» промышленного производства.

кольцами (или шинкованным) репчатым луком. Салат заправляют сметаной или майонезом, или заправкой.

Салат картофельный с огурцами или капустой

	Брутто	Нетто
Овощной набор «Салат картофельный»	-	510
Огурцы соленые	313	250
или капуста квашеная	357	250
или огурцы соленые		
и капуста квашеная	188	150
Морковь	143	100 ¹
Сметана или майонез		
или заправка для салатов	150	150
Выход	-	1000

Соленые огурцы, очищенные от кожицы, и вареную морковь нарезают ломтиками. В овощной набор картофельного салата добавляют нарезанные соленые огурцы и морковь, или капусту квашеную и морковь, или огурцы соленые, капусту квашеную и морковь. Салат заправляют сметаной или майонезом, или заправкой.

Салат картофельный с крабами или кальмарами, или морским гребешком

	Брутто	Нетто
Овощной набор «Салат картофельный»	-	695
Крабы ²	206	125
или кальмары ³	340	306
или филе морского гребешка	345	324
Масса отварных кальмаров		
или филе морского гребешка	-	165
Сметана или майонез		
или заправка для салатов	150	150
Выход	-	1000

Крабы освобождают от пластинок. Отварные филе морского гребешка или кальмара (филе) нарезают тонкими ломтиками (часть крабов, морского гребешка и кальмаров оставляют для оформления салата). Овощной набор салата картофельного соединяют с крабами или с кальмарами, или с филе морского гребешка, заправляют сметаной или майонезом, или заправкой для салатов. При отпуске салат оформляют морепродуктами.

¹ Масса очищенной вареной моркови.

² Консервы.

³ Филе.

Салат картофельный с яблоками

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Картофель	357	260	564	410
Яблоки свежие	214	150	236	165
Сельдерей молодой (корень)	183	150	122	100
Салат	278	200	200	200
Сметана или заправка для салата	250	250	200	200
Выход	-	1000	-	1000

Яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом и вареный картофель нарезают ломтиками, сельдерей нарезают соломкой, добавляют нарезанный салат, заправляют сметаной или заправкой. Салат оформляют ломтиками яблок и листьями салата.

Салат из белокочанной капусты

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Капуста белокочанная свежая	709	567	848	678
Масса прогретой капусты	-	510	-	610
Клюква свежая	-	-	105	100
Яблоки моченые	182	100	-	-
Слива маринованная	91	50	-	-
Вишня маринованная	91	50	-	-
Лук зеленый	125	100	125	100
или морковь	125	100	125	100
Уксус 3%-ный	100	100	100	100
Сахар	50	50	50	50
Масло растительное	50	50	50	50
Выход	-	1000	-	1000

Капусту шинкуют, добавляют соль (15 г на 1 кг), уксус и нагревают при непрерывном помешивании. Не следует перегревать капусту, так как она будет слишком мягкой. Прогретую капусту охлаждают, смешивают с клюквой или нарезанными ломтиками моченых яблок, маринованными плодами, шинкованным зеленым луком или морковью, нарезанной соломкой, добавляют сахар и масло. Клюкву можно заменить свежими яблоками или сливами.

Салат из квашеной капусты

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Капуста квашеная	871	610	1157	810
Лук зеленый	125	100	125	100
или лук репчатый	119	100	119	100
Яблоки свежие	114	100	-	-
Клюква свежая	105	100	-	-
Сахар	50	50	50	50
Масло растительное	50	50	50	50
Выход	-	1000	-	1000

Квашеную капусту перебирают, крупные части измельчают. Яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают тонкими ломтиками. Клюкву перебирают. Нарезанные яблоки, клюкву смешивают с капустой, затем добавляют шинкованный лук, сахар и заправляют растительным маслом. Вместо яблок можно добавить маринованную вишню. При отсутствии клюквы ее заменяют таким же количеством капусты.

Салат витаминный

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
1-й вариант				
Яблоки свежие	199	175	227	200
Помидоры	206	175	271	230
Огурцы свежие	125	100	169	135
Морковь	94	75	125	100
Сельдерей молодой (корень)	122	100	79	65
Горошек зеленый консервированный	77	50	-	-
Вишня свежая	88	75	79	67
Лимон (для сока)	95	40	119	50
Сахар	15	15	13	13
Сметана	250	250	200	200
Выход	-	1000	-	1000

Яблоки с удаленным семенным гнездом, помидоры, огурцы нарезают ломтиками, сырые морковь и сельдерей - тонкой соломкой. У вишни удаляют косточку. Нарезанные плоды и овощи соединяют с зеленым горошком, заправляют соком лимона, сахаром и сметаной. Салат украшают нарезанными плодами и овощами.

Салат витаминный

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
2-й вариант				
Капуста белокочанная	250	200	250	200
Морковь	200	160	200	160
Лук зеленый	63	50	56	46
Яблоки свежие	273	240	273	240
Компот из плодов консервированных	160	160	160	160
Лимон (для сока)	83	35	83	35
Масло растительное	30	30	-	-
Сметана	120	120	160	160
Сахар	30	30	30	30
Мадера	10	10	-	-
Выход	-	1000	-	1000

Сырую капусту, морковь, зеленый лук, яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают и заправляют соком лимона, маслом, сиропом от консервированного компота, сахаром, вином и сметаной. Консервированные плоды режут дольками и укладывают сверху для украшения салата. Рекомендуется использовать светлоокрашенные компоты (яблоки, персики и др.).

Салат деликатесный

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Помидоры свежие	35	30	47	40
Спаржа свежая	32	23	32	23
Масса вареной спаржи	-	20	-	20
Фасоль стручковая консервированная	17	10	-	-
Горошек зеленый консервированный	15	10	23	15
Капуста цветная свежая	21	11	42	22
Масса вареной цветной капусты	-	10	-	20
Капуста брюссельская (кочанчики)	18	12	-	-
Масса вареной брюссельской капусты	-	10	-	-
Огурцы свежие	25	20	31	25
Заправка для салатов	40	40	30	30
Выход	-	150	-	150

Помидоры и огурцы нарезают тонкими ломтиками, отварную спаржу - кусочками длиной 2-3 см. Цветную и брюссельскую капусту отваривают и разбирают на мелкие соцветия и кочанчики.

Подготовленные овощи, консервированные фасоль и зеленый горошек укладывают букетами и поливают заправкой.

В салат можно добавить 20-30 г нетто соленой рыбы семейства лососевых и белорыбицы, соответственно увеличив выход.

Салат из свеклы с сыром и чесноком

	Брутто	Нетто
Свекла свежая	906	710 ¹
или свекла маринованная	-	710
Сыр	165	150 ²
или брынза	156	150
Чеснок	3,2	2,5
Майонез	150	150
Выход	-	1000

Вареную свеклу нарезают соломкой, добавляют мелко нарезанный чеснок и заправляют майонезом. Салат укладывают горкой и при отпуске посыпают сыром или брынзой, натертыми на крупной терке. Салат можно приготовить из маринованной свеклы.

Маринованная свекла

	Брутто	Нетто
Свекла	1276	1000
Соль	10	10
Перец черный горошком	0,1	0,1
Лавровый лист	0,1	0,1
Гвоздика или корица	0,1	0,1
Уксус 3%-ный	-	350
Масса маринада	-	500
Сахар	15	15
Выход	-	1000

Охлажденную, очищенную свеклу нарезают кубиками, брусочками, ломтиками или соломкой, заливают горячим маринадом и маринуют 3-4 часа при температуре 0 - 4°C. Затем маринад сливают, а свеклу заправляют сахаром. Слитый маринад можно использовать для заправки борщей и для маринования.

Маринад. В горячую воду кладут перец, гвоздику, соль, корицу, лавровый лист, доводят до кипения, настаивают 4-5 ч., добавляют уксус и процеживают. В маринад можно добавить тмин (0,1 г). Для маринования можно использовать нарезанную припущенную или печеную свеклу. Маринованную свеклу используют для салатов, борщей или в качестве гарнира к мясным, рыбным и другим блюдам.

¹ Масса вареной очищенной свеклы.

² Масса тертого сыра и брынзы.

**Салат из моркови или из моркови с яблоками,
или финиками, или черносливом**

	II	
	Брутто	Нетто
Морковь	813	650
Яблоки свежие или финики	227	200
или чернослив ¹	200	200
Сметана	267	200
Сахар	150	150
Сахар	20	20
Выход	-	1000

Сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают тонкими ломтиками, чернослив или финики - кусочками. Чернослив предварительно замачивают (20-30 мин) в горячей воде, удаляют косточки. Морковь соединяют с яблоками или финиками, или черносливом, добавляют сахар, выкладывают горкой и поливают сметаной.

Салат рыбный деликатесный

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Осетр	92	55	68	41
или севрюга	86	55	64	41
или окунь морской ²	74	49	56	37
Масса отварной рыбы	-	40	-	30
Картофель	14	10 ³	41	30
Огурцы свежие	19	15	31	25
Помидоры свежие	18	15	24	20
Морковь	13	10	-	-
Цветная капуста свежая	21	11	-	-
Масса вареной цветной капусты	-	10	-	-
Фасоль стручковая консервированная	17	10	-	-
или спаржа свежая	15	10 ³	-	-
Горошек зеленый консервированный	15	10	15	10
Майонез	20	20	25	25
Соус «Южный»	2	2	2	2
Заправка для салатов	-	10	-	10
Выход	-	150	-	150

¹ Норма закладки дана на чернослив без косточек.

² Нормы закладки даны на окунь морской потрошенный обезглавленный.

³ Масса вареного очищенного картофеля, моркови и спаржи.

Рыбу пластуют на звенья, ошпаривают, удаляют жучки, зачищают. Звенья промывают, перевязывают, кладут кожей вниз на вставную решетку рыбного котла, заливают холодной водой, добавляют овощи (лук репчатый, морковь), коренья (петрушку), соль, и варят в течение 30-45 мин при температуре 85-90°С; за 10 мин. до окончания варки добавляют перец и лавровый лист. Готовую рыбу охлаждают и нарезают тонкими ломтиками.

Картофель, морковь, цветную капусту и спаржу отваривают. Цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, спаржу нарезают на кусочки в 2-3 см. Вареные картофель и морковь, огурцы, помидоры нарезают тонкими ломтиками, фасоль - дольками.

Нарезанные овощи смешивают с консервированными фасолью и зеленым горошком, добавляют рыбу, заправляют майонезом с соусом «Южный», оформляют ломтиками рыбы и помидоров, поливают заправкой.

Для украшения можно использовать консервированные крабы в количестве 5-10 г массой нетто на порцию. Выход блюда соответственно увеличивается. При отсутствии соуса «Южный» увеличивают количество майонеза.

Салат мясной

	Брутто	Нетто
Говядина	65	48
или баранина	66	47
или свинина	59	50
или телятина	71	47
или язык говяжий	51	51
Масса отварных мясных продуктов	-	30
Картофель	55	40
Огурцы свежие или соленые	38	30
Яйца	3/8 шт.	15
Крабы ¹	6	5
Майонез	30	30
Соус «Южный»	8	8
Выход	-	150

Вареные мясные продукты, картофель и свежие или соленые огурцы режут тонкими ломтиками, заправляют частью майонеза с добавлением соуса «Южный»; выкладывают горкой, оформляют яйцом, кусочками вареного мяса, крабами или салатом зеленым и оставшимся майонезом. Соус «Южный» можно заменить таким же количеством майонеза. Вместо крабов можно использовать раковые шейки в том же количестве. Салат можно отпускать без крабов, соответственно уменьшив выход.

¹ Консервы.

Салат столичный

	I и II	
	Брутто	Нетто
Курица	152	105
или индейка	129	95
или фазан	112	74
или рябчик	112	74
или куропатка серая	112	74
или тетерев	116	74
Масса вареной мякоти птицы и дичи	-	40
Картофель	27	20 ¹
Огурцы соленые или свежие	25	20
Салат	14	10
Крабы ²	6	5
Яйца	3/8 шт.	15
Майонез	45	45
Выход	-	150

Для салата используют отварную мякоть птицы или дичи без кожи. Половину мякоти мелко режут, а остальную часть используют для украшения.

Салат готовят и оформляют так же, как салат мясной. Вместо крабов можно использовать раковые шейки. Салат можно отпускать без крабов, соответственно уменьшив выход.

Винегрет овощной

	Брутто	Нетто
Картофель	289	210
Свекла	191	150
Морковь	126	100
Огурцы соленые ³	188	150
Капуста квашеная	214	150
Лук зеленый	188	150
или лук репчатый	179	150
Заправка для салатов		
или масло растительное	100	100
Выход	-	1000

Вареные очищенные картофель, свеклу и морковь, очищенные соленые огурцы нарезают ломтиками, капусту квашеную перебирают, отжимают и шинкуют. Зеленый лук нарезают длиной 1-1,5 см, а репчатый - полукольцами. Подготовленные овощи соединяют, добавляют заправку или масло растительное, перемешивают.

¹ Масса вареного очищенного картофеля.

² Консервы.

³ Огурцы соленые можно заменить капустой квашеной, и наоборот.

В винегрет можно добавлять от 50 до 100 г зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов или квашеной капусты.

	Винегрет с сельдью			
	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Масса винегрета овощного	-	150	-	115
Сельдь	104	50	73	35
Выход	-	200	-	150

Винегрет раскладывают на порции, сверху кладут разделанную на филе сельдь, нарезанную наискось тонкими кусочками.

	Винегрет с кальмарами или морской капустой	
	Брутто	Нетто
Масса винегрета овощного	-	120
Кальмар (филе)	62	56
или кальмар (тушка)	79	61
или капуста морская сушеная	5	5
Масса отварных кальмаров или капусты морской		30
Выход	-	150

Вареные кальмары нарезают соломкой поперек волокон. В готовый винегрет добавляют нарезанные кальмары или отварную капусту морскую, нарезанную соломкой, и перемешивают.

	Яйца под майонезом с гарниром	
	I	II
	Брутто	Нетто
Яйца	1 шт.	40
Картофель	21	15 ¹
Морковь	13	10 ¹
Огурцы соленые	13	10
Помидоры свежие	18	15
Горошек зеленый консервированный	15	10
Масса гарнира	-	60
Желе мясное или рыбное	-	10
Майонез	40	40
Соус «Южный»	4	4
Выход	-	150

Подготовленные овощи нарезают тонкими ломтиками, заправляют частью майонеза (13-20 г) и соусом «Южный». Заправленные овощи раскладывают на порции, сверху помещают половинки вареных яиц и

¹ Масса вареного очищенного картофеля, моркови.

заливают их оставшимся майонезом. При отпуске блюдо оформляют рубленым желе и овощами. Блюдо можно отпускать без желе или без гарнира, соответственно уменьшив выход. Соус «Южный» можно заменить майонезом.

Желе мясное или рыбное

	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
	1-й вариант		2-й вариант	
Кости пищевые (говяжьи)	1000	1000	-	-
или пищевые рыбные отходы	1000	1000	-	-
или кожа свиная	-	-	600	600
Масса бульона	-	1000	-	1000
Желатин	40	40	-	-
Морковь	25	20	25	20
Лук репчатый	24	20	24	20
Петрушка (корень)	13	10	13	10
или сельдерей (корень)	15	10	15	10
Уксус 9%-ный	15	15	50	50
Яйца (белки)	3 шт.	72	3 шт.	72
Лавровый лист	0,3	0,3	0,3	0,3
Гвоздика	-	-	0,5	0,5
Перец черный горошком	-	-	0,5	0,5
Выход	-	1000	-	1000

Варят бульон с добавлением кореньев. В готовый горячий процеженный и обезжиренный бульон кладут предварительно набухший в холодной воде желатин и размешивают до полного растворения. Затем добавляют соль, лавровый лист, перец черный горошком, гвоздику, уксус и вводят половину нормы яичных белков, тщательно смешанным с пятикратным количеством холодного бульона (оттяжка). Все это размешивают, доводят до кипения, добавляют остальные белки и вновь доводят до кипения. Готовое желе процеживают.

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

Баклажаны тушеные с помидорами

	Брутто	Нетто
Баклажаны свежие	712	676
Масса жареных баклажанов	-	500
Помидоры свежие	560	476
Масса жареных помидоров	-	300
Масло растительное	75	75
Соус «Южный» или «Восточный», или «Любительский»	200	200
Чеснок	13	10
Выход	-	1000

Очищенные баклажаны, нарезанные кружочками, и свежие помидоры, нарезанные крупными дольками, слегка обжаривают по отдельности на масле. Обжаренные баклажаны заливают соусом, с добавлением воды (вода берется в количестве 15-20% к массе обжаренных баклажанов), солят и тушат 15-20 мин. В конце тушения добавляют толченый чеснок и обжаренные помидоры. Отпускают по 100-150 г на порцию.

Икра баклажанная

	Брутто	Нетто
Баклажаны свежие	1438	1050 ¹
Лук репчатый	131	110
Масло растительное	56	56
Томатное пюре	110	110
Уксус 3%-ный	32	32
Чеснок	6	5
Выход	-	1000

Промытые баклажаны с удаленной плодоножкой запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, кожицу снимают, мякоть измельчают. Шинкованный репчатый лук слегка пассеруют на растительном масле, затем добавляют томатное пюре и пассеруют еще 10-15 мин. Массу соединяют с баклажанами и тушат до загустения, заправляют толченым чесноком, уксусом, солью, перцем.

Отпускают по 75-100 г на порцию. Блюдо можно готовить без чеснока.

Икра кабачковая

	Брутто	Нетто
Кабачки свежие	1693	1354/880 ²
Лук репчатый	143	120
Томатное пюре	110	110
Масло растительное	50	50
Уксус 3%-ный	30	30
Выход	-	1000

Очищенные от кожицы кабачки, нарезанные кружочками, запекают в жарочном шкафу и измельчают. Пассеруют с томатом репчатый лук и тушат до готовности. В конце тушения добавляют кабачки, заправляют уксусом, солью, перцем. Отпускают по 75-100 г на порцию.

¹ Масса запеченных баклажанов.

² В графе нетто в числителе указана масса нетто, в знаменателе - масса готовых продуктов.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ, РЫБНЫХ ГАСТРОНОМИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ

Свежую рыбу для холодных блюд разделяют так же, как и для горячих вторых блюд.

Рыбу семейства осетровых варят и жарят звеньями или крупными кусками, после чего удаляют хрящи, лососевые варят порционными кусками. Рыбу с костным скелетом припускают и жарят разделанной на филе с кожей и реберными костями, или без кожи и костей, а также используют непластованную, нарезанную порционными кусками. Для холодных блюд рыбу жарят только на растительном масле.

Сельдь предусмотрена разделанная на филе-мякоть, однако можно использовать и сельдь без головы и кожи с костями, изменив соответственно закладку сельди массой брутто. Килька, хамса, салака или тюлька в рецептурах предусмотрены целиком, можно использовать рыбу без головы и внутренностей или разделанную на филе-мякоть, соответственно изменяя массу брутто.

Рыбные блюда отпускают со сложным овощным гарниром, салатами; свежими, солеными или маринованными огурцами и помидорами, а также со сладким маринованным перцем.

К большинству блюд гарниры даны в двух вариантах с учетом сезонности.

Для оформления рыбных блюд и закусок, кроме перечисленных во введении, используют маслины в количестве 5-10 г на порцию.

Сельдь с картофелем и маслом

	Брутто		Нетто	
	1-й вариант	2-й вариант	1-й вариант	2-й вариант
Сельдь	104	50	73	35
Картофель	137	103	103	77
Масса вареного картофеля	-	100	-	75
Масло сливочное или растительное	20	20	15	15
Выход	-	170	-	125

Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками. Картофель к сельди подают горячим, политым растительным маслом, или с кусочком сливочного масла

Сельдь с луком

	Брутто		Нетто	
	1-й вариант	2-й вариант	1-й вариант	2-й вариант
Сельдь	104	50	73	35
Лук репчатый	36	30	36	30
Или лук зеленый	38	30	38	30
Заправка для салатов	-	20	-	20
Выход	-	100	-	85

Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками, сверху посыпают репчатым луком, нарезанным тонкими кольцами или шинкованным зеленым луком.

Блюдо поливают заправкой для салатов. К блюду можно отпускать отварной картофель (100, 75 г), вместо заправки - полить сметаной или майонезом (20, 10 г).

Рыба под майонезом

	Брутто	Нетто
	1-й и 2-й варианты	
Осетр	160	96
или севрюга	150	96
или окунь морской ¹	130	91
Масса припущенной рыбы	-	75
Майонез	-	35
Заправка для салатов	-	15
Гарнир	-	75
Выход	-	200

Осетровую рыбу варят звеньями с кожей и хрящами. Рыбу с костным скелетом разделяют на филе с кожей, без реберных костей, и отваривают.

Охлажденную рыбу нарезают на порции. Одну треть гарнира заправляют частью майонеза. На этот гарнир помещают рыбу, вокруг которой располагают остальной гарнир. Рыбу поливают майонезом, а гарнир - заправкой.

Для оформления блюда можно использовать крабы консервированные - 5-10 г нетто на порцию. Рыбу под майонезом можно отпускать без гарнира и заправки.

Жареная рыба под маринадом

	Брутто	Нетто
	1-й и 2-й варианты	
Окунь морской ¹	127	89
или муксун	165	89
или навага дальневосточная	148	90
Мука пшеничная	5	5
Масло растительное	5	5
Масса жареной рыбы	-	75
Маринад	-	75
Лук зеленый	13	10
Выход	-	160

Рыбу разделяют на филе с кожей, без реберных костей, порционируют. Подготовленные куски рыбы обваливают в муке и жарят.

¹ Норма закладки дана на окунь морской потрошенный обезглавленный.

Жареную рыбу раскладывают на порции, заливают маринадом и посыпают нашинкованным зеленым луком. Блюдо можно отпустить и без лука.

Маринад овощной с томатом

	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Морковь	438	350	625	500
Лук репчатый	298	250	238	200
или лук порей	329	250	263	200
Петрушка (корень)	67	50		
или сельдерей (корень)	74	50		
Томатное пюре	300	300	200	200
Масло растительное	100	100	100	100
Уксус 3%-ный	300	300	300	300
Сахар	35	35	30	30
Бульон рыбный или вода	100	100	100	100
Выход	-	1000	-	1000

Овощи нарезают соломкой, пассеруют на масле растительном, затем добавляют томатное пюре и пассеруют еще 7-10 мин. После этого вводят бульон рыбный или воду, уксус, душистый перец горошком, гвоздику, корицу и кипятят 15-20 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар.

Ассорти рыбное

	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
	1-й вариант		2-й вариант	
Семга соленая	42	30	35	25
или лосось соленый (озерный, каспийский, балтийский)	46	30	38	25
Севрюга	64	41	53	34
Масса отварной севрюги	-	30	-	25
Килька	67	30	56	25
или шпроты	32	30	26	25
Икра паюсная или зернистая, или кетовая	15,3	15	10,2	10
Масса рыбных продуктов	-	105	-	85
Огурцы соленые	19	15	19	15
или корнишоны	27	15	27	15
Помидоры свежие	18	15	18	15
Морковь	19	15	19	15
Зеленый горошек консервированный	23	15	23	15
Желе	-	7	-	7
Заправка для салатов	-	8	-	8
Масса гарнира	-	75	-	75
Лимон	8	7	8	7
Выход	-	185	-	165

В состав рыбного ассорти входит не менее трех-четырёх видов рыбных продуктов. Севрюгу для ассорти зачищают от кожи и хрящей и нарезают на порции. Семгу, лосось и кильку разделяют на мякоть. В состав блюда можно вводить различную заливную рыбу, соответственно увеличив его выход.

	Желе мясное или рыбное			
	I		II	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Кости пищевые (говяжьи)	1000	1000	-	-
или пищевые рыбные отходы	1000	1000	-	-
или кожа свиная	-	-	600	600
Масса бульона	-	1000	-	1000
Желатин	40	40	-	-
Морковь	25	20	25	20
Лук репчатый	24	20	24	20
Петрушка (корень)	13	10	13	10
или сельдерей (корень)	15	10	15	10
Уксус 9%-ный	15	15	50	50
Яйца (белки)	3 шт.	72	3 шт.	72
Лавровый лист	0,3	0,3	0,3	0,3
Гвоздика	-	-	0,5	0,5
Перец черный горошком	-	-	0,5	0,5
Выход - 1000 - 1000				

Варят бульон с добавлением корней. В готовый горячий процеженный и обезжиренный бульон кладут предварительно набухший в холодной кипяченой воде желатин и размешивают до полного его растворения. Затем добавляют соль, лавровый лист, перец черный горошком, гвоздику, уксус и вводят половину нормы яичных белков, тщательно смешанных с пятикратным количеством холодного бульона (оттяжка). Все это размешивают, доводят до кипения, добавляют остальные белки и вновь доводят до кипения. Готовое желе процеживают.

	Крабы со сметаной	
	Брутто	Нетто
Крабы ¹	56	45
Огурцы свежие	56	45
или огурцы соленые	56	45
Лук зеленый	19	15
Сметана	35	35
Соус «Южный»	-	10
Выход	-	150

¹ Консервы.

Крабы освобождают от пластинок, раскладывают на порции, поливают сметаной с добавлением соуса «Южный», посыпают зеленым луком, укладывают нарезанные ломтиками огурцы.

БЛЮДА ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ГАСТРОНОМИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ

Мясо, субпродукты, птицу и дичь для холодных блюд варят и жарят так же, как и для горячих. Для варки и жаренья мяса используют те же части туши.

К холодным блюдам из мяса и мясных гастрономических продуктов вместо указанных в рецептурах гарниров можно отпускать огурцы, помидоры, маринованные и свежие плоды, салаты из свежей белокочанной и краснокочанной капусты, квашеной капусты.

Мясо или язык, или птица, или кролик отварные с гарниром

	Брутто	Нетто
	1-й и 2-й варианты	
Говядина	164	121
или свинина	147	125
или баранина	164	117
или язык говяжий	126	126
или язык бараний	143	143
или язык свиной	127	127
или курица	155	107
или индейка	140	103
или гусь	156	103
или кролик	107	102
Масса отварных продуктов из мяса и птицы	-	75
Гарнир	-	75
Соус	-	30
Выход	-	180

Мясные продукты отваривают. Вареное охлажденное мясо или язык нарезают поперек волокон тонкими ломтиками. Птицу и кролика нарубают по 2 куска на порцию (от грудной части и ножки). При отпуске кладут гарнир, а соус подают отдельно или наливают рядом с основным продуктом. Блюдо можно отпускать без соуса, соответственно уменьшив выход.

Ассорти мясное 1-й вариант				
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
	1		2	
Говядина	54	40	54	40
или телятина	59	39	59	39
Язык говяжий	42	42	42	42
или язык свиной	42	42	42	42
или язык бараний	48	48	48	48
Масса отварных мясных продуктов	-	25	-	25
Окорок копчено-вареный или вареный (со шкуркой и костями): тамбовский, воронежский	-	-	33	25
Курица	54	37	-	-
или индейка	48	35	-	-
Маргарин столовый	1,25	1,25	-	-
Масса жареной птицы	-	25	-	-
Масса мясных продуктов	-	75	-	75
Гарнир	-	75	-	50
Соус	-	25	-	15
Выход	-	175	-	140

Ассорти мясное 2-й вариант				
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
	1		2	
Язык говяжий	42	42	42	42
или язык бараний	48	48	48	48
или язык свиной	42	42	42	42
Масса отварного языка	-	25	-	25
Свинина	43	37	43	37
Жир животный топлёный пищевой	1	1	1	1
Масса жареной свинины	-	25	-	25
Колбаса вареная	-	-	21	20
Курица	54	37	-	-
Маргарин столовый	1,25	1,25	-	-
Масса жареной курицы	-	25	-	-
Масса мясных продуктов	-	75	-	70
Гарнир	-	75	-	50
Соус	-	30	-	20
Выход	-	180	-	140

Отварные, жареные мясopодуkты, свинокopчености, колбасу нарезают тонкими ломтиками, птицу нарезают на порционные куски.

Подготовленные мясopодуkты укладывают на блюдо, рядом размещают гарнир, блюдо красиво оформляют. Соус подают отдельно.

но. Кроме указанных в рецептуре продуктов, можно использовать бу- женину, карбонат, ветчинную шейку, корейку, грудинку, жареных: ин- дейку, дичь, кролика.

Заливное можно готовить без соуса и гарнира.

Курица фаршированная (галантин)
или поросенок фаршированный

	Брутто	Нетто
	1-й и 2-й варианты	
Курица	94	45
или поросенок	90	45
Свинина	27	23
Шпик	9	9
Яйца	1/4 шт.	10
Фисташки	16	8
или горошек зеленый консервированный	12	8
Молоко	35	35
Мускатный орех	0,1	0,1
Перец молотый	0,01	0,01
Масса полуфабриката	-	129
Масса фаршированной курицы или поросенка	-	75
Гарнир	-	50
Соус	-	25
Выход	-	150

На обработанной тушке курицы делают продольный надрез вдоль позвоночника и срезают целиком кожу, оставляя слой мякоти толщиной до 1 см. Из остальной мякоти приготавливают фарш. Мякоть с добавлением свинины пропускают через мясорубку два-три раза, затем через протирочную машину в несколько приемов, добавляют сы- рые яйца, молоко и взбивают. В фарш кладут нарезанный мелкими кубиками шпик, фисташки или зеленый горошек, соль, перец, мускат- ный орех и перемешивают. Полученным фаршем наполняют кожу, зашивают разрез и придают изделию форму целой тушки, завертыва- ют ее в салфетку или пергамент, перевязывают шпагатом и варят в бульоне при слабом кипении 1-1,5 ч. Готовую курицу охлаждают в бульоне, кладут под легкий пресс и ставят в холодильник для прида- ния формы.

При отпуске курицу режут по 1-2 куску на порцию, гарнируют, соус подают отдельно.

У обработанного поросенка, разрезанного вдоль туловища (по брюшку), удаляют кости. Разрез частично зашивают, через оставшее- ся отверстие наполняют поросенка фаршем, после чего отверстие зашивают. Фарш приготавливают так же, как и для курицы фарширо- ванной, но вместо мякоти кур используют мякоть поросенка. Подго- товленного поросенка завертывают в салфетку или пергамент и пере- вязывают. Варят поросенка вместе с удаленными костями 1,5-2 ч при

слабом кипении. Соль кладут в конце варки. Готового поросенка охлаждают вместе с бульоном и в дальнейшем приготавливают и отпускают, как курицу фаршированную.

	Паштет из печени			
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
	1-й вариант		2-й вариант	
Печень говяжья	1063	882/600 ¹	1240	1029/700
или печень свиная, или баранья или телячья	1002	882/600	1169	1029/700
Масло сливочное	100	100	75	75
Шпик	156	150	104	100
Лук репчатый	119	100/50	119	100/50
Морковь	93	74/50	93	74/50
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Молоко или бульон	50	50	50	50
Выход		1000		1000

Нарезанные лук, морковь поджаривают со шпиком до полуготовности, добавляют нарезанную печень, специи, все жарят и пропускают два раза через мясорубку с частой решеткой, добавляют две трети нормы размягченного сливочного масла, молоко или бульон и тщательно вымешивают. Формуют в виде батона и оформляют маслом и рубленым яйцом. Вместо масла сливочного для паштета можно использовать куриный, утиный или гусиный жир. Отпускают паштет по 30-100 г на порцию.

	Студень из говядины			
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
	1-й вариант		2-й вариант	
Говядина II категории (котлетное мясо)	858	858/376	572	572/250
Желатин	12	12	15	15
Морковь	40	32	40	32
Петрушка (корень)	32	24	-	-
Лук репчатый	40	34	40	34
Чеснок	5	4	5	4
Лавровый лист	0,2	0,2	0,2	0,2
Перец черный горошком	0,5	0,5	0,5	0,5
Выход		1000		1000

¹ В графе нетто в числителе указана масса продуктов нетто, в знаменателе - масса готового продукта.

² В графе нетто в числителе указана масса продуктов нетто, в знаменателе - масса готового продукта.

Промытое мясо, не отделяя от костей, заливают холодной водой (на 1 кг мяса 1,5-2 л воды) и варят при слабом кипении 3-5 час. За час до окончания варки кладут овощи. Сваренное мясо вынимают из бульона, освобождают от костей, мелко рубят или пропускают через мясорубку, снова соединяют с процеженным бульоном, солят (20-22 г на 1 кг студня), варят 20-25 мин, добавляют подготовленный желатин, дают еще раз прокипеть. По окончании варки добавляют растертый чеснок. Студень разливают в противни или формы и ставят на холод для застывания. Отпускают студень по 100-150 г на порцию с соусом хрен.

Студень можно готовить без чеснока. При поступлении мясных крупнокусковых полуфабрикатов мясо и кости варят отдельно.

Студень из говядины и свинины

	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
	1-й вариант		2-й вариант	
Говядина II категории (котлетное мясо)	428	428/187	287	287/125
Свинина обрезная (котлетное мясо)	374	374/187	249	249/125
Кости свиные	64	-	49	-
Желатин	12	12	15	15
Морковь	40	32	40	32
Петрушка (корень)	32	24	-	-
Лук репчатый	40	34	40	34
Чеснок	5	4	5	4
Лавровый лист	0,2	0,2	0,2	0,2
Перец черный горошком	0,5	0,5	0,5	0,5
Выход	-	1000	-	1000

Промытое мясо, не отделяя от костей, заливают холодной водой (на 1 кг мяса 1,5-2 л воды) и варят при слабом кипении 3-5 час. Кости варят 4-5 ч, говядину - 3-3,5 ч, свинину - 2-2,5 ч. За час до окончания варки кладут овощи. Сваренное мясо вынимают из бульона, освобождают от костей, мелко рубят или пропускают через мясорубку, снова соединяют с процеженным бульоном, солят (20-22 г на 1 кг студня), варят 20-25 мин, добавляют подготовленный желатин, дают еще раз прокипеть. По окончании варки добавляют растертый чеснок. Студень разливают в противни или формы и ставят на холод для застывания. Отпускают студень по 100-150 г на порцию с соусом хрен.

Студень можно готовить без чеснока. При поступлении мясных крупнокусковых полуфабрикатов мясо и кости варят отдельно.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ ХОЛОДНЫХ БЛЮД И ЗАКУСОК

Температура салатов и винегретов при подаче должна быть не выше 10-12°C, а все продукты красиво уложены. Салаты из рыбы и мяса полностью покрывают майонезом, а сверху оформляют основными продуктами. Капуста, картофель и морковь в винегретах не должны быть окрашены свеклой.

Кожу, внутренности и жабры из натуральной сельди необходимо удалять, у крупных экземпляров голову отрезать, а куски нарезать поперек или по диагонали, одинакового размера и формы.

Рубленая сельдь - это хорошо измельченная однородная масса без крупных комочков. Вкус и запах - свойственные сельди, слегка острые от молотого перца, уксуса и лука.

У заливной рыбы кости следует удалять, слой желе должен быть ровный, прозрачный, толщиной 0,5-0,7 см, края обреза гофрированы; у рыбы под маринадом маринад - белый, прозрачный.

Поверхность мясных нарезанных продуктов должна быть без изменения окраски (позеленение, темные пятна). Студень - плотный, хорошо застывший, основной продукт нарезан кубиками и равномерно распределен по всему желе.

4.2. СУПЫ

Наиболее распространенными первыми блюдами на территории стран СНГ являются заправочные супы: щи, борщи, рассольники, солянки, суп харчо, овощные супы, супы с крупами, бобовыми, мучными и макаронными изделиями.

Супы готовят вегетарианскими, на бульонах (костном, мясо-костном, рыбном, из птицы), а также на грибных, овощных, фруктовых отварах, молоке, квасе, молочнокислых продуктах (кефире, простокваше). В их состав входят разнообразные продукты - картофель, овощи, крупы, бобовые, макаронные изделия, мясные, рыбные продукты и другие.

Вкусовые и ароматические вещества супов, экстрактивные вещества, переходящие в бульон из мяса, рыбы, в отвар из грибов, органические кислоты (молочная, яблочная и др.), минеральные соли овощей и других продуктов способствуют возбуждению аппетита. Благодаря наличию гарнира (плотная часть) многие супы высококалорийны. Средняя калорийность одной порции супа - 250-300 ккал.

По способу приготовления супы разделяются на заправочные, прозрачные, пюреобразные и прочие (молочные, на фруктово-ягодных отварах, хлебном квасе, свекольном отваре). В зависимости от температуры подачи они могут быть горячими или холодными

Горячими подают заправочные, прозрачные и молочные супы. Их температура при подаче - 75°C, а супов-пюре в лечебном питании - 65°C. Холодными подают супы на хлебном квасе и на фруктово-ягодных отварах (в жаркое время года). Температура подачи холодных супов - 12-14°C. Сладкие супы в зимнее время подают горячими.

Рецептуры супов рассчитаны на выход 1000 г. Норма отпускаемой порции супов может быть 500, 400, 300 и 250 г в зависимости от спроса потребителей.

Супы по приведенным ниже рецептурам можно готовить на мясном и рыбном бульонах, на грибном отваре с различными мясными, рыбными продуктами и грибами, которые закладывают в соответствии с приведенными нормами. Выход супа в этом случае увеличивается соответственно массе заложенных продуктов.

Норма закладки продуктов на порцию супа (500 г)

Наименование	Колонка 1			Колонка 2		
	Масса продукта брутто, г	Масса продукта нетто или полуфабриката, г	Масса готового продукта, г	Масса продукта брутто, г	Масса продукта нетто или полуфабриката, г	Масса готового продукта, г
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	110	81	50	76	56	35
Бекон соленный (с костью)	60	60	50	42	42	35
Телятина (грудинка)	118	78	50	83	55	35
Баранина (лопатка, грудинка)	109	78	50	77	55	35
Свинина (лопатка, шея, грудинка)	97	83	50	68	58	35
Голова говяжья	200	200	50	140	140	35
Голова свиная без мозгов	113	111	50	80	78	35
Голова баранья (без языка и мозгов)	143	143	50	100	100	35
Телятина (крупные куски)	118	78	50	83	55	35
Почки говяжьи (мороженые)	121	104	50	85	73	35
Языки говяжьи (мороженые)	85	85	50	59	59	35
Сердце(мороженое)	98	83	50	68	58	35
Мозги (мороженые)	84	67	50	59	47	35
Вымя говяжье (охлажденное)	91	91	50	64	64	35
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями) тамбовский, воронежский	66	50	50	46	35	35
Окорок сырокопченый (со шкурой и костями), используемый в вареном виде: сибирский, тамбовский, воронежский и лопатка	77	77	50	54	54	35
Грудинка копченая, используемая в вареном виде (со шкурой, без костей)	57	57	50	40	40	35
Корейка копченая, используемая в вареном виде (со шкурой, без костей)	57	57	50	40	40	35
Сосиски (бараньи, говяжьи, молочные, русские, свиные)	51	50	50	41	40	40

1	2	3	4	5	6	7
Сардельки (говяжьи, свиные)	51	50	50	41	40	40
Шпик	52	50	50	36	35	35
Пельмени	-	92	100	-	69	75
Клецки мучные	-	58	65	-	58	65
Клецки манные	-	66	65	-	66	65
Фрикадельки мясные	-	100	75	-	67	50
Консервы ¹ : мясо тушеное (говядина, баранина, свинина) или говядина отварная в собственном соку		50	50		35	35
Макаронные изделия с мясом	-	100	100	-	75	75
Фасоль, горох или чечевица с мясом		125	125		100	100
Фасоль или горох со шпиком или свиным жиром в томатном соусе		100	100		75	75
Консервы рыбные в томатном соусе		53	50		37	35
Консервы в собственном соку (кроме крабов)		53	50		37	35
Птица или дичь						
Куры	155	107	75	104	72	50
Цыплята	139	97	75	91	64	50
Гуси	156	103	75	105	69	50
Утки	159	103	75	107	69	50
Индейки	140	103	75	94	69	50
Обработанные субпродукты птицы		125	100		94	75
Рябчик, куропатка серая (в шт.)	1/2	1/2	1/2	1/3	1/3	1/3
Куропатка белая (в шт.)	1/3	1/3	1/3	1/4	1/4	1/4
Фазан (в шт.)	1/6	1/6	1/6	1/8	1/8	1/8
Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	-	90	75	-	60	50

¹ Консервы применяют вместо говядины, свинины, баранины или рыбы.

1	2	3	4	5	6	7
Рыба ¹						
Осетр ² (звено с кожей, без хрящей ошпаренное)	109	60	50	76	42	35
Севрюга (звено с кожей, без хрящей ошпаренное)	102	60	50	71	42	35
Белуга (звено с кожей, без хрящей ошпаренное)	107	60	50	75	42	35
Стерлядь (порционные куски с кожей)	109	63	50	76	44	35
Головы рыб семейства осетровых (без жабр)	236	189	100	178	142	75
Судак (филе с кожей и реберными костями)	115	63	50	80	44	35
Сом (кроме океанического) (филе без кожи и костей)	136	61	50	96	43	35
Сом (кроме океанического) (филе с кожей и реберными костями)	185	96	75	123	64	50
Кабан-рыба (филе с кожей, без костей)	191	90	75	128	60	50
Кабан-рыба (филе с кожей и реберными костями)	170	90	75	113	60	50
Карась океанический ³ (филе с кожей и реберными костями)	150	90	75	100	60	50
Карась океанический (филе с кожей, без костей)	176	90	75	118	60	50
Зубатка пятнистая (пестрая) (филе с кожей и реберными костями)	125	90	75	83	60	50
Треска (филе с кожей и реберными костями)	118	91	75	79	61	50
Окунь морской (филе с кожей и реберными костями)	129	94	75	86	63	50

¹ Для приготовления супов могут применяться и другие виды рыб, используемые для приготовления блюд из отварной и припущенной рыбы.

² Норма закладки дана на соответствующую рыбу - с головой.

³ Норма закладки дана на соответствующую рыбу - потрошеную обезглавленную.

Использование консервов

Банки с консервами обмывают, вытирают, вскрывают, содержимое выкладывают в посуду и нагревают до кипения при закрытой крышке.

В прогретых консервах (говядина отварная, говядина, баранина, свинина тушеная) отделяют жир и бульон и вводят их в суп за 5-10 мин до окончания варки, а мясо кладут в порционную посуду при отпуске супа. Консервы с макаронными изделиями и бобовыми вводят в суп за 5-10 мин до его готовности.

Содержание мяса и жира от массы нетто консервов должно быть следующее:

№/№ п/п	Наименование консервов	Содержание мяса, не менее.%	Содержание жира, не менее,%
1.	Говядина отварная в собственном соку ГОСТ 5283-56	62,0	10,0
2.	Говядина тушеная ГОСТ 5284-56		
	а) высший сорт	46	10,5
	б) 1 сорт	54	-
	При закладке жира топленого		
	а) высший сорт	48,5	8
	б) 1 сорт	46	8
3.	Баранина тушеная ГОСТ 698-56		
	а) высший сорт	46	10,5
	б) 1 сорт	54	-
	При закладке жира топленого		
	а) высший сорт	48,5	8
	б) 1 сорт	46	8
4.	Свинина тушеная ГОСТ 697-56	49,5	9,5
5.	Макаронные изделия с мясом ГОСТ 10907-64	20	6
6.	Фасоль, горох или чечевица с мясом ГОСТ 8687-65	15	3
7.	Фасоль или горох со шпиком или свиным жиром в томатном соусе ГОСТ 17649-72		4

При использовании для приготовления супов консервов - говядина отварная, говядина, баранина и свинина тушеные - норма жира, указанная в рецептурах, может быть уменьшена на 4-10 г на 1000 г супа в зависимости от нормы вложения консервов.

Приготовление бульона

Бульоны для супов варят из пищевых костей, а также пищевых костей и мясопродуктов, птицы, костей и субпродуктов птицы, рыбы и ее пищевых отходов.

Важное значение имеет правильное дозирование количества воды при варке бульона с учетом выкипания и других производственных потерь. Расход воды на приготовление бульона в рецептурах рассчитан на оптимальный режим варки. Эти потери не являются стабильными и зависят от ряда факторов (продолжительности и режима варки, вида и емкости теплового оборудования, массы бульона и др.).

Бульоны можно готовить концентрированными. Концентрированным мясным и рыбным бульоном считается бульон, выход которого составляет 1 л из 1 кг костей, мясных продуктов или пищевых рыбных отходов. Концентрированные бульоны разводят до требуемого объема, в соответствии с нормой закладки сырья на одну порцию. Так, например, при норме 100 г костей следует брать на одну порцию 100 г мясного концентрированного бульона.

Для варки бульонов могут быть использованы бульонные кубики. В этом случае супы варят на воде без добавления соли, а кубики предварительно растворяют в небольшом количестве горячей воды и вводят в готовый суп за 15-20 мин до его отпуска. На порцию супа (500 г) расходуют по 2 кубика (8 г).

ЗАПРАВОЧНЫЕ СУПЫ

БОРЩИ

По составу используемых продуктов, способам приготовления, а соответственно и по своему вкусу, внешнему виду борщи весьма разнообразны.

Основными продуктами, определяющими специфику борщей, являются свекла и томатное пюре. Морковь, лук, петрушку, зелень кладут во все борщи.

В зависимости от вида борща в него добавляют капусту, картофель, перец сладкий, фасоль, чернослив, грибы, клецки и различные мясные продукты. Борщи можно готовить с говядиной, бараниной, свиной, гусем, со свинокоченостями (ветчиной, грудинкой, корейкой), шпиком, сосисками, сардельками.

Овощи и картофель нарезают и подготавливают для борща по-разному, в зависимости от его вида.

Свеклу для борщей подготавливают двумя способами.

Первый способ. Свеклу, нарезанную соломкой или ломтиками, ушат в толстостенной закрытой посуде с добавлением томатного юре, уксуса, жира и небольшого количества бульона или воды (15-20% к массе свеклы).

Свекла, тушенная без уксуса, быстрее доходит до готовности, но обесцвечивается, поэтому для сокращения времени приготовления и

сохранения цвета свеклы уксус и томатное пюре добавляют в нее за 10 мин до окончания тушения.

При тушении необходимо следить за интенсивностью нагрева. После доведения жидкости до кипения нагрев уменьшают, так как бурное кипение вызывает улетучивание уксуса.

Второй способ. Свеклу варят целиком, очищенную - с добавлением уксуса или неочищенную - без уксуса. В последнем случае после варки свеклу очищают от кожицы. Вареную свеклу нарезают соломкой или ломтиками, кладут в борщ одновременно с пассерованными овощами и томатным пюре.

Приготовление борща со свеклой, подготовленной по второму способу, проще; кроме того, окраска борща получается ярче и вкус нежнее. Этот способ рекомендуется для варки борща с картофелем.

Борщ с капустой и картофелем

	брутто	нетто
Свекла	200	160
Капуста свежая	100	80
или квашеная	86	60
Картофель	107	80
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	30	30
Кулинарный жир	20	20
Сахар	10	10
Уксус 3%-ный	16	16
Бульон или вода	800	800
Выход	-	1000

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, специи. При использовании квашеной капусты ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой (10 г муки на 1000 г борща).

Борщ флотский

	брутто	нетто
Кулинарный жир	16	16
Остальные продукты, как в рецептуре «Борщ с капустой и картофелем»		
Выход	-	1000
	I	II
	брутто	нетто
Свинокопчености на порцию 500 г		
бекон соленый (с костью)	60	50 ¹
или грудинка копченая (со шкурой без костей)	57	50 ¹
или корейка копченая (со шкурой без костей)	57	50 ¹

Бульон варят с добавлением свинокопченостей.

Овощи нарезают ломтиками, капусту - шашками, картофель - кубиками. В остальном борщ варят как в рецептуре «Борщ с капустой и картофелем». Вареные свинокопчености нарезают по 1-2 куску на порцию и кладут в борщ при отпуске.

Свинокопчености можно отпускать без шкуры, при этом норма вложения массой брутто соответственно увеличивается.

Борщ с фасолью

	I и II	
	брутто	нетто
Свекла	200	160
Капуста свежая	100	80
или квашеная	86	60
Фасоль	40	40
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	30	30
Кулинарный жир	20	20
Сахар	6	6
Уксус 3%-ный	16	16
Бульон или вода	800	800
Выход	-	1000

Капусту нарезают шашками, остальные овощи - ломтиками. Борщ варят обычным способом. Фасоль, предварительно сваренную, кладут в борщ за 5-10 мин до окончания его варки. В борщ можно добавить чеснок, растертый с солью (3 г нетто на 1000 г борща).

¹ Масса свинокопченостей в отварном виде.

Фрикадельки мясные

	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо)	1549	1140
или баранина	1594	1140
или свинина	1338	1140
Лук репчатый	119	100
Вода	100	100
Яйца	2 шт.	80
Масса полуфабриката	-	1340
Выход	-	1000

Мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелконарезанным луком, сырыми яйцами, водой, черным молотым перцем, солью и хорошо размешивают. Сформованные шарики массой 8-10 г припускают в бульоне до готовности.

Хранят фрикадельки на мармите в бульоне.

Борщ зеленый

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Свекла	151	118 ¹	151	118 ¹
Картофель	160	120	267	200
Фасоль	40	40	-	-
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10
Лук репчатый	24	20	24	20
или зеленый	38	30	38	30
Щавель	132	100	132	100
Шпинат	135	100	135	100
Мука пшеничная	6	6	6	6
Кулинарный жир	20	20	20	20
Сахар	6	6	6	6
Уксус 3%-ный	10	10	10	10
Яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Бульон или вода	600	600	600	600
Выход	-	1000	-	1000

Щавель и шпинат припускают в бульоне или воде по отдельности и протирают или мелко нарезают. Фасоль предварительно отваривают. В кипящий бульон или воду закладывают картофель, пассерованные овощи и варят почти до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в борщ вводят подготовленные щавель, шпинат, фасоль, свеклу, заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, добавляют соль и сахар. Яйцо кладут в суп при отпуске.

Норма закладки яиц может быть увеличена до 1/2 шт. на порцию.

¹ Масса вареной очищенной свеклы.

Борщ украинский

	брутто	нетто
Свекла	150	120
Капуста свежая	100	80
Картофель	213	160
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	21	16
Лук репчатый	36	30
Чеснок	4	3
Томатное пюре	30	30
Мука пшеничная	6	6
Шпик	10,4	10
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	20	20
Сахар	10	10
Уксус 3%-ный	10	10
Перец сладкий	27	20
Бульон	700	700
Выход	-	1000

Свеклу шинкуют, добавляют уксус, жир, сахар, томатное пюре и тушат до готовности с добавлением небольшого количества бульона. Морковь нашинкованную и лук, нарезанный полукольцами, пассеруют с жиром.

В кипящий бульон кладут нарезанный дольками картофель, доводят до кипения, закладывают нашинкованную капусту и варят 10-15 мин, затем добавляют тушеную свеклу и пассерованные овощи. За 5-10 мин до окончания варки вводят пассерованную муку, разведенную бульоном или водой, перец сладкий, соль, специи.

Готовый борщ заправляют перед подачей шпиком, растертым с чесноком.

Рекомендуется борщ отпускать с говядиной, свиной. Отдельно можно подать пампушки с чесноком.

Пампушки с чесноком

	брутто	нетто
Мука пшеничная	80	80
Вода	35	35
Сахар	5	5
Дрожжи	2,5	2,5
Масло растительное	2	2
Яйца (для смазки)	1/20 шт.	2
Масса полуфабриката	-	120
Масса готового продукта	-	100
На соус:		
Чеснок	3	2
Масло растительное	5	5
Соль	1	1
Вода	25	25
Масса соуса	-	30
Выход	-	100/30

Из дрожжевого теста формируют шарики массой 30 г, укладывают их на смазанный маслом противень и оставляют для расстойки. Затем изделия смазывают яйцом и выпекают 7-8 мин.

При подаче пампушки поливают соусом. Для его приготовления чеснок растирают с солью, соединяют с растительным маслом и холодной кипяченой водой.

Борщ полтавский с галушками

	брутто	нетто
Свекла	150	120
Капуста свежая	100	80
Картофель	213	160
Морковь	25	20
Петрушка (корень)	21	16
Лук репчатый	36	30
Шпик	10,4	10
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	10	10
Томатное пюре	30	30
Сахар	6	6
Уксус 3%-ный	10	10
Бульон	700	700
На галушки:		
Мука пшеничная или гречневая	60	60
Яйца	1/5 шт.	8
Бульон или вода	90	90
Соль	2	2
Масса готовых галушек	-	180
Выход	-	1000

Свеклу нарезают ломтиками, добавляют уксус, жир, сахар, томатное пюре и тушат до готовности с добавлением небольшого количества бульона. Морковь и петрушку нарезают ломтиками, лук - кубиками, пассеруют с жиром. Борщ полтавский готовят на бульоне из птицы.

В кипящий бульон кладут нарезанный кубиками картофель, доводят до кипения, закладывают нарезанную шашками капусту и варят 10-15 мин, затем добавляют тушеную свеклу, пассерованные овощи, специи и варят до готовности.

Готовый борщ заправляют перед подачей шпиком, растертым с репчатым луком. Подают борщ с гусем, курицей.

Для приготовления галушек в кипящую подсоленную воду всыпают третью часть муки, хорошо вымешивают и охлаждают, затем добавляют яйца, остальную муку и замешивают некрутое тесто, после чего тесто кладут столовой ложкой в кипящую подсоленную воду и варят до готовности.

Галушки можно приготовить другим способом: тесто раскатать до толщины 4-5 мм, нарезать квадратиками (10 x 10 мм или 15 x 15 мм) и сварить в подсоленной воде.

При отпуске в борщ кладут галушки, сметану и посыпают зеленью.

ЩИ И РАССОЛЬНИКИ

Щи готовят из белокочанной свежей и квашеной капусты, савойской капусты, капустной рассады, молодой крапивы, щавеля, шпината. Их можно готовить вегетарианскими, с грибами, а также на костном бульоне, с мясом и различными продуктами, гусем, уткой, шпиком. Щи из квашеной капусты, кроме того, готовят с рыбой, головизной рыб семейства осетровых, снетками, хамсой, тюлькой соленой.

Для щей свежую капусту нарезают шашками в 2-3 см или шинкуют. Раннюю капусту нарезают вместе с кочерыжкой дольками в 5-6 см. Коренья режут дольками, соломкой или брусочками, лук - дольками или соломкой, картофель - дольками или кубиками.

Морковь и лук пассеруют. Некоторые сорта капусты придают щам горьковатый вкус. Такую капусту перед закладкой в бульон следует бланшировать.

Квашеную капусту для щей рекомендуется предварительно тушить. Очень кислую квашеную капусту следует промыть в холодной воде и отжать. Однако следует учитывать, что при промывании квашеной капусты теряется часть содержащихся в ней питательных веществ.

Обязательной составной частью рассольников являются огурцы соленые. Рассольники готовят вегетарианскими, на бульонах: костном, мясокостном, рыбном, из птицы на грибном отваре. Отпускают с потрохами, почками и другими мясопродуктами. Соленые огурцы нарезают соломкой или ромбиками. У огурцов с грубой кожей и крупными семенами предварительно очищают кожу и удаляют семена. В этом случае норма закладки огурцов массой брутто увеличивается. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве бульона

или воды 15 мин. Картофель нарезают брусочками или дольками. Морковь и лук пассеруют.

Порядок закладки продуктов в рассольник такой же, как и для других заправочных супов.

Если вкус рассольника недостаточно острый, за 5-10 мин до окончания варки можно добавить огуречный рассол, предварительно процеженный и прокипяченный.

К рассольникам на мясных бульонах можно подавать ватрушки с творогом, а на рыбном - расстегаи.

Рассольники (за исключением рассольников с рыбными продуктами) подают со сметаной. При отпуске рассольники посыпают зеленью петрушки или укропа.

Щи из свежей капусты с картофелем

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста белокочанная	300	240	300	240
или савойская	308	240	308	240
Картофель	160	120	160	120
Репа	40	30	40	30
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10
Лук репчатый	48	40	48	40
Лук-порей	26	20		
Помидоры свежие	94	80		
Томатное пюре	-	-	20	20
Кулинарный жир	20	20	20	20
Бульон или вода	650	650	750	750
Выход	-	1000	-	1000

Капусту нарезают шашками, картофель - дольками. В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель. При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля.

Щи из квашеной капусты

	I и II	
	брутто	нетто
Капуста квашеная	357	250
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	40	40
Мука пшеничная	10	10
Кулинарный жир	20	20
Бульон или вода	800	800
Выход	-	1000

Подготовленную квашеную капусту тушат с добавлением томатного пюре. Морковь и лук шинкуют, пассеруют и добавляют в капусту

за 10-15 мин до окончания тушения. В кипящий бульон или воду кладут капусту тушеную с овощами, варят 25-30 мин, заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, кладут соль, специи и варят до готовности. Щи можно заправлять сахаром (6 г на 1000 г щей) и чесноком, растертым с солью (2 г нетто на 1000 г щей).

Щи готовят и без томатного пюре.

Щи из квашеной капусты с картофелем

	I и II	
	брутто	нетто
Капуста квашеная	286	200
Картофель	200	150
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	48	40
Чеснок	4	3
Томатное пюре	40	40
Кулинарный жир	20	20
Бульон или вода	750	750
Выход	-	1000

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют капусту тушеную с томатным пюре и варят с момента закипания 15-20 мин, добавляют пассерованные овощи и щи доводят до готовности. Щи можно приготовить и без томатного пюре.

Готовые щи заправляют чесноком, растертым с солью.

Рассольник домашний

	I и II	
	брутто	нетто
Капуста свежая	100	80
Картофель	240	180
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	80	60
Сельдерей (корень)	29	20
Лук репчатый	48	40
Лук-порей	53	40
Огурцы соленые	67	60
Маргарин столовый	20	20
Бульон или вода	750	750
Выход	-	1000

В кипящий бульон или воду кладут шинкованную капусту, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5-7 мин пассерованные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 мин до готовности вводят специи, соль.

Рассольник с крупой

	I и II	
	брутто	нетто
Картофель	400	300
Крупа (перловая или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	30	30
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	24	20
Лук-порей	26	20
Огурцы соленые	67	60
Томатное пюре	30	30
Маргарин столовый	20	20
Бульон или вода	700	700
Выход	-	1000

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу и варят рассольник обычным способом. За 5-10 мин до готовности кладут пассерованное томатное пюре. Рассольник можно готовить без томатного пюре.

СУПЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ОВОЩАМИ, КРУПОЙ, БОБОВЫМИ И МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Из картофеля и овощей можно приготовить разнообразный ассортимент первых блюд. Эти супы готовят с крупами, макаронными изделиями и бобовыми.

Картофельные и овощные супы можно готовить вегетарианскими и на бульонах. Их приготавливают с говядиной, бараниной, свиной, птицей,пельменями, консервами и другими мясными продуктами, а также с рыбой, грибами и морепродуктами.

Картофель и овощи на картофельные супы нарезают дольками, брусочками, кубиками в зависимости от формы нарезки входящих в них продуктов. Вместо томатного пюре лучше использовать свежие помидоры. При отпуске супы посыпают зеленью. К картофельным и овощным супам подают пирожки, кулебяку.

Суп крестьянский с крупой

	I	II
	брутто	нетто
Капуста свежая	200	160
Картофель	107	80
Крупа: перловая, рисовая, овсяная, ячневая, пшеничная	40	40
или пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	35	35
Репа	40	30
Морковь	25	20
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	20	20
или помидоры свежие	44	37
Жир животный топленый пищевой или масло растительное	20	20
Бульон или вода:	750	750
для круп пшено, хлопья овсяные «Геркулес»		
<u>для остальных круп</u>	<u>800</u>	<u>800</u>
Выход	-	1000

Крупу перловую, ячневую, овсяную, пшеничную промывают сначала в теплой, затем в горячей воде, закладывают в кипящую воду (3 л на 1 кг) и варят до полуготовности, воду сливают. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, свежую белокочанную капусту, нарезанную шашками, картофель и варят до готовности. За 10-15 мин до окончания варки кладут пассерованные овощи и томатное пюре или помидоры. Крупу рисовую и пшено закладывают одновременно с овощами. Хлопья овсяные «Геркулес» закладывают за 15-20 мин до готовности супа. Отпускают суп со сметаной. Суп можно готовить без томатного пюре и помидоров.

Суп из овощей

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста цветная	96	50	-	-
или брюссельская ¹	77	50	-	-
или белокочанная	-	-	100	80
Картофель	-	-	267	200
Репа	53	40	-	-
Морковь	25	20	50	40
Петрушка (корень)	27	20	27	20
Лук репчатый	24	20	24	20
Лук-порей	26	20	26	20
Горошек зеленый консервированный	-	-	46	30
или фасоль свежая	67	60	-	-
Помидоры свежие	94	80	94	80
Грибы белые свежие	53	40	-	-
Маргарин столовый	20	20	20	20
Бульон или вода	850	850	750	750
Выход	-	1000	-	1000

Мелко нашинкованные ножки грибов, морковь, лук пассеруют с жиром. В кипящий бульон или воду кладут нарезанные соломкой шляпки грибов и варят 30-35 мин, затем добавляют нашинкованную белокочанную капусту, нарезанные стручки фасоли, дольки картофеля. За 10-15 мин до окончания варки супа добавляют пассерованные овощи, ломтики свежих помидоров, горошек зеленый, соль и специи. При использовании цветной или брюссельской капусты их закладывают в суп одновременно с пассерованными овощами.

Горошек зеленый, консервированный можно заменить свежемороженым, а фасоль свежую можно заменить консервированной в соответствии с нормами взаимозаменяемости.

Суп можно отпустить со сметаной.

Суп картофельный с бобовыми

	брутто	нетто
Картофель	333	250
Фасоль или горох лущеный	81	80
или чечевица	101	100
или горошек зеленый консервированный	154	100
Лук репчатый	48	40
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Кулинарный жир или жир животный	20	20
топленый пищевой		
Бульон или вода	650	650
Выход	-	1000

¹ Норма закладки указана на капусту кочанчиками.

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку - мелкими кубиками, лук мелко рубят.

Фасоль, горох, чечевицу подготавливают, затем кладут в бульон или воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

Горошек зеленый закладывают в суп вместе с пассерованными овощами.

Суп картофельный с макаронными изделиями

	I и II	
	брутто	нетто
Картофель	400	300
Макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия, лапша домашняя	40	40
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	24	20
Лук-порей	26	20
Мargarин столовый	10	10
Бульон или вода	750	750
Выход	-	1000

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель - брусочками или кубиками, коренья - брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют.

В кипящий бульон или воду кладут макароны и варят 10-15 мин, затем добавляют картофель и пассерованные овощи и варят суп до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с картофелем, а вермишель и фигурные изделия за 10-15 мин до готовности супа. Добавляют соль, специи.

Домашнюю лапшу просеивают от муки, засыпают в кипящую воду на 1-2 мин, откидывают, дают стечь воде и закладывают в суп за 10-12 мин до его готовности.

Суп готовят с курицей, субпродуктами птицы, говядиной, мясными консервами, грибами. Суп можно готовить с томатным пюре (10г на 1000 г супа).

Суп картофельный с мясными фрикадельками

	брутто	нетто
Картофель	400	300
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	48	40
Лук-порей	26	20
Томатное пюре	10	10
Маргарин столовый	10	10
Бульон или вода	800	800
Выход	-	1000

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Фрикадельки мясные готовые (по рецептуре «Фрикадельки мясные» на порцию 500 г	-	75	-	50

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками или дольками, доводят до кипения, добавляют нарезанные ломтиками или брусочками пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассерованное томатное пюре, специи, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре.

Суп картофельный с рыбными фрикадельками

	I и II	
	брутто	нетто
Картофель	400	300
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	24	20
Лук-порей	26	20
Томатное пюре	10	10
Масло растительное	10	10
Бульон или вода	800	800
Выход	-	1000

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Фрикадельки рыбные готовые (по рецептуре «Фрикадельки рыбные» на порцию 500 г	-	75	-	50

Готовят так же, как «Суп картофельный с мясными фрикадельками».

Фрикадельки рыбные

	брутто	нетто
Сом (кроме океанического) или минтай ¹	1880	940
или окунь морской ¹	1343	940
или треска ¹	1237	940
или филе сома (выпускаемое промышленностью)	1022	940
или филе трески (необесшкуренное, выпускаемое промышленностью)	979	940
или филе окуня морского (необесшкуренное, выпускаемое промышленностью)	1000	940
Яйца	1 1/4 шт.	50
Лук репчатый	238	200
Бульон	90	90
Масса полуфабриката	-	1250
Выход	-	1000

Филе рыбы с кожей без костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку, затем добавляют мелко нарубленный лук, яйца, перец черный, соль, воду и все тщательно перемешивают. Сформованные шарики массой 15-18 г припускают в бульоне до готовности.

Суп картофельный с грибами

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Грибы белые свежие	263	200	175	133
или шампиньоны свежие	282	214	188	143
или грибы белые сушеные	12	12	10	10
Масса готовых свежих грибов	-	150	-	100
Масса готовых сушеных грибов	-	24	-	20
Картофель	400	300	467	350
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	-	-
Помидоры свежие	94	80	71	60
Маргарин столовый	10	10	10	10
Бульон или вода	650	650	650	650
Выход	-	1000	-	1000

Картофель и овощи нарезают кубиками. Лук, морковь пассеруют с жиром. Вместе с овощами можно слегка пассеровать мелко нарезанные ножки грибов.

В кипящий бульон или воду кладут нашинкованные шляпки свежих грибов и варят 35-40 мин, затем закладывают картофель, доводят

¹ Норма закладки указана на сом и минтай неразделанные; на окунь морской и треску потрошенные обезглавленные.

до кипения, вводят пассерованные овощи и ножки грибов. За 5-10 мин до готовности супа кладут помидоры, нарезанные дольками, специи, соль.

При использовании сушеных грибов их подготавливают, и вводят за 10-15 мин до готовности супа.

Суп из овощей с фасолью

	брутто	нетто
Капуста цветная	288	150
или белокочанная	188	150
или кабачки	299	200
или тыква	286	200
Картофель	200	150
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	27	20
Лук репчатый	24	20
Лук-порей	26	20
Фасоль	40	40
или фасоль свежая	101	91
Маргарин столовый или жир животный топ- ленный пищевой	20	20
Бульон или вода	750	750
Выход	-	1000

Цветную капусту разделяют на мелкие соцветия или нарезают на кусочки, белокочанную капусту нарезают шашками, кабачки, тыкву, картофель - кубиками, морковь, петрушку, лук - мелкими кубиками.

Морковь и лук пассеруют. Кабачки и тыкву припускают. В кипящий бульон или воду закладывают капусту белокочанную, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные овощи и варят суп до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут предварительно сваренную фасоль, специи, соль. При использовании цветной капусты ее следует класть в суп после картофеля.

При приготовлении супа с кабачками или тыквой припущенные кабачки или тыкву добавляют вместе с фасолью.

СУПЫ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ, КРУПОЙ И БОБОВЫМИ

Для супов этой группы используют макароны, рожки, вермишель, фигурные изделия (ушки, ракушки, алфавит, звездочки и др.), лапшу промышленную или домашнюю, различные крупы и бобовые.

Морковь, лук, белые корни для супов с макаронными изделиями нарезают кубиками или соломкой, а для супов из круп и бобовых - кубиками. Морковь и лук пассеруют.

Макаронные изделия, особенно вермишель, при длительной варке и хранении супа деформируются. Во избежание этого супы с мака-

ронными изделиями следует готовить небольшими партиями с таким расчетом, чтобы реализовать их в течение 30-40 мин.

Супы готовят на костном, мясокостном бульонах, с говядиной, бараниной, телятиной (грудинка), индейкой, курицей, субпродуктами птицы, мясными консервами, свежими или сушеными грибами. Супы с бобовыми рекомендуют готовить со свиной, с копченой корейкой, грудинкой, окороком сырокопченым.

Суп с макаронными изделиями

	брутто	нетто
Макаронны, вермишель, лапша, фигурные изделия	80	80
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	24	20
Лук-порей	26	20
Кулинарный жир	20	20
Томатное пюре	-	-
Бульон или вода	950	950
Выход	-	1000

В кипящий бульон или воду кладут подготовленные макароны, доводят до кипения и варят 10-15 мин, затем добавляют пассерованные овощи, томатное пюре и варят суп до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с пассерованными овощами. При приготовлении супа с вермишелью и фигурными изделиями в кипящий бульон или воду кладут пассерованные овощи, томатное пюре и варят с момента закипания 5-8 мин, после чего добавляют вермишель или фигурные изделия и суп варят до готовности.

Перед окончанием варки кладут соль, специи.

Суп можно готовить с томатным пюре (10-20 г на 1000 г).

Суп-лапша домашняя

	брутто	нетто
Лапша домашняя	-	80
Масса вареной лапши	-	200
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	24	20
Лук-порей	26	20
Кулинарный жир	20	20
Бульон или вода	900	900
Выход	-	1000

В кипящий бульон или воду кладут пассерованные морковь, лук и варят с момента закипания 5-8 мин, после чего добавляют подготовленную домашнюю лапшу и варят до готовности.

Лапша домашняя

	брутто	нетто
Мука пшеничная	875	875
Мука на подпыл	60	60
Яйца	6 1/4 шт.	250
Вода	175	175
Соль	25	25
<hr/> Выход подсушенной лапши	-	1000

В холодную воду вводят сырые яйца, соль, перемешивают, добавляют муку не ниже 1-го сорта и замешивают крутое тесто, которое выдерживают 20-30 мин для того, чтобы оно лучше раскатывалось. Куски готового теста кладут на стол, посыпанный мукой, и раскатывают в пласт толщиной 1 – 1,5 мм. Пересыпанные мукой пласты складывают один на другой, нарезают их на полоски шириной 35-45 мм, которые, в свою очередь, режут поперек полосками шириной 3-4 мм или соломкой.

Лапшу раскладывают на посыпанные мукой столы слоем не более 10 мм и подсушивают 2-3 часа при температуре 40 - 50°C.

Суп с крупой

	I	II
	брутто	нетто
Крупа: рисовая, перловая, манная	80	80
или овсяная, ячневая, пшеничная, пшено	100	100
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	48	40
Лук-порей	26	20
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	20	20
Бульон или вода:		
для крупы манной	950	950
для остальных круп	1000	1000
<hr/> Выход	-	1000

В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, за 10-15 мин до ее готовности добавляют пассерованные овощи.

При приготовлении супа с манной крупой в кипящий бульон или воду кладут пассерованные овощи, варят 5-10 мин, затем добавляют манную крупу и варят до готовности.

Суп харчо (грузинское национальное блюдо)

	I брутто	II нетто
Крупа рисовая	70	70
Лук репчатый	95	60
Маргарин столовый	40	40
Томатное пюре	30	30
Соус ткемали	30	30
Чеснок	8	6
Кориандр (кинза), петрушка (зелень)	41	30
Хмели-сунели (сушеная зелень)	1	1
Специи (перец черный, красный, лавровый лист)		
Вода	1000	1000
Выход	-	1000
На порцию 500 г:		
готовой говядины (грудинка)	-	50
готовой баранины (грудинка)	-	50

Грудинку говядины или баранины нарезают на кусочки по 25-30 г и варят. В кипящий бульон кладут предварительно замоченную крупу рисовую, пассерованный лук и томатное пюре и варят до готовности. За 5 мин до окончания варки суп заправляют соусом ткемали, толченым чесноком, хмели-сунели, перцем, солью и зеленью.

СОЛЯНКИ

Солянки готовят с разнообразными мясными и рыбными продуктами, а также со свежими и сушеными грибами. Для рыбных солянок используют рыбные бульоны, которые варят из пищевых рыбных отходов или голов рыб семейства осетровых (головизны).

В состав солянок входят соленые огурцы, лук репчатый, томатное пюре, каперсы, маслины или оливки. Соленые огурцы нарезают ломтиками или ромбиками. Огурцы с грубой кожицей и зрелыми семенами очищают от кожицы и семян. Огурцы с тонкой кожицей нарезают вместе с кожицей и семенами. Подготовленные огурцы припускают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют с добавлением томатного пюре. Томатное пюре можно пассеровать отдельно. У оливок вынимают косточки, а маслины промывают. Лимон очищают от кожицы и нарезают кружочками.

Мясные продукты (мясо, окорок, почки, сердце, птицу и др.) варят и нарезают тонкими ломтиками.

Рыбу семейства осетровых (с кожей, без хрящей или без кожи и хрящей) нарезают по 1-2 кусочка на порцию, ошпаривают в течение 1 мин, затем промывают.

Рыбу с костным скелетом разделяют на филе с кожей, без костей, нарезают по 1-2 кусочка на порцию и припускают в бульоне.

Для солянок можно использовать филе, выпускаемое промышленностью [окунь морской, треска, зубатка пятнистая (пестрая) и т.д.].

В кипящий бульон закладывают пассерованные лук и томатное пюре, припущенные огурцы, каперсы (вместе с рассолом), подготовленные мясные или рыбные продукты, специи и варят 5-10 мин. При отпуске в солянку кладут маслины или оливки, кружочек лимона, в мясную солянку - сметану и посыпают рубленой зеленью петрушки. Солянки можно отпускать без лимона.

Для придания более острого вкуса в солянку в конце варки можно добавить процеженный огуречный рассол.

При изготовлении солянок вместо масла сливочного можно использовать масло топленое или маргарин столовый. При отсутствии маслин их можно заменить каперсами.

Солянка сборная мясная

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Телятина	95	63	-	-
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	110	81	110	81
Окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	53	40	53	40
Сосиски или сардельки	41	40	41	40
Почки говяжьи	121	104	73	63
Масса готовой телятины	-	40	-	-
Масса готовой говядины	-	50	-	50
Масса готового окорока	-	40	-	40
Масса готовых сосисок или сарделек	-	40	-	40
Масса готовых почек	-	50	-	30
Лук репчатый	119	100	107	90
Огурцы соленые	100	60	100	60
Каперсы	40	20	40	20
Маслины	50	50	40	40
Томатное пюре	50	50	40	40
Масло сливочное	24	24	20	20
Бульон	750	750	800	800
Лимон	16	10	13	8
Выход	-	1000	-	1000
Сметана	60	60	50	20

В кипящий бульон закладывают пассерованные лук и томатное пюре, припущенные огурцы, каперсы (вместе с рассолом), подготовленные мясные продукты, специи и варят 5-10 мин. При отпуске в солянку кладут маслины или оливки, кружочек лимона, сметану и посыпают рубленой зеленью петрушки. Солянки можно отпускать без лимона.

Для придания более острого вкуса в солянку в конце варки можно добавить процеженный огуречный рассол.

При изготовлении солянок вместо масла сливочного можно использовать масло топленое или маргарин столовый. При отсутствии маслин их можно заменить каперсами.

Солянка из птицы или дичи

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курица	312	215	208	143
или индейка	280	206	186	137
или гусь	312	206	208	137
или утка	318	206	212	137
или рябчик, или куропатка серая (в шт.)	1	1	2/3	2/3
или куропатка белая (в шт.)	2/3	2/3	1/2	1/2
или фазаны (в шт.)	1/3	1/3	1/5	1/5
Масса готовой курицы или индейки или гуся, или утки	-	150	-	100
Лук репчатый	119	100	107	90
Огурцы соленые	100	60	100	60
Каперсы	40	20	40	20
Маслины	50	50	40	40
Томатное пюре	50	50	40	40
Масло сливочное	24	24	20	20
Бульон	800	800	900	900
Лимон	16	10	13	8
Выход	-	1000	-	1000
Сметана	60	60	50	50

Солянку готовят обычным способом, вместо вареных мясопродуктов используют вареную или жареную птицу или дичь.

Солянка рыбная

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Стерлядь	431	250	324	188
или судак	478	244	359	183
или треска	-	-	-	-
или белуга	489	247	368	185
или окунь морской	-	-	-	-
или осетр	498	247	374	185
или зубатка пятнистая (пестрая)	-	-	-	-
Головизна	189	151	141	113
Масса готовой рыбы	-	200	-	150
Масса готовой головизны	-	80	-	60
Лук репчатый	119	100	107	90
Огурцы соленые	117	70	100	60
Каперсы	40	20	40	20
Маслины	50	50	40	40
Томатное пюре	50	50	40	40
Масло сливочное	24	24	20	20
Бульон рыбный	700	700	700	700
Лимон	16	10	13	8
Выход	-	1000	-	1000

Рыбу с костным скелетом разделяют на филе с кожей без костей, а рыбу осетровых семейств - на филе с кожей без хрящей и нарезают на порционные куски.

Солянку рыбную по индивидуальному заказу готовят порционно. В кипящий бульон закладывают все подготовленные для солянки продукты (кроме оливок, маслин), куски рыбы и варят до готовности. В конце варки добавляют сваренную нарезанную головизну. При отпуске в солянку добавляют маслины, кружочек очищенного лимона и посыпают мелко нарезанной зеленью.

При массовом приготовлении солянок в кипящий бульон кладут пассерованные лук и томатное пюре, припущенные соленые огурцы, каперсы с рассолом, специи; солянку доводят до кипения и варят 5-10 мин. При отпуске в порционную посуду кладут припущенные до готовности куски рыбы, нарезанную головизну, наливают солянку, кладут маслины, кружочек лимона и посыпают мелко нарезанной зеленью.

СУПЫ-ПЮРЕ

Супы-пюре готовят из овощей, круп, бобовых, из птицы, печени, грибов и других продуктов. Супы-пюре приготавливают вегетарианскими, на костном бульоне, на отварах или бульонах, получаемых при варке или припускании продуктов, входящих в рецептуру супов, а также на цельном молоке или смеси молока и воды.

Продукты, предназначенные для супов-пюре, подвергают варке, тушению или припусканию до полной готовности, затем протирают. Чтобы частицы протертых продуктов были равномерно распределены по всей массе и не оседали на дно посуды, в супы-пюре (кроме супов из круп) добавляют белый соус, приготовленный из муки (пассерованной с жиром или без жира) и бульона или отвара овощей.

Суп-пюре из картофеля

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	480	360	480	360
Морковь	25	20	25	20
Петрушка (корень)	13	10	13	10
Лук репчатый	24	20	43	40
Лук-порей	26	20	-	-
Мука пшеничная	20	20	20	20
Масло сливочное	30	30	20	20
Молоко	200	200	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10
Бульон или вода	750	750	750	750
Выход	-	1000	-	1000

Картофель варят в бульоне или подсоленной воде до полуготовности, кладут петрушку (корень), затем пассерованные морковь и лук репчатый, варят до готовности, протирают.

Протертые овощи соединяют с белым соусом, разводят бульоном и проваривают. Готовый суп заправляют льезоном или горячим молоком с маслом сливочным.

Лук-порей нарезают соломкой, пассеруют и кладут при отпуске.

Суп-пюре из спаржи или цветной капусты

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Спаржа	205	150	151	110
или капуста цветная	385	200	288	150
Морковь	25	20	25	20
Петрушка (корень)	13	10	-	-
Лук-порей	26	20	-	-
Мука пшеничная	40	40	40	40
Масло сливочное	40	40	40	40
Молоко	200	200	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10
Бульон или вода	750	750	800	800
Выход	-	1000	-	1000

Для гарнира головки очищенной спаржи отрезают, часть соцветий цветной капусты разбирают на мелкие части и варят. Лук и морковь нарезают и пассеруют. Остальную спаржу или цветную капусту заливают небольшим количеством бульона или воды и припускают. За 5-10 мин до окончания припускания добавляют остальные овощи и доводят до готовности, затем протирают. Подготовленную для гарнира спаржу или цветную капусту кладут в суп при отпуске.

Суп-пюре из шпината или салата

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Шпинат	405	300	405	300
или салат	417	300	417	300
Лук репчатый	48	40	48	40
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10
Мука пшеничная	40	40	40	40
Масло сливочное	30	30	20	20
Молоко	200	200	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10
Бульон или вода	750	750	750	750
Выход	-	1000	-	1000

Листья салата или шпината припускают и протирают. Лук и петрушку шинкуют, припускают и протирают. Затем все соединяют с протертой зеленью. На отваре шпината или салата приготавливают белый соус. Для гарнира морковь нарезают мелкими кубиками, припускают и кладут в суп при отпуске. Отдельно подают гренки. Свежий шпинат можно заменить консервированным.

Суп-пюре из бобовых

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Морковь	25	20	25	20
Петрушка (корень)	13	10	13	10
Лук репчатый	48	40	48	40
Горох шелушенный (пущеный) ли фасоль	141	140	141	140
Мука пшеничная	20	20	20	20
Масло сливочное или шпик	20	20	20	20
Бульон или вода	850	850	850	850
Выход	-	1000	-	1000

Бобовые варят до размягчения в бульоне, кладут петрушку (корень), затем пассерованные морковь, лук репчатый и варят до готовности, затем протирают, соединяют с белым соусом, добавляют оставшийся бульон, кладут соль и доводят до кипения.

Отдельно подают гренки. Суп можно варить с копченой свиной грудинкой или корейкой. Бульон после варки копченостей добавляют в суп.

Суп-пюре из птицы

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курица	290	200	218	150
Или индейка	272	200	204	150
или бройлер-цыплянок	278	200	209	150
или утка	309	200	232	150
Морковь	25	20	25	20
Петрушка (корень)	27	20	-	-
Лук репчатый	24	20	24	20
Мука пшеничная	30	30	40	40
Масло сливочное	40	40	40	40
Молоко	200	200	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10
Вода	750	750	800	800
Выход	-	1000	-	1000

СУПЫ ПРОЗРАЧНЫЕ

Прозрачные супы состоят из прозрачных бульонов и гарниров, которые готовят отдельно.

Бульоны для прозрачных супов получают в результате осветления и насыщения экстрактивными веществами бульонов из пищевых костей, птицы, дичи и рыбы. Для осветления используют мясо, кости птицы и дичи, белок яйца. Наряду с обычным способом осветления прозрачных бульонов можно рекомендовать осветление оттяжкой, приготовленной из смеси моркови с яичными белками.

Для осветления 1000 г бульона необходимо взять моркови 100 г (массой нетто) и 1 - шт. яйцо.

Очищенную морковь натирают, добавляют слегка взбитые белки яиц. Смесь тщательно перемешивают.

В охлажденный до 70°C бульон вводят приготовленную оттяжку, перемешивают, добавляют подпеченные морковь и лук, накрывают котел крышкой и доводят бульон до кипения. После закипания с поверхности бульона снимают жир и пену и варят бульон при слабом кипении в течение 30 мин. После окончания варки бульон настаивают 30 мин, снимают жир с поверхности, после чего бульон процеживают.

В качестве гарниров к прозрачным бульонам используют припущенные овощи, изделия из мяса, птицы, рыбы, яиц, крупы, а также гренки, пирожки, кулебяки, расстегаи и др.

При отпуске в порционную посуду кладут гарнир и наливают бульон. В бульонных чашках отпускают только прозрачный бульон. Пирожки, кулебяки, расстегаи, гренки пшеничные отпускают отдельно на пирожковой тарелке. Выход бульона дан в рецептурах на 1000 г, гарниры - на порцию. Рекомендуемая порция бульона - 300 и 400 г.

Бульон мясной прозрачный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кости пищевые (говяжьи, кроме позвоночных)	500	500	375	375
Говядина (котлетное мясо) для оттяжки	190	140	149	110
Яйца для оттяжки	2/5 шт.	16	1/3 шт.	13
Морковь	16	13	13	10
Петрушка (корень) или сельдерей (корень)	13	10	11	8
Лук репчатый	15	10	12	8
Вода	15	13	12	10
Вода	1400	1400	1400	1400
Выход	-	1000	-	1000

Из костей готовят бульон. Для приготовления оттяжки мясо пропускают через мясорубку, заливают холодной водой (1,5-2 л воды на 1 кг мяса), добавляют соль и настаивают на холоде в течение 1-2 ч. Можно добавить пищевой лед вместо части воды. Перед окончанием настаивания в смесь добавляют слегка взбитые яичные белки и перемешивают оттяжку.

Для придания мясному прозрачному бульону собственного ему коричневого оттенка и аромата морковь, лук и белые корни подпекают до образования светло-коричневой корочки, не допуская подгорания. Сваренный бульон охлаждают до 50-60°C, частью его разводят оттяжку, вводят ее в бульон и осторожно размешивают, добавляют подпеченные лук и коренья. Бульон с оттяжкой нагревают и проваривают при слабом кипении 1-1,5 ч до тех пор, пока оттяжка не осядет на дно. При этом бульон не только осветляется, но и обогащается из оттяжки растворимыми питательными веществами. По окончании варки

с бульона снимают жир, осторожно процеживают и снова доводят до кипения. Хранят на мармите не более 2 ч.

Бульон из кур или индеек прозрачный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курица	390	269	260	179
или индейка	352	259	234	172
Масса вареной птицы ¹	-	188	-	125
или кости кур, индейки	750	750	625	625
Яйца для оттяжки	2/5 шт.	16	1/3 шт.	13
Морковь	16	13	13	10
Петрушка (корень)	13	10	11	8
или сельдерей (корень)	15	10	12	8
Лук репчатый	12	10	10	8
Вода	1300	1300	1300	1300
Выход	-	1000	-	1000

Варят бульон при слабом нагреве, удаляя пену и жир. За 40-60 мин до готовности бульона в него добавляют подпеченные овощи. Готовый бульон процеживают, доводят до кипения и хранят на мармите.

Для осветления бульона готовят оттяжку. Для приготовления оттяжки расходуют дополнительно кости птицы по 200 г на 1000 г бульона. Измельченные кости кур или индеек заливают холодной водой (1-1,5 л на 1 кг костей), добавляют соль и выдерживают 1-2 ч на холоде при температуре 5-7°C, затем добавляют слегка взбитый яичный белок. Бульон охлаждают до 50-60°C, вводят оттяжку, хорошо перемешивают и варят при слабом кипении 1-1,5 ч, затем процеживают.

Бульон из кур или индеек отпускают с кусочком вареной курицы или индейки.

Уха из стерляди или налима, или судака, или клыкача

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Стерлядь	431	250	324	188
или судак	455	250	342	188
или налим (речной и озерный)	567	244	426	183
или клыкач	452	244	339	183
Масса вареной рыбы ²	-	200	-	150
Масло сливочное	8	8	5	5
Морковь	16	13	16	13
Лимон	22	20	14	13
Петрушка (зелень) или укроп	11	8	11	8
Рыбный бульон (уха)	1000	1000	1000	1000
Выход	-	1000	-	1000

¹ С уметом потерь на порционирование.

² Масса вареной рыбы на порцию бульона 400 г.

Порционные куски стерляди, ошпаренные и зачищенные от хрящей (с кожей), филе судака, клякача (с кожей и реберными костями), налима (без кожи, с реберными костями) варят в небольшом количестве рыбного бульона, периодически удаляя пену. Бульон от вареных порций рыбы добавляют в уху. Морковь, измельченную на терке, пассеруют на масле сливочном, которое затем процеживают и добавляют в готовую уху.

Сваренную рыбу кладут в бульон при отпуске. Лимон и мелко нарезанную зелень подают к ухе отдельно в розетке. Можно подать расстегаи.

Уха ростовская

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Судак	455	250	342	188
Масса вареной рыбы ¹	-	200	-	150
Кости рыбные	200	200	200	200
Картофель	400	300	400	300
Петрушка (корень)	53	40	53	40
Лук репчатый	60	50	60	50
Помидоры свежие	200	170	200	170
Масло сливочное	30	30	20	20
Петрушка (зелень) или укроп	5	4	5	4
Вода	1100	1100	1100	1100
Выход	-	1000	-	1000

Из костей рыбных варят бульон и процеживают. В кипящий бульон закладывают картофель и овощи, нарезанные дольками. За 10-15 мин до окончания варки кладут филе судака (с кожей и реберными костями) 1-2 куса на порцию, затем помидоры, нарезанные дольками, и специи. По окончании варки в уху кладут масло сливочное. Уху можно приготовить и без масла.

Уха рыбацкая

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Рыба-мелочь (ерши, окуни)	200	-	200	-
Судак	342	188/150 ¹	227	125/100
Налим (речной и озерный)	426	183/150	284	122/100
Картофель	400	300	400	300
Лук репчатый	60	50	60	50
Петрушка (корень)	13	10	13	10
Масло сливочное	20	20	16	16
Петрушка (зелень) или укроп	5	4	5	4
Вода	1100	1100	1100	1100
Выход	-	1000	-	1000

¹ Масса вареной рыбы.

Из рыбы-мелочи варят бульон и процеживают. В кипящий бульон закладывают картофель целыми клубнями, лук головками, петрушку, нарезанную тонкими кружочками, и варят. За 15 мин до готовности ухи кладут подготовленные порции рыбы (филе судака с кожей и реберными костями и филе налима без кожи, с реберными костями). По окончании варки в уху кладут масло сливочное. Мелко нарезанную зелень подают к ухе отдельно.

При массовом приготовлении ухи рыбацкой рыбу варят отдельно и кладут при отпуске.

Рыбацкую уху можно приготовить и без масла. Ее можно готовить из одного судака или налима, или из сома, щуки, кеты, сазана, соответственно увеличив закладку рыбы.

ГАРНИРЫ, ПИРОЖКИ, ГРЕНКИ К БУЛЬОНАМ

Приведенные ниже гарниры даны из расчета на порцию бульона массой 400 г. При уменьшении порции бульона норма гарнира может быть уменьшена (соответственно массе порции бульона).

	Рис запеченный			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа рисовая	40	40	40	40
Масло сливочное	15	15	12	12
Яйца	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8
Томатное пюре	5	5	5	5
Сыр	16,5	15	11	10
Выход	-	125	-	120

Крупу рисовую припускают (соотношение крупы и воды 1:2) с маслом и томатным пюре, охлаждают, добавляют сырые яйца, половину нормы тертого сыра, перемешивают, выкладывают на противень или в порционные формы, смазанные маслом, посыпают оставшимся сыром, сбрызгивают маслом и запекают.

Запеченный рис кладут в бульон при отпуске или подают отдельно.

Рис, запеченный с овощами

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Морковь	25	20	25	20
Петрушка (корень) , или сельдерей (корень)	13	10	13	10
Лук-порей	15	10	15	10
Горошек зеленый консервированный	26	20	26	20
Крупа рисовая	15	10	15	10
Масло сливочное	25	25	25	25
Яйца	20	20	15	15
Сыр	1/3 шт.	13	1/5 шт.	8
Выход	16,5	15	11	10
Выход	-	125	-	120

Крупу рисовую припускают с маслом и заправляют. Овощи нарезают соломкой и пассеруют на масле до готовности, добавляют зеленый горошек и соль. Половину подготовленного риса выкладывают на противень, на него кладут слой овощей, разравнивают и сверху кладут слой риса, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают.

Запеченный рис кладут в бульон при отпуске или подают отдельно.

ОВОЩИ

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Морковь	75	60	75	60
Репа	-	-	27	20
или брюква	-	-	26	20
Петрушка (корень)	27	20	27	20
Сельдерей (корень)	7	5	-	-
Капуста белокочанная	-	-	-	-
Лук-порей	39	30	-	-
Шпинат	14	10	20	15
или салат	14	10	21	15
Масло сливочное	10	10	10	10
Выход	-	100	-	100

Капусту мелко шинкуют, ошпаривают кипятком. Остальные овощи нарезают соломкой, слегка пассеруют на масле. Затем капусту и овощи соединяют, заливают бульоном (10-15% от массы овощей) и доводят до готовности. За 5-6 мин до окончания варки добавляют нарезанные листья шпината или салата.

Овощи и зелень

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Цветная капуста	96	50	58	30
Морковь	31	25	38	30
Репа	-	-	20	15
или брюква	-	-	19	15
Петрушка (корень)	7	5	13	10
Сельдерей (корень)	-	-	7	5
Шпинат	-	-	-	-
или салат	-	-	-	-
Фасоль овощная (лопатка) свежая	44	40	44	40
или горох овощной (лопатка) свежий	44	40	44	40
или горошек зеленый консервированный	62	40	62	40
Соль для варки овощей	10	10	10	10
Выход	-	100	-	100

Корнеплоды нарезают брусочками и припускают по отдельности. Репу или брюкву предварительно ошпаривают. Разобранную на мелкие соцветия цветную капусту, стручки фасоли, нарезанные ромбиками, целые лопаточки зеленого горошка, листья салата или шпината, нарезанные на 3-4 части, отваривают по отдельности в подсоленной воде. Горошек зеленый консервированный прогревают в собственном отваре, после чего отвар сливают.

Припущенные овощи кладут при отпуске.

Капуста савойская и овощи

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста савойская	64	50	64	50
Репа	20	15	-	-
Морковь	13 I	10	25	20
Петрушка (корень)	7	5	7	5
Сельдерей (корень)	7	5	7	5
Лук репчатый	12	10	36	30
Лук-порей	26	20	-	-
Помидоры свежие	47	40	29	25
Соль для варки овощей	10	10	10	10
Выход	-	100	-	100

Капусту савойскую нарезают шашками, мелкий лук репчатый оставляют головками. Остальные овощи нарезают дольками. Подготовленные овощи припускают по отдельности. Гарнир кладут в бульон при отпуске.

Омлет натуральный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яйца	3/4 шт.	30	1/2 шт.	20
Молоко	30	30	25	25
Масло сливочное	1	1	1	1
Соль	1	1	1	1
Выход	-	55	-	40

Яйца, молоко, соль хорошо перемешивают и процеживают, затем разливают в формы или противни, смазанные маслом сливочным, и варят на водяной бане при температуре не выше 85°C.

Клецки из кур с шампиньонами

	брутто	нетто
Курица	167	60 ¹
Молоко	30	30
Яйца	1/6 шт.	7
Масло сливочное	5	5
Шампиньоны свежие	26	20
Томатное пюре	3	3
Шпинат	24	9 ²
Соль	1	1
Масса полуфабриката	-	100
Выход	-	75

Мякоть кур измельчают, протирают, выбивают с добавлением молока, яиц и масла сливочного.

Вареные рубленые шампиньоны добавляют в протертую массу. Эту массу делят на 3 части, в одну добавляют пюре шпината, в другую - томатное пюре, благодаря чему клецки приобретают пестрый, розовый и зеленоватый цвет.

Подготовленную массу выпускают из конверта на противень в форме пуговок или раковых шеек, заливают горячей водой и варят, не доводя до кипения, при температуре 80-85°C.

Клецки кладут в бульон при отпуске.

¹ Мякоть кур (без кожи).

² Масса припущенного шпината.

ХОЛОДНЫЕ СУПЫ

В группу холодных супов включены супы, приготовляемые из овощей и других продуктов на хлебном квасе, овощных отварах, кефире. В эту группу входят окрошки, борщи холодные, свекольник, ботвинья, щи зеленые.

Картофель, коренья, мясные и другие продукты для этих супов варят, нарезают мелкими кубиками или соломкой. Лук зеленый шинкуют. Для некоторых холодных супов часть лука (1/4 от нормы) растирают деревянным пестиком с небольшим количеством соли до появления сока. У огурцов с грубой кожей и крупными семенами предварительно очищают кожу и удаляют семена. Огурцы с тонкой кожей и мелкими семенами не очищают. При использовании неочищенных огурцов (с кожей и семенами) норма вложения их массой брутто соответственно уменьшается. Белки яиц, сваренных вкрутую, мелко нарезают, а желтки растирают с частью сметаны (в соответствии с рецептурой), горчицей, солью, сахаром и разводят квасом или квасом со свекольным отваром. В приготовленную смесь добавляют растертый с солью лук, нарезанные продукты и все перемешивают. Остальную часть сметаны и яиц кладут в порционную посуду при отпуске. При массовом приготовлении окрошки на квасе нарезанные продукты смешивают и хранят в холодильнике. Перед отпуском подготовленные продукты (смесь) кладут в порционную посуду, заливают запрограммированным квасом и добавляют оставшуюся часть яиц и сметаны.

Окрошки, борщи, свекольник и другие холодные овощные супы посыпают мелко нарезанным укропом - 4 г нетто на порцию (500 г). Нормы соли - 3 г на порцию (500 г).

Для окрошек, приготовляемых на кефире, используют только бутылочный пастеризованный кефир.

Хлебный квас

	брутто	нетто
Сухари ржаные	4000	4000
или сухой хлебный квас	3500	3500
Сахар	3000	3000
Дрожжи (прессованные)	150	150
Мята кудрявая ¹	150	150
Вода	120000	120000
Выход	-	100 л

Хорошо поджаренные сухари измельчают до величины частиц 5-6 мм и засыпают тонкой струей при непрерывном помешивании в воду, предварительно вскипяченную и охлажденную до 80°C. На 4 кг сухарей берут 70 л воды. Засыпанные в воду сухари оставляют на 1-1,5 часа для настаивания в теплом месте, периодически их переме-

¹ Можно готовить без мяты.

шивая. Полученное сусло сливают, а сухари снова заливают водой (50 л) и вторично настаивают 1-1,5 часа, затем сусло сливают.

В сусло, полученное в результате первого и второго настаивания, добавляют сахар, мяту кудрявую, дрожжи, разведенные небольшим количеством сусла. Температура сусла при введении дрожжей должна быть доведена до 23-25°C и поддерживаться в течение всего процесса брожения - 8-12 часов. После брожения квас процеживают и охлаждают. Технология приготовления кваса из сухого хлебного кваса аналогична.

Изготовление кваса допускается в предприятиях общественного питания при условии наличия необходимого оборудования и разрешения местного учреждения санитарно-эпидемиологической службы в каждом отдельном случае.

Окрошка мясная

	I		II	
Масса готового мяса	-	150	-	100
Квас хлебный	600	600	700	700
Лук зеленый	63	50	75	60
Огурцы свежие	125	100	150	120
Сметана	20	20	10	10
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40
Сахар	10	10	10	10
Горчица готовая	4	4	4	4
Выход	-	1000	-	1000
Сметана	40	40	30	30

Вареное мясо (нежирное) и свежие огурцы нарезают мелкими кубиками, зеленый лук шинкуют, белки яиц нарезают, а желтки растирают с частью сметаны, с горчицей, солью, сахаром и разводят квасом. В приготовленную смесь добавляют нарезанные продукты и все перемешивают. При отпуске кладут сметану и посыпают зеленью.

Вместо говядины можно употреблять нежирную свинину, баранину, соответственно изменив нормы закладки. Мясную окрошку можно готовить без яиц. В этом случае норма вложения вареного мяса увеличивается на 20 г нетто на 1000 г окрошки.

Окрошка овощная

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Квас хлебный	600	600	650	650
Картофель	137	100	137	100
Морковь	50	40	50	40
Репа	29	20	-	-
Лук зеленый	75	60	75	60
Редис (красный с ботвой)	-	-	63	40
Огурцы свежие	163	130	163	130
Сметана	20	20	20	20
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40
Сахар	10	10	10	10
Горчица	4	4	4	4
Выход	-	1000	-	1000
Сметана	40	40	30	30

Вареные очищенные овощи нарезают кубиками или короткой соломкой. Окрошку овощную готовят и отпускают как мясную.

Окрошка мясная на кефире

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кефир	325	325	325	325
Вода кипяченая	325	325	325	325
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покровка)	329	242	219	161
Масса готовой говядины	-	150	-	100
Лук зеленый	75	60	75	60
Огурцы свежие	150	120	150	120
Картофель	-	-	137	100 ¹
Яйца	1 1/2 шт.	60	1 шт.	40
Сахар	10	10	10	10
Выход	-	1000	-	1000

Вареные мясо, картофель и яйца, свежие огурцы нарезают мелкими кубиками или короткой соломкой. Лук зеленый шинкуют. В кефир, смешанный с холодной кипяченой водой, добавляют соль, сахар и хранят на холоде.

При отпуске в порционную посуду кладут нарезанные продукты, наливают охлажденную смесь и посыпают мелко нарезанным укропом.

Для приготовления окрошки можно использовать и другую пастеризованную нежирную молочнокислую продукцию (простоквашу, ацидофилин).

¹ Масса вареного очищенного картофеля.

СЛАДКИЕ СУПЫ

Основой сладких супов являются свежие, сушеные или консервированные плоды или ягоды и фруктовые супы (полуфабрикаты). Для приготовления сладких супов можно использовать фруктово-ягодные сиропы, пюре и экстракты, выпускаемые промышленностью.

Перед варкой свежие и сушеные ягоды и плоды перебирают и тщательно промывают. Плоды и ягоды сушеные сортируют по видам, перед варкой их можно замочить в холодной воде для ускорения их разваривания.

Крупные сушеные плоды (груши, яблоки) разрезают на несколько частей. Ягоды для приготовления супов используют в целом виде, свежие плоды нарезают ломтиками или кубиками.

Очистки яблок, груш (кожицу, семенные гнезда) используют для приготовления отваров.

Плоды и ягоды сушеные заливают холодной водой, свежие ягоды и плоды закладывают в кипящую воду, добавляют сахар, доводят до кипения, варят до готовности и заваривают крахмалом, предварительно разведенным в охлажденном отваре и процеженным (на 1 часть крахмала 4 части отвара).

Для ароматизации супа можно добавить корицу, гвоздику, а также цедру citrusовых плодов.

Сладкие супы подают с различными гарнирами, которые готовят отдельно. Сладкие супы можно отпускать со сметаной или сливками 25 г, 20 г на порцию соответственно по I, II колонкам.

Гарниры к сладким супам (на порцию 500 г)

	I		II	
	брутто		нетто	
Крупа рисовая	18	18	18	18
или саго	17	17	17	17
или лапша, вермишель, рожки, фигурные изделия	17	17	17	17
Масса готовой крупы, макаронных изделий		50		50
Хлопья пшеничные или кукурузные	25	25	25	25
Клецки	-	-	-	120
Вареники	-	75	-	50
Пудинг рисовый или манный	-	75	-	50
Запеканка манная	-	75	-	50

¹ Масса в готовом виде.

Суп из плодов свежих

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яблоки	229	160	229	160
Груши	247	180	247	180
Слива	133	120	-	-
или и яблоки	629	440	500	350
или груши	603	440	479	350
Крахмал картофельный	20	20	20	20
Сахар	120	120	100	100
Корица	1	1	1	1
Вода	650	650	650	650
Выход	-	1000	-	1000

Яблоки и груши очищают от кожицы и семенного гнезда, у слив снимают косточки.

Очистки яблок и груш заливают водой, варят до готовности и охлаждают. Отвар процеживают, добавляют до нормы воду, кладут Сахар, корицу и доводят до кипения.

Затем закладывают нарезанные плоды и варят с момента закипания 3-4 мин, заваривают крахмалом, доводят до кипения.

Суп из смеси сухофруктов

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Плоды и ягоды сушеные (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм и др)	200	200	160	160
Масса плодов и ягод вареных	-	400	-	320
Сахар	120	120	100	100
Крахмал картофельный	20	20	20	20
Вода	850	850	900	900
Выход	-	1000	-	1000

Сушеные плоды и ягоды перебирают, промывают и сортируют по видам. Крупные яблоки и груши нарезают на 2-4 части, заливают холодной водой и варят в закрытой посуде 15-20 мин, затем добавляют остальные плоды и ягоды, сахар и варят до готовности, после чего заваривают крахмалом, доводят до кипения и охлаждают.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ СУПОВ

Овощи в заправочных супах должны иметь соответствующую норму нарезки (соломка, квадратики, дольки, кубики и т. д.). Цвет бульона зависит от состава продуктов, входящих в суп, и может быть малиново-красным в борще, светло-желтым в щах, светлым в картофельных супах, бесцветным или белым при добавлении сметаны или льезона в рассольниках, светлым, слегка красноватым от томата в солянках.

Вкус - кисло-сладкий в борщах, без привкуса сырой муки и сырой свеклы; сладковатый в щах (из квашеной капусты - слегка кислый) с ароматом пассерованных овощей, томата и бульона; острый в рассольниках и солянках; в картофельных супах - вкус и запах картофеля и пассерованных овощей.

По консистенции овощи в супах должны быть в меру мягкими, без хруста, за исключением огурцов в рассольниках и солянках, но не переваренными. Не допускается наличие комков заварившейся муки, горелых или разваренных овощей.

В прозрачных супах внешний вид и цвет мясного бульона должен быть прозрачным, куриного - с золотисто-желтым оттенком, рыбного - желтым, без блесков жира, кроме ухи. Вкус и запах: свойственные свежесваренному бульону с ароматическими кореньями.

Пюреобразные супы по внешнему виду должны представлять собой протертую однородную массу слегка желтоватого цвета. Вкус и запах: свойственные вкусу основного продукта, без привкуса сырой муки.

Продукты в молочных супах должны сохранять свою форму; цвет - светло-желтый, белый; по вкусу - слегка сладковатые, не допускается запах пригорелого молока.

4.3. БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ, ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

Для приготовления блюд овощи подвергают различным приемам тепловой обработки - варке, припусканию, жаренью, тушению и запеканию.

При тепловой обработке в овощах происходят различные физико-химические изменения, в результате которых они приобретают новые свойства, характерные для кулинарно обработанных продуктов.

Пищевая ценность овощных блюд обусловлена высоким содержанием в них витаминов, углеводов и минеральных солей, легко усвояемых и необходимых организму человека.

Содержащиеся в овощах минеральные соли, углеводы и витамин С легко растворяются в воде, поэтому очищенные овощи не рекомендуется оставлять на длительный срок в холодной воде; особенно это относится к очищенному и нарезанному картофелю, активность витамина С в котором при хранении в воде снижается на 40%. Для лучшей сохранности витамина С овощи при варке следует опускать в кипящую воду и варить в закрытой посуде при слабом кипении.

Тщательное соблюдение технологических правил кулинарной обработки овощей способствует более полному сохранению витаминов, минеральных солей и других питательных веществ вготавливаемых овощных блюдах.

Готовые овощные блюда при отпуске потребителю рекомендуется посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа (2-3 г нетто на порцию) или зеленым луком (5-10 г нетто на порцию). К блюдам из картофеля можно подавать дополнительно свежие или соленые огур-

цы, помидоры, квашеную капусту, соленые и маринованные грибы, закусочные овощные консервы (икру баклажанную, кабачковую, перец фаршированный и т.п.) в количестве 50-100 г нетто на порцию.

ОТВАРНЫЕ КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ

Картофель и морковь варят очищенными, свеклу - в кожице. Сушеные овощи перед варкой промывают, заливают водой и оставляют для набухания на 1-3 ч, затем варят в этой же воде. Сушеные грибы промывают, заливают холодной водой и оставляют для набухания на 3-4 ч, затем в этой же воде варят при слабом кипении 1,5-2 ч; соленые грибы промывают.

Варить овощи можно в воде или на пару. Картофель и морковь лучше варить на пару: при этом пищевая ценность и вкусовые качества продукта сохраняются лучше. Особое значение приобретает варка паром для сильно разваривающегося рассыпчатого картофеля, так как при варке в воде он становится водянистым и менее вкусным.

При варке картофель и овощи кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг овощей). Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня овощей. Соль используют из расчета 10г на 1л воды. Свеклу, морковь и горох лущеный варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества и замедляет процесс варки.

Овощи, имеющие зеленую окраску (стручки бобовых, зеленый горошек, шпинат, капусту брюссельскую), варят в большом количестве воды (3-4 л на 1 кг) в открытой посуде при бурном кипении во избежание изменения их цвета.

Во время варки очищенных овощей в отвар переходят различные питательные вещества, поэтому отвары (кроме картофеля молодого или весеннего периода) следует использовать для приготовления соусов и супов.

Картофель отварной

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	275	206	344	258
или картофель молодой	266	213	333	266
Масса вареного картофеля	-	200	-	250
Масло сливочное	20	20	15	15
или соус	-	75	-	75
или сметана	40	40	30	30
Выход: с маслом	-	220	-	265
с соусом	-	275	-	325
со сметаной	-	240	-	280

Очищенный картофель варят. Когда картофель сварится, сливают воду, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 мин на менее горячем участке плиты. При варке рассыпчатого кар-

тофеля воду следует сливать примерно через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром, образующимся в котле.

Варить картофель следует небольшими партиями по мере спроса. При продолжительном хранении в горячем состоянии у картофеля изменяется цвет, ухудшается вкус и снижается его пищевая ценность. Картофель, сваренный на пару, имеет лучшие вкусовые качества.

Отпускают отварной картофель целыми клубнями, политыми маслом или сметаной, или соусом луковым, или сметанным, или грибным. Картофель можно отпускать с растительным маслом.

Сливочное масло или сметану, или соус можно подать к картофелю отдельно.

Картофель отварной с луком или грибами,
или луком и грибами

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	207	155	344	258
или картофель молодой	200	160	333	266
Масса вареного картофеля	-	150	-	250
Лук репчатый	71	60	60	50
Маргарин столовый	10	10	10	10
Масса пассерованного лука	-	30	-	25
или грибы белые, или шампиньоны свежие	105	80	79	60
или грибы сушеные	20	20	15	15
Лук репчатый	24	20	-	-
Маргарин столовый	10	10	10	10
Масса жареных грибов	-	-	-	30
Масса жареных грибов с луком	-	50	-	-
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	5	5
Выход: с луком	-	190	-	280
с грибами	-	-	-	285
с луком и грибами	-	210	-	-

Картофель варят. Лук мелко нарезают и пассеруют. Свежие белые грибы мелко рубят и жарят, шампиньоны отваривают до полуготовности, мелко рубят, добавляют пассерованный лук и жарят до готовности.

При отпуске на картофель кладут жареный лук или жареные грибы, или жареные грибы с луком, поливают растопленным маргарином или маслом и посыпают зеленью.

Картофельное пюре

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	233	175	293	220
Молоко	32	30	40	38
Маргарин столовый	5	5	5	5
Масса пюре	-	200	-	250
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	10	10
Лук репчатый	60	50	48	40
Масса пассерованного лука или яйца	-	25	-	20
	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Выход: с маслом	-	210	-	260
с луком	-	225	-	270
с яйцом и маслом	-	230	-	280

Очищенный картофель варят в воде с солью до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель протирают через протирочную машину. Температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80°С, иначе картофельное пюре будет тягучим, что резко ухудшает его вкус и внешний вид. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в два-три приема горячее кипяченое молоко и растопленный жир. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

Пюре порционируют, на поверхность наносят узор, поливают растопленным сливочным маслом или сверху кладут пассерованный лук или сваренные вкрутую рубленые яйца, смешанные предварительно с растопленным сливочным маслом, и посыпают зеленью. Масло можно подать отдельно.

Капуста отварная с маслом или соусом

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста белокочанная	204	163	271	217
или белокочанная ранняя	209	167	278	222
или цветная	321	167	427	222
или цветная маринованная	273	150	364	200
или брюссельская обрезаная	271	176	362	235
или брюссельская на стебле	704	176	940	235
или савойская	209	163	278	217
Масса отварной капусты	-	150	-	200
Масло сливочное	15	15	15	15
или соус молочный	-	75	-	75
или соус сухарный	-	35	-	25
Выход: с маслом	-	165	-	215
с соусом молочным	-	225	-	275
с соусом сухарным	-	185	-	225

Подготовленную капусту (кроме маринованной) погружают на 20-30 мин в холодную подсоленную воду, после чего вновь промывают. Затем закладывают в кипящую подсоленную воду и варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности, после чего отвар сливают, капусту откидывают на дуршлаг.

Готовую капусту хранят до отпуска в горячем отваре, но не более 1 ч, так как при длительном хранении изменяется цвет и ухудшаются ее вкусовые качества.

При подаче поливают маслом или соусом: молочным, сметанным, голландским с уксусом, сахарным.

ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ И ТУШЕННЫЕ

Овощи припущенные в молочном или сметанном соусе

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Морковь	63	50	63	50
Репа	-	-	44	33
Тыква	51	36	51	36
или кабачки	57	38	57	38
Горошек зеленый консервированный	31	20	31	20
Капуста цветная	63	33	-	-
Маргарин столовый	10	10	10	10
Масса припущенных овощей	-	125	-	125
Сахар	2	2	2	2
Соус молочный	-	75	-	75
Выход	-	200	-	200

Овощи нарезают кубиками или дольками, цветную капусту разбирают на кочешки. Припущенные с жиром по отдельности овощи, прогретый консервированный зеленый горошек соединяют с соусом молочным, сметанным, добавляют сахар, соль и проваривают 1-2 мин. При отпуске можно добавить масло сливочное 5-10 г на порцию, соответственно изменив выход.

При отсутствии того или другого вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовить блюдо из других овощей, соответственно изменив их закладку.

Капуста тушеная

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста свежая	250	200	325	260
или квашеная	243	170	321	225
Уксус 3%-ный	6	6	8	8
Кулинарный жир	12	12	11	11
или шпик	16	15	16	15
или грудинка копченая	32	25	26	20
Томатное пюре	20	20	20	20
Морковь	13	10	13	10
Петрушка (корень)	7	5	7	5
Лук репчатый	18	15	18	15
Лавровый лист	0,02	0,02	0,02	0,02
Перец	0,05	0,05	0,05	0,05
Мука пшеничная	4	4	3	3
Сахар	5	5	8	8
Выход	-	200	-	250

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), уксус, жир, пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, коренья и лук, лавровый лист, перец и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассировкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин. При приготовлении блюда из квашеной капусты уксус из рецептуры исключают, добавляя небольшое количество бульона или воды, и количество сахара увеличивают до 10 г на порцию.

Если тушеную капусту готовят со шпиком или копченой грудинкой, то их предварительно обжаривают и кладут в капусту в начале тушения. Вытопившийся при обжаривании шпика или грудинки жир используется для пассерования овощей.

При отпуске можно посыпать мелко нарезанной зеленью.

Свекла тушеная с яблоками

	брутто	нетто
Свекла	223	175
Яблоки	71	50
Масло сливочное	10	10
Сахар	5	5
Соус	-	25
Масса тушеной свеклы	-	250
Масло сливочное	10	10
Выход	-	260

Вареную очищенную свеклу и очищенные от кожицы с удаленным семенным гнездом яблоки нарезают ломтиками, перемешивают, заправляют маслом, сахаром, сметанным соусом и тушат 10-15 мин.

При отпуске блюдо поливают маслом и посыпают зеленью.

Морковь тушеная с рисом и черносливом

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Морковь	75	60	169	135
Петрушка (корень)	13	10	13	10
Маргарин столовый	15	15	15	15
Чернослив	27	40	27	40 ¹
Сахар	5	5	5	5
Крупа рисовая	25	25	-	-
Масса тушеной моркови с рисом	-	150	-	-
Масса тушеной моркови	-	-	-	150
Выход	-	190	-	190

Очищенные морковь и корень петрушки нарезают мелкими кубиками, слегка обжаривают.

Чернослив без косточек промывают, заливают водой, добавляют сахар и варят. В отвар закладывают обжаренные овощи, крупу рисовую, соль и припускают до готовности. Для варки крупы рисовой закладку жидкости берут, как на рассыпчатую кашу.

При отпуске блюдо оформляют черносливом. Можно подать со сметаной (20-30 г на порцию), соответственно увеличив выход блюда.

Допускается приготовление блюда без петрушки с соответствующим увеличением закладки моркови.

¹ В графе нетто указана масса отварного чернослива.

Рагу из овощей

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	67	50	67	50
Морковь	58/46 ¹	31	50/40	27
Петрушка (корень)	13/10	6	13/10	6
Лук репчатый	60/50	25	36/30	15
Репа	-	-	53/40	31
или брюква	-	-	51/40	31
Капуста свежая белокочанная	-		38/30	27
Капуста цветная	50/26	23	-	-
Кулинарный жир	10	10	10	10
Соус красный основной	-	75	-	75
Тыква	43	30	43	30
или кабачки	45	30	45	30
Горошек зеленый консервированный	31	20	=	
Чеснок	-	-	10	8
Перец черный горошком	0,05	0,05	0,05	0,05
Лавровый лист	0,02	0,02	0,02	0,02
Масса рагу	-	250	-	250
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	5	5
Выход	-	260	-	255

Нарезанные дольками или кубиками картофель и коренья слегка обжаривают, лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают, цветную разбирают на отдельные кочешки и варят, затем картофель и овощи соединяют с соусом красным или томатным, или сметанным и тушат 10-15 мин. После этого добавляют нарезанную сырую тыкву или кабачки, очищенные от кожицы и семян, припущенную белокочанную капусту или вареную цветную капусту и продолжают тушить 15-20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут горошек зеленый консервированный, растертый чеснок и специи. При отпуске рагу поливают жиром и посыпают зеленью.

При отсутствии того или иного вида овощей, указанных в рецептуре, можно готовить блюдо из остальных овощей, соответственно увеличив их закладку.

В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе - масса продуктов нетто, в графе нетто - масса готовых продуктов.

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ И ГРИБЫ ЖАРЕННЫЕ И ЗАПЕЧЕННЫЕ

Картофель жареный брусочками или
дольками, или кубиками, или ломтиками

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	387	• 290	483	362
Кулинарный жир	20	20	25	25
Масса жареного картофеля	-	200	-	250
Маргарин столовый	15	15	10	10
или сметана	-	-	20	20
Выход: с маргарином	-	215	-	260
со сметаной	-	-	-	270

Нарезанный сырой картофель промывают в холодной воде, обсушивают, затем посыпают солью, кладут слоем не более 5 см на сковороду или противень с разогретым жиром и жарят 15-20 мин, периодически помешивая, до образования поджаристой корочки.

Если картофель полностью не прожарился, его следует поставить на несколько минут в жарочный шкаф. При жаренье в электросковороде перед окончанием жаренья закрывают крышку и картофель доводят до готовности.

При отпуске картофель поливают растопленным маргарином или сметаной и посыпают зеленью.

Картофель, жаренный во фритюре брусочками

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	400	300	533	400
Кулинарный жир	24	24	32	32
Масса жареного картофеля	-	150	-	200
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10
Выход	-	165	-	210

Сырой картофель, подготовленный как в предыдущем рецепте, кладут в кипящий жир и жарят до готовности 8-10 мин. Жареный картофель откидывают на дуршлаг для стекания жира и посыпают мелкой солью.

При отпуске картофель поливают растопленным маргарином или маслом.

Котлеты картофельные

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	213	160	287	215
Яйца	1/5 шт.	8	1/7 шт.	6
Сухари или мука пшеничная	10	10	12	12
Масса полуфабриката	-	170	-	225
Кулин. жир или масло раст.	10	10	10	10
Масса жареных котлет	-	150	-	200
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10
или сметана	30	30	20	20
или соус	-	75	-	75
Выход: с жиром	-	165	-	210
со сметаной	-	180	-	220
с соусом	-	225	-	275

Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают горячим. В протертый картофель, охлажденный до 40-50°C, добавляют яйца, массу перемешивают, из нее формируют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях или муке.

Подготовленные котлеты обжаривают с обеих сторон. При отпуске поливают растопленным маргарином или маслом, или сбоку к котлетам подливают сметану или соус томатный, сметанный, сметанный с луком, грибной. Сметану и соус можно подать отдельно.

Зразы картофельные

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	241	181	241	181
Яйца	1/10 шт.	4	1/10 шт.	4
Масса картофельная	-	180	-	180
Грибы сушеные белые	10	10	-	-
Лук репчатый	48	40	48	40
Маргарин столовый	5	5	5	5
Яйца	-	-	1/2 шт.	20
Масса фарша	-	40	-	40
Сухари или мука пшеничная	12	12	12	12
Масса полуфабриката	-	225	-	225
Кулинарный жир	10	10	10	10
Масса жареных зраз	-	200	-	200
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10
или сметана	30	30	20	20
или соус	-	75	-	75
Выход: с жиром	-	215	-	210
со сметаной	-	230	-	220
с соусом	-	275	-	275

Из картофельной массы, приготовленной как для котлет, формируют лепешки по 2 шт. на порцию. На середину лепешки кладут фарш и соединяют ее края так, чтобы фарш был внутри изделия. Затем изделие панируют в сухарях или муке, придавая форму кирпичика с овальными краями, и жарят с обеих сторон.

Для фарша: лук репчатый нарезают соломкой и пассеруют, вареные грибы мелко режут и обжаривают, морковь, нарезанную соломкой, припускают с жиром. Лук смешивают с жареными грибами или вареными мелко рубленными яйцами, или припущенной морковью, солят и добавляют молотый перец. При отпуске зразы поливают жиром, сметаной или соусом: томатным, сметанным, грибным.

Крокеты картофельные

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	200	150	233	175
Яйца	1/3 шт.	13	1/2 шт.	20
Шампиньоны свежие	47	36	-	-
Лук репчатый	21	18	-	-
Мargarин столовый	10	10	-	-
Мука пшеничная	10	10	10	10
Сухари	10	10	10	10
Масса полуфабриката	-	200	-	200
Масло растительное или кулинарный жир	20	20	20	20
Масса жареных крокет	-	180	-	180
Соус красный с луком и огурцами	-	75	-	50
Выход	-	255	-	230

В протертый картофель, охлажденный до температуры 50°C, добавляют 1/3 пшеничной муки и желтки яиц и перемешивают. Из полученной картофельной массы формируют шарики, груши (по 3-4 шт. на порцию), панируют их в оставшейся муке, затем опускают в белки, панируют в сухарях и жарят в большом количестве жира.

При приготовлении крокет с шампиньонами в картофельную массу добавляют мелко нарезанные поджаренные грибы и лук.

При отпуске поливают соусом красным с луком и огурцами, томатным, грибным.

Шницель из капусты

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста свежая белокочанная	281	225	225	180
Мука пшеничная	5	5	5	5
Яйца	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8
Масса полуфабриката	-	235	-	190
Кулинарный жир	15	15	10	10
Масса жареного шницеля	-	185	-	150
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10
или сметана	30	30	20	20
или соус молочный	-	75	-	75
Выход: с жиром	-	200	-	160
со сметаной	-	215	-	170
с соусом	-	260	-	225

Кочан капусты после зачистки и удаления кочерыги варят целиком 10-12 мин в кипящей подсоленной воде, слегка охлаждают и разбирают на листья. Утолщенные части листьев срезают или отбивают тяпкой. Затем складывают по два листа, придают им овальную форму, панируют в муке, смачивают в яйце, панируют в сухарях и обжаривают с обеих сторон.

Отпускают с растопленным маргарином или маслом, или сметаной, или соусом молочным или сметанным.

Помидоры, баклажаны и другие овощи жареные

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Помидоры свежие	280	238	-	-
или баклажаны	202	192	269	256
или кабачки	280	224	374	299
или тыква	269	188	357	250
Мука пшеничная	5	5	5	5
Кулинарный жир	15	15	12	12
Масса жареных овощей	-	150	-	200
Сметана	40	40	20	20
или соус молочный	-	75	-	75
Выход: со сметаной	-	190	-	220
с соусом	-	225	-	275

Подготовленные помидоры промывают, нарезают поперек кружочками, солят и обжаривают с обеих сторон. Баклажаны промывают, очищают от кожицы, нарезают кружочками, солят и оставляют на 10-15 мин для удаления горечи, затем промывают, обсушивают, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон.

Кабачки с плотной мякотью, мелкими семенами и тыкву очищают от кожицы, у тыквы и крупных кабачков удаляют семена, нарезают кружочками или ломтиками, посыпают солью, панируют в муке и об-

жаривают с обеих сторон. Баклажаны и тыкву доводят до готовности в жарочном шкафу.

При подаче жареные овощи поливают сметаной или соусом молочным или сметанным, или сметанным с томатом и посыпают измельченной зеленью петрушки и укропа

Грибы в сметанном соусе

	брутто	нетто
Грибы белые свежие	151	115
или грибы белые сушеные	37,5	37,5
или грибы белые маринованные	140	115
или соленые (в бочковой таре)	140	115
или шампиньоны свежие	247	188
или сморчки свежие	179	150
Маргарин столовый	10	10
Масса жареных грибов	-	75
Соус сметанный	-	75
Выход	-	150

Вареные сушеные грибы или свежие белые грибы, или шампиньоны, или вареные сморчки нарезают ломтиками или дольками, обжаривают до готовности. Грибы маринованные отделяют от маринада, а соленые - от рассола, промывают, в дальнейшем их приготавливают так же, как и свежие грибы. Готовые грибы заливают соусом сметанным и кипятят 5-10 мин. Грибы можно готовить с пассерованным луком (10-20 г на порцию), соответственно увеличив выход блюда. При отпуске посыпают зеленью.

Соус сметанный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сметана	1000	1000	500	500
Масло сливочное	50	50	-	-
Мука пшеничная	50	50	50	50
Бульон или отвар	-	-	500	500
Масса белого соуса	-	-	-	500
Выход	-	1000	-	1000

Для соуса сметанного натурального (по I колонке) муку слегка пассеруют без масла, охлаждают, смешивают с маслом, кладут в сметану, доведенную до кипения, размешивают, заправляют солью и перцем, варят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Соусы сметанные, приготовленные на бульоне мясном или овощном отваре, используются для мясных, рыбных и овощных блюд, а соусы сметанные на бульоне рыбном - только для рыбных блюд.

Для приготовления соуса сметанного с добавлением соуса белого (II колонка) в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль, варят 3-5 минут, процеживают и доводят до кипения.

Картофель, запеченный в сметанном соусе
с грибами или луком, или грибами и луком

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	109	82	207	155
или картофель молодой	106	85	200	160
Масса вареного картофеля	80	-	150	-
Грибы белые сушеные	25	25	25	25
или грибы белые свежие	101	77	101	77
или шампиньоны свежие	164	125	164	125
Лук репчатый	48	40	-	-
Маргарин столовый	10	10	10	10
Масса жареных грибов	-	50	-	50
Масса пассерованного лука	-	20	-	-
Соус сметанный	-	120	-	125
Сыр	5,4	5	5,4	5
Маргарин столовый	5	5	5	5
Масса полуфабриката	-	280	-	335
Выход	-	250	-	300

Картофель нарезают кубиками, отваривают в подсоленной воде и укладывают на смазанные жиром порционную сковороду или противень. Грибы, нарезанные дольками или ломтиками, нарезанный соломкой лук обжаривают, соединяют с соусом сметанным, заливают им картофель, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают.

При отпуске посыпают зеленью.

Рулет или запеканка картофельные
с овощами или овощами и грибами

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	240	180	240	180
Масса протертого картофеля	∅	175	-	175
Для фарша:				
Капуста свежая белокочанная	-	-	50/40 ¹	30
или капуста квашеная	-	-	57/40	30
или свежие белые грибы	-	-	61/46	30
или грибы сушеные	-	-	15/15	30
или шампиньоны свежие	-	-	99/75	30
Лук репчатый	24/20	10	24/20	10
Морковь	19/15 ¹	10	-	-
Маргарин столовый	10	10	10	10
Яйца ²	1/2 шт.	20	-	-
Масса фарша	-	40	-	40
Сметана	5	5	5	5
Сухари	5	5	5	5
Масса полуфабриката		225	-	225
Масса запеченного рулета или запеканки	-	200	-	200
Соус томатный	-	75	-	75
или сметана	30	30	20	20
Выход: с соусом	-	275	-	275
со сметаной	-	230	-	220

Сваренный картофель обсушивают и в горячем состоянии протирают, перемешивают и выкладывают на чистую смоченную водой салфетку. На середину массы кладут фарш и придают ей форму рулета или кулебяки, которую перекладывают с салфетки швом вниз на смазанный жиром противень; смазывают сметаной, посыпают сухарями, затем ножом делают 2-3 прокола вдоль рулета, сбрызгивают жиром и запекают.

Для приготовления фарша: нарезанную соломкой или нарубленную капусту обжаривают; лук репчатый, морковь, нарезанную соломкой или ломтиками, пассеруют; сушеные вареные грибы или свежие белые или шампиньоны нарезают соломкой или ломтиками, слегка обжаривают. Капусту или грибы, морковь, пассерованный лук, вареные рубленые яйца смешивают, добавляют перец. Можно добавить зелень петрушки или укропа (5 г нетто).

Количество фарша можно увеличить до 80 г, соответственно увеличив выход. При изготовлении запеканки картофельную массу делят пополам. Одну половину кладут на смазанный жиром и посыпанный

¹ В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе - масса нетто, в графе нетто - масса готовых продуктов.

² 1/10 нормы яйца оставляют на смазку.

сухарями противень слоем 2 см, равномерно распределяют на нем фарш, который покрывают оставшейся картофельной массой. Поверхность изделия разравнивают, смазывают сметаной, ложкой наносят узор, посыпают сухарями, сбрызгивают жиром и запекают.

Готовый рулет или запеканку режут на порции, при отпуске поливают сметаной или соусом томатным, сметанным или грибным.

Соус можно подать отдельно.

Капуста цветная или белокочанная,
или савойская, запеченная под соусом

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста цветная или капуста белокочанная ранняя	342	178	277	144
или капуста савойская	223	178	180	144
Масса вареной капусты	223	174	181	141
Соус молочный	-	160	-	130
Сыр	-	130	-	100
Масло сливочное	5,4	5	5,4	5
Масса полуфабриката	5	5	5	5
Масса запеченной капусты	-	295	-	235
Масло сливочное	-	250	-	200
Масло сливочное	10	10	5	5
Выход	-	260	-	205

Капусту подготовленную укладывают на смазанную жиром сковороду или противень, заливают горячим молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают. Отпускают в той же посуде, в которой она запекалась, или на тарелке, поливают маслом.

Баклажаны, фаршированные овощами

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Баклажаны	179	170	179	170
Для фарша:				
Грибы белые свежие	39/30 ¹	15	-	-
или шампиньоны свежие	50/38	15	-	-
или грибы белые сушеные	7,5/7,5	15		
Лук репчатый	24/20	10	36/30	15
или лук зеленый	19/15	10	29/23	15
Морковь	28/22	15	46/37	25
Яйца	-	-	1/4 шт.	10
Петрушка (корень)	21/16	10	21/16	10
или сельдерей (корень)	24/16	10	24/16	10
Томатное пюре	10	10	-	-
Масло растительное	15	15	15	15
Помидоры свежие	38/32	20	38/32	20
Чеснок	-	-	2	1,5
Перец	-	-	0,02	0,02
Масса фарша	-	80	-	80
Масса полуфабриката	-	250	-	250
Масса готовых баклажанов		200		200
Соус сметанный	-	75	-	75
Выход	-	275	-	275

Баклажаны разрезают вдоль на две части, удаляют семена, солят, оставляют на 10-15 мин, чтобы выделился сок, промывают и заполняют их овощным фаршем или фаршем из овощей с грибами, или фаршем из овощей с яйцами. Затем баклажаны укладывают в один ряд на противень, добавляют небольшое количество воды или бульона и запекают в жарочном шкафу до готовности.

Для фарша: морковь и петрушку (или сельдерей), нарезанные соломкой или мелкими кубиками, пассеруют, отдельно пассеруют репчатый лук, нарезанный полукольцами. Продукты смешивают, добавляют пассерованное томатное пюре, жареные помидоры, измельченный чеснок и доводят до кипения. Затем в фарш добавляют нарезанные ломтиками вареные яйца или жареные мелко нарезанные грибы, соль, перец.

Сушеные грибы предварительно варят, мелко режут и слегка обжаривают. При отпуске поливают соусом сметанным или сметанным с томатом.

¹ В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе - масса продуктов нетто, в графе нетто - масса готовых продуктов.

Кабачки, фаршированные овощами

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кабачки	249/167	150	249/167	150
Для фарша:				
Лук репчатый	36/30	15	36/30	15
Морковь	46/37	25	64/51	35
Петрушка (корень)	21/16	10	21/16	10
Томатное пюре	10	10	10	10
Масло растительное	20	20	20	20
Лук зеленый	19/15	10	19/15	10
Перец	-	-	0,02	0,02
Чеснок	-	-	3	2
Горошек зеленый консервированный	15	10	-	-
Масса фарша	-	75	-	75
Сыр	5.4	5	5,4	5
Масса полуфабриката	-	225	-	225
Масса запеченных кабачков	-	200	-	200
Соус сметанный или сметана	30	30	30	30
Выход: с соусом		275	-	275
со сметаной		230	-	230

Кабачки очищают от кожицы, нарезают поперек на части длиной 3-5 см в зависимости от диаметра кабачков, удаляют семена с частью мякоти и отваривают до полуготовности в подсоленной воде. Затем подготовленные кабачки заполняют овощным фаршем, кладут на смазанный жиром противень, посыпают тертым сыром и запекают. Затем кабачки заливают соусом сметанным или сметанным с томатом, или сметаной и доводят до кипения.

Для приготовления фарша морковь и петрушку (или сельдерей) нарезают мелкими кубиками или соломкой и пассеруют. Отдельно пассеруют репчатый лук, нарезанный полукольцами. Затем добавляют пассерованное томатное пюре, мелко нарезанный и слегка поджаренный зеленый лук, зеленый горошек, измельченный чеснок, перец, перемешивают и прогреваются.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ БЛЮД ИЗ КАРТОФЕЛЯ И ОВОЩЕЙ

Отварные и припущенные картофель и овощи должны быть хорошо очищены, без глазков и темных мест, с ровной поверхностью, не деформированы. Не допускается запах и привкус пригорелых овощей, а также посторонний запах.

Тушеные овощи должны сохранять форму нарезки, цвет - в зависимости от вида овощей, иногда слегка побуревший. Исключается запах пригорелых овощей.

Жареные картофель и овощи должны сохранять форму нарезки, светло-коричневый цвет. Недопустимые дефекты: привкус прогорклого или осаленного жира, обугливание, недожаривание и т. д.

У запеченных овощей должна быть хрустящая золотистая корочка, без трещин, фарш следует распределять равномерно по всей изде-лию (рулет, запеканка).

4.4. БЛЮДА ИЗ КРУП

КАШИ

Каши можно варить из любого вида крупы. Варят их на воде, на молоке или на смеси молока и воды.

По консистенции каши делятся на рассыпчатые, вязкие и жидкие в зависимости от соотношения крупы и жидкости, взятых для варки.

В нижеприведенной таблице указано количество крупы и жидкости, которое необходимо для приготовления 1 кг рассыпчатой, вязкой и жидкой каш (графы 2 и 3), здесь же дается примерное количество жидкости и соли, которое необходимо, чтобы приготовить каши различной консистенции из 1 кг крупы (графы 4 и 5).

Нормы жидкости, указанные в таблице, рассчитаны для варки каш в котлах емкостью от 30 до 60 л. При уменьшении емкости котлов количество жидкости, указанное в таблице, может быть увеличено, но не более чем на 5-10% - для рассыпчатых каш и на 2-3% - для вязких каш. При большей емкости котлов количество жидкости соответствен-но уменьшают.

Пример. Нужно приготовить 20 кг пшенной вязкой каши. Пользуясь таблицей, по графе 2 находим, что для приготовления 1 кг каши требуется 250 г (0,25 кг) крупы; следовательно, для приготовления 20 кг каши потребуется $0,25 \text{ кг} \times 20 = 5 \text{ кг}$ крупы. В графе 3 находим, что для приготовления 1 кг каши требуется 0,80 л жидкости; следовательно, для приготовления 20 кг каши потребуется $0,80 \text{ л} \times 20 = 16 \text{ л}$ жидкости.

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек. Пшено, рисовую и перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую - только теплой. При этом следует учитывать, что в крупе при промывании всегда остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10-30% от массы сухой крупы. Это нужно иметь в виду при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и другие дробленые крупы, а также хлопья овсяные «Геркулес» не промывают.

При приготовлении рассыпчатой гречневой каши из ядрицы, вырабатываемой из непропаренного зерна, для сокращения срока варки крупу иногда обжаривают. Перебранную крупу насыпают на противень слоем не более 4 см и, периодически помешивая, обжаривают в жарочном шкафу при 110-120°C до светло-коричневого цвета. Учитывая,

что влажность поджаренной крупы уменьшается примерно на 10%, воды для каши необходимо брать несколько больше.

Рекомендуемая в рецептурах норма выхода рассыпчатых, вязких и жидких каш может быть уменьшена до 100, 150, 250 г в зависимости от спроса потребителей.

При подаче кашу поливают растопленным жиром или кладут кусочек масла. Количество жира и сахара на блюдо, указанное в рецептурах, допускается изменять. На порцию каши по любой рецептуре можно взять 10-15 г жира. Сахар добавляется в количестве 5, 10, 20 или 25 г, при этом соответственно изменяется и выход блюда. Каша можно отпускать с вареньем, джемом, повидлом, медом - 25-30 г на порцию.

**Количество крупы, жидкости, соли,
расходуемое на приготовление каш**

Наименование каш	На 1 кг выхода каши ¹		Из 1 кг крупы и выход каши			Привар, %	Влажность в % (до- пускаются отклоне- ния ±1,5%)
	Крупа, г	жидкость л ²	Жидкость, л	соль, г	выход, кг		
Гречневая: рассыпчатая из ядрицы неподжаренной и ядрицы быстрораствори- вающейся	476	0,71	1,50	21	2,10	110	60
из ядрицы поджаренной	417	0,79	1,90	24	2,40	140	69
вязкая	250	0,80	3,20	40	4,00	300	79
Пшеничная:							
рассыпчатая	400	0,72	1,80	25	2,50	150	66
вязкая	250	0,80	3,20	40	4,00	300	79
жидкая	200	0,84	4,20	50	5,00	400	83

¹ Для каш, приготовленных на воде, берут 10 г соли, а для молочных и сладких - 4-5 г на 1 кг выхода каши.

² Каша рассыпчатые по всем трем колонкам, а вязкие и жидкие по I колонке готовят на воде. Жидкие каши по I колонке готовят на цельном молоке, вязкие каши по I и II колонкам и жидкие каши по II колонке готовят на смеси молока и воды. Соотношение молока и воды принимается следующее: 60% молока, 40% воды.

При варке вязких и жидких каш на 1 кг выхода каши добавляется сахар из расчета 30 г по I и II колонкам, 10 г для вязких и 20 г для жидких каш по III колонке.

Отходы при переборке, просеивании и промывании круп, составляющие 1-1,5%, а также потери при порционировании (около 1%) учтены при определении выхода каш и готовых изделий из них.

На приготовление каши из дробленого риса, пшена и овсяной крупы норму ее увеличивают против указанной в таблице и в рецептуре на 2%.

Наименование каш	На 1 кг выхода каши ¹		Из 1 кг крупы и выход каши			Привар, %	Влажность в % (до- пускаются отклоне- ния ±1,5%)
	Крупа, г	жидкость л ²	Жидкость, л	соль, г	выход, кг		
Рисовая:							
рассыпчатая	357	0,75	2,10	28	2,80	180	70
вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
жидкая	154	0,88	5,70	65	6,50	550	87
Перловая:							
рассыпчатая	333	0,80	2,40	30	3,00	200	72
вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
Ячневая:							
рассыпчатая	333	0,80	2,40	30	3,00	200	72
вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
Овсяная:							
вязкая	250	0,80	3,20	40	4,00	300	78
жидкая	200	0,84	4,20	50	5,00	400	83
Из хлопьев овсяных «Геркулес»:							
вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
жидкая	154	0,88	5,70	65	6,50	550	87
Манная:							
вязкая	222	0,82	3,70	45	4,50	350	81
жидкая	154	0,88	5,70	65	6,50	550	87
Пшеничная:							
рассыпчатая	400	0,72	1,80	25	2,50	150	66
вязкая	250	0,80	3,20	40	4,00	300	79
жидкая	200	0,84	4,20	50	5,00	400	83
Кукурузная:							
рассыпчатая	333	0,80	2,40	30	3,00	200	72
вязкая	285	0,77	2,70	35	3,50	250	76
жидкая	200	0,84	4,20	50	5,00	400	83
Из саго искусственного:							
рассыпчатая	333	0,75	2,25	30	3,00	200	71
вязкая	250	0,81	3,25	40	4,00	300	78

Каша рассыпчатая с луком, шпиком или яйцом

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса каши	-	150	-	200
Лук репчатый	30	25	30	25
Кулинарный жир	15	15	15	15
Масса пассерованного с жиром лука или	-	25	-	25
Лук репчатый	25	21	30	25
Шпик	20	19	34	33
Масса пассерованного со шпиком лука или	-	25	-	40
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Масло сливочное или маргарин столовый	15	15	15	15
Выход: с луком и жиром	-	175	-	225
с луком и шпиком	-	175	-	240
с яйцом и жиром	-	205	-	235

Шпик нарезают мелкими кубиками и жарят до тех пор, пока из него не выгорит примерно половина жира. Затем кладут лук, нарезанный кубиками, и пассеруют.

При отпуске горячую кашу смешивают с пассерованным на жире или шпике луком, или заправленную маслом кашу посыпают рублеными яйцами.

Каша вязкая

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса каши	-	200	-	200
Маргарин столовый или масло сливочное или сахар	15	15	15	15
Выход: с жиром	-	215	-	215
с сахаром	-	215	-	215

Вязкие каши готовят на воде, молоке и молоке с добавлением воды. В готовой вязкой каше зерна крупы должны быть полностью набухшими и хорошо разваренными.

Вязкая каша представляет собой густую массу. При температуре 60-70°C она держится на тарелке горкой, не расплываясь. Из 1 кг крупы получается от 4 до 5 кг готовой каши.

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие, пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая, затем закрывают крышкой и, уменьшив

нагрев, доводят до готовности. При отпуске кашу поливают растопленным жиром.

Количество крупы, жидкости и соли для приготовления вязких каш массой 200 г берут согласно указанным нормам. Вязкие каши можно готовить с тыквой, черносливом, морковью и т.д.

При варке необходимо учитывать, что различные виды круп неодинаково быстро набухают и развариваются. Например, рисовая, перловая, овсяная, пшеничная, кукурузная крупы и пшено в молоке с добавлением воды развариваются медленнее, чем в воде. Поэтому сначала эти крупы варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено - не более 10 мин), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Ячневую крупу или хлопья овсяные «Геркулес» засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности.

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90-95°С почти полностью набухает и быстро разваривается. Поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.

Гречневую крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко с водой или воду), добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая, до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности.

Молочные вязкие каши отпускают в горячем виде с растопленным жиром или посыпают сахаром. Масло сливочное можно положить кусочком.

Каша вязкая с черносливом

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа пшеничная или пшено	40	40	50	50
Вода (на кашу пшеничную или пшенную)	128	128	160	160
Крупа рисовая или хлопья овсяные «Геркулес»	36	36	45	45
Вода (на кашу рисовую или из хлопьев овсяных «Геркулес»)	133	133	167	167
Сахар	4	4	5	5
Чернослив	30	45 ¹	40	60
Масса каши	-	200	-	250
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10
Выход	-	215	-	260

Чернослив отваривают в воде и дают ему после варки полностью набухнуть. После этого отвар сливают, добавляют в него необходимое

¹ Масса вареного набухшего чернослива.

количество воды и варят кашу. При отпуске на кашу кладут чернослив (с косточкой) и поливают жиром.

	Каша жидкая			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса каши	-	200	-	300
Маргарин столовый или масло сливочное или сахар	10	10	15	15
Выход: с жиром с сахаром	-	210	-	315
	-	215	-	320

Жидкие каши готовят из всех видов круп, кроме гречневой, ячневой и саго, на молоке по I колонке, на смеси молока и воды (60% молока и 40% воды) по II колонке. Жидкими считаются каши, выход которых составляет 5-6,5 кг из 1 кг крупы. Готовят жидкие каши так же, как вязкие (с. 166), но с большим количеством жидкости. Отпускают каши в горячем виде с растопленным жиром или с сахаром, в количествах, указанных в рецептуре, а также с вареньем, джемом, повидлом, медом (25-30 г на порцию), с корицей, которой посыпают кашу при отпуске (0,5 г на порцию).

ИЗДЕЛИЯ ИЗ КАШ

КРУПЕНИКИ, ЗАПЕКАНКИ И ПУДИНГИ

Запеканки готовят из различных круп сладкими, с творогом, тыквой, плодами, изюмом, цукатами. Для запеканок варят вязкую или рассыпчатую кашу, в которую добавляют жир, яйца, сахар. В кашу для сладких запеканок кладут ванилин. Вместо яиц можно использовать разведенный яичный порошок. Пудинги, как правило, готовят в формах. Отпускают запеканки и пудинги в горячем виде с маслом, сметаной, с молочным или сладким соусом. Запеканка из гречневой или пшеничной (полтавской) крупы с творогом называется крупеником.

	Крупеник I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа гречневая	48	48	74	74
Молоко	50	50	50	50
Вода	30	30	70	70
или				
Крупа пшеничная	40	40	62	62
Молоко	50	50	50	50
Вода	40	40	80	80
Масса каши	-	120	-	185
Творог	81	80	86	85
Сахар	10	10	10	10
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Сухари пшеничные	4	4	5	5
Маргарин столовый	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5
Масса полуфабриката	-	240	-	300
Масса готового крупеника	-	200	-	250
Маргарин столовый				
или масло сливочное	10	10	10	10
или сметана	30	30	30	30
Выход: с маслом	-	210	-	260
со сметаной	-	230	-	280

Готовую рассыпчатую кашу (гречневая - с приваром 150% и пшеничная - с приваром 200%) охлаждают до 60-70°C, добавляют протертый творог, сахар, маргарин, сырые яйца и перемешивают.

Приготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают. Подают с жиром или сметаной.

Запеканка рисовая с творогом

	брутто	нетто
Крупа рисовая	48	48
Вода	100	100
Изюм	20,5	20
Творог	40,5	40
Яйца	1/4 шт.	10
Сахар	15	15
Ванилин	0,01	0,01
Мargarин столовый	5	5
Сухари пшеничные	5	5
Сметана	5	5
Масса полуфабриката	-	225
Масса готовой запеканки	-	200
Мargarин столовый		
или масло сливочное	10	10
или сметана	30	30
или соус фруктовый	-	75
<hr/>		
Выход: с жиром	-	210
со сметаной	-	230
с соусом	-	275

В готовую рассыпчатую кашу, приготовленную с изюмом или без изюма и охлажденную до 60-70°C, добавляют протертый творог, взбитые с сахаром яйца, ванилин, растворенный в небольшом количестве воды, жир и перемешивают. Подготовленную массу раскладывают на смазанный растопленным жиром и посыпанный сухарями противень, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают 10 мин. Подают запеканку с жиром или сметаной, или с соусом клюквенным, или яблочным, или из ягодного экстракта.

Пудинг рисовый, манный, пшеничный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа рисовая или манная	45	45	48	48
или пшено	52	52	55	55
Молоко	100	100	75	75
Вода (на кашу рисовую или манную)	50	50	80	80
Вода (на кашу пшеничную)	40	40	75	75
Сахар	15	15	15	15
Яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Масло сливочное	10	10	10	10
Изюм	10,5	10	10,5	10
Цукаты	10	10	-	-
Сухари	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5
Ванилин	0,01	0,01	0,01	0,01
Масса полуфабриката	-	240	-	240
Масса готового пудинга	-	200	-	200
Соус фруктовый	-	50	-	50
или варенье	30	30	30	30
Выход: с соусом	-	250	-	250
с вареньем	-	230	-	230

В готовую вязкую кашу, охлажденную до 60-70°С, добавляют нарезанные маленькими кусочками цукаты, растертые с сахаром яичные желтки, изюм, ванилин, масло, перемешивают, вводят в массу взбитые в густую пену яичные белки. После этого массу раскладывают ровным слоем на порционные сковороды или противень, смазанные маслом и посыпанные сухарями, поверхность покрывают смесью яйца со сметаной и запекают.

При отпуске поливают соусом абрикосовым или клюквенным или отпускают с вареньем.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ БЛЮД ИЗ КРУП

В рассыпчатых кашах зерна хорошо набухшие, в большинстве своем сохранившие форму, легко отделяются друг от друга. Вкус и запах - свойственные данному виду крупы без признаков горечи и затхлости, не допускается запах и вкус подгоревшей каши.

Цвет каши гречневой - от светло-коричневого до темно-коричневого, пшеничной - от белого до желтого, рисовой - от белого до кремового, перловой, пшеничной и ячневой - от серого до темно-серого. Консистенция мягкая, однородная, рассыпчатая, без комков и засохших пленок.

В вязких и жидких кашах - зерна частично или полностью разварившиеся. Вкус и запах такой же, как у рассыпчатых каш; каши, сваренные на молоке, более нежные, с ароматом молока и масла. Не допускается вкус пригоревшего молока и затхлости. Цвет - свойст-

венный данному виду круп. Консистенция вязкой каши - густая, в горячем виде держится на тарелке горкой, не расплываясь. Каши жидкие имеют более жидкую консистенцию.

Котлеты и биточки должны быть правильной формы, без трещин, с мягкими зернами и хрустящей корочкой на поверхности. Вкус и запах - свойственные каше, из которой они приготовлены, и соусу. Цвет - от темно-золотистого до коричневого.

Поверхность запеканок должна быть равномерно поджаренная, золотистая. Цвет на разрезе - светло-желтый. Вкус и запах - свойственные молочной каше с ароматом цукатов, изюма и молока. Консистенция - рыхлая, корочка хрустящая.

4.5. БЛЮДА ИЗ БОБОВЫХ

Фасоль, горох, чину, нут и чечевицу перед приготовлением блюд тщательно перебирают, удаляя сорные примеси, и промывают в холодной воде. Отходы при переборке составляют 1%.

Бобовые (кроме гороха лущеного) развариваются медленно, поэтому перед варкой их замачивают в холодной воде в течение 5-8 ч. Предварительное замачивание бобовых дает возможность не только сократить срок их тепловой обработки, но и сохранить во время варки зерна в целом (неразваренном) виде.

Для замачивания на одну часть сухого зерна берут две части воды, температура которой должна быть не выше 15°C.

Перед варкой бобовые заливают холодной водой (2,5 л воды на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении. Продолжительность варки колеблется в следующих пределах: чечевицы - 45-60 мин, гороха - 60-90 мин, фасоли - 1-2 ч.

Во время варки не следует добавлять холодную воду, так как это ухудшает развариваемость бобовых и, кроме того, от холодной воды зерна теряют свою форму.

Хорошо сваренные зерна имеют однородную мягкую консистенцию. У сваренной фасоли, чечевицы большая часть зерен должна сохранить свою форму.

Для улучшения вкуса бобовых иногда при варке добавляют ароматические корни и овощи (перец, петрушку, морковь, сельдерей и лук), нарезанные мелкими кубиками, а также зелень петрушки и сельдерея (3 г нетто на порцию).

После того как бобовые станут мягкими, варку прекращают, добавляют соль (3-4 г на порцию отварных бобовых) и оставляют их на 15-20 мин в отваре, который затем сливают, после чего посыпают молотым черным перцем (0,01 г на порцию).

Из 1 кг сухих бобовых получается 2,1 кг вареных. При отпуске бобовые посыпают зеленью петрушки или укропа, которая включается в рецептуру из расчета 2-3 г нетто на порцию.

Бобовые с жиром и луком

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса отварных бобовых	-	150	-	200
Лук репчатый	25	21	30	25
Жир-сырец свиной	15	15	20	20
Масса пассерованного с жиром лука		25		30
Выход: с жиром и луком	-	175	-	230

Мелко нарезанный репчатый лук пассеруют на жире и смешивают с горячими отварными бобовыми.

Бобовые отварные

	брутто	нетто
Фасоль или горох, или чечевица, или чина, или нут	485	480
Выход	-	1000

Отварные бобовые используют для приготовления блюд и гарниров.

Бобовые с копченой грудинкой или корейкой

	II	
	брутто	нетто
Масса отварных бобовых	-	150
Грудинка копченая	27	20 ¹
или корейка копченая	26	20 ¹
Лук репчатый	36	30
Жир-сырец свиной	15	15
Масса пассерованного с жиром лука	-	25
Соус томатный	-	30
Чеснок	0,5	0,4
Выход	-	225

Вареную копченую грудинку или корейку, нарезанную мелкими кубиками, нашинкованный пассерованный лук кипятят в красном или томатном соусе 10 мин, смешивают с отварными бобовыми, добавляя растертый с солью чеснок и, помешивая, нагревают до кипения.

¹ Масса вареной грудинки, корейки без шкуры и костей.

Пюре из бобовых с жиром, с грудинкой,
с корейкой, со шпиком и луком,
с жиром и луком

	II брутто	нетто
Масса пюре из бобовых		150
Маргарин столовый	15	15
или грудинка копченая	27	20 ¹
или корейка копченая	26	20 ¹
или шпик	20	19
лук репчатый	30	25
Масса пассерованного со шпиком лука	-	30
или маргарин столовый	15	15
лук репчатый	36	30
Масса пассерованного с жиром лука	-	25
<hr/>		
Выход: с жиром	-	165
с грудинкой	-	170
с корейкой	-	170
со шпиком и луком	-	180
с жиром и луком	-	175

При отпуске приготовленное пюре поливают жиром или добавляют в него нарезанные мелкими кубиками вареную грудинку или корейку, или заправляют пассерованным на жире или шпике нарезанным мелкими кубиками репчатым луком.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ БЛЮД ИЗ БОБОВЫХ

Отварные зерна гороха, фасоли, чины и чечевицы должны быть целые. Небольшое количество зерен может быть разварено. Вкус и запах - свойственный данному виду бобовых, слегка острый от добавляемых перца, пассерованного лука и томата. Цвет - от светло-розового до красноватого. Консистенция - зерна мягкие.

¹ Масса вареной грудинки, корейки без шкуры и костей.

4.6. БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг - 6 л воды и 50 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу - 20-25 мин, вермишель - 10 -12 мин. В процессе варки они набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта. Сваренные макаронные изделия откидывают на дуршлаг и перемешивают с растопленным жиром (1/3-1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью жира или сметаной макароны заправляют непосредственно перед отпуском.

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия варят, не откидывая на дуршлаг, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий - 2,2-3,0 л воды и 30 г соли).

Макаронные изделия отварные

	брутто	нетто
Макаронные изделия	350	350
Выход	-	1000

Макароны отварные с жиром или сметаной

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса отварных макарон или лапши		150		200
Маргарин столовый	15	15	15	15
или масло сливочное и сметана	5	5	5	5
	30	30	30	30
Выход: с жиром	-	165	-	215
с жиром и сметаной	-	185	-	235

Макароны или лапшу отваривают. При отпуске поливают растопленным жиром или жиром и сметаной.

Макароны с сыром, брынзой или творогом

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса отварных макарон	-	150	-	200
Сыр	22	20	22	20
или брынза	31	30	42	40
или творог	51	50	76	75
Маргарин столовый	10	10	10	10
Выход: с сыром	-	180	-	230
с брынзой	-	190	-	250
с творогом	-	210	-	285

Отварные макароны, заправленные жиром, посыпают тертым сыром или брынзой непосредственно перед подачей. Сыр и брынзу можно подать отдельно.

Творог протирают и смешивают с макаронами непосредственно перед подачей.

Макароны отварные с овощами

	II	
	брутто	нетто
Масса отварных макарон	-	200
Морковь	25	20
Петрушка (корень)	9	7
Лук репчатый	19	16
Томатное пюре	15	15
Мargarин столовый	20	20
Масса готовых овощей	-	50
Выход	-	250

Овощи нарезают соломкой и пассеруют, добавляют томатное пюре и продолжают пассерование 5-7 мин. Зеленый горошек прогревают. Макароны отваривают, добавляют к ним подготовленные овощи с томатным пюре и перемешивают.

Макароны с ветчиной и с томатом

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса отварных макарон	-	200	-	200
Ветчина вареная (окорок) ¹	49	37	38	29
Лук репчатый	19	16	19	16
Томатное пюре	15	15	15	15
Грибы белые свежие	75	57	-	-
или шампиньоны консервированные	49	37	-	-
Мargarин столовый	15	15	10	10
Масса жареных ветчины, лука и грибов	-	100	-	50
Петрушка (зелень)	4	3	4	3
Выход	-	300	-	250

Нарезанные грибы, лук, ветчину поджаривают на жире, затем добавляют пассерованное томатное пюре и смешивают с отварными макаронами. При отпуске посыпают зеленью.

¹ Для расчета дан окорок вареный со шкуркой.

Макароны, запеченные с яйцом

	II	
	брутто	нетто
Масса отварных макарон	-	150
Яйца	1 шт.	40
Молоко	50	50
Маргарин столовый	5	5
Масса полуфабриката	-	245
Масса запеченных макарон	-	225
Маргарин столовый	5	5
Выход	-	230

Сырые яйца смешивают с холодным молоком и солят. Этой смесью заливают вареные, заправленные жиром макароны, кладут на сковороду или противень, смазанные жиром, и запекают 10 мин. При отпуске поливают жиром.

Макароны, запеченные с сыром

	II	
	брутто	нетто
Масса отварных макарон	-	200
Сыр	21	19
Маргарин столовый	10	10
Масса полуфабриката	-	228
Масса запеченных макарон	-	205
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5
Выход	-	210

Отварные макароны, заправленные жиром, кладут на порционную сковороду, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают до образования на поверхности макарон поджаристой корочки.

При отпуске поливают жиром.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ БЛЮД ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

Сваренные макароны, лапша, вермишель и другие макаронные изделия должны быть целые, неразварившиеся, эластичные, мягкие. Вкус и запах - свойственные данному виду изделий, без горечи и постороннего привкуса. Цвет - белый с желтоватым оттенком.

4.7. БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

Для приготовления блюд из яиц используют свежие куриные яйца, меланж или яичный порошок. Перед употреблением яйца промывают сначала теплой водой с 1-2%-ным содержанием кальцинированной соды, затем 0,5%-ным раствором хлорамина, после чего ополаскивают чистой водой¹.

При использовании меланжа банку, не вскрывая, размораживают на воздухе или в воде, температура которой не должна превышать 50°С. После этого банку вскрывают, размороженный меланж процеживают через дуршлаг или решето и немедленно используют.

Если для приготовления блюд требуется небольшое количество меланжа, то банку вскрывают, не размораживая, и после взятия необходимого количества меланжа хранят при температуре ниже 0°С.

Яичный порошок перед использованием просеивают через сито, всыпают в посуду, заливают холодной водой или молоком (из расчета на 1 весовую часть порошка 3,5 весовых части воды, то есть на 100 г порошка берут 0,35 л воды и 4 г соли), размешивают деревянной лопаточкой и ставят на 30-40 мин для набухания. Набухшую смесь солят и немедленно используют для приготовления блюд. Хранить разведенный яичный порошок нельзя. Яичный порошок используют только для приготовления изделий, подвергающихся тепловой обработке.

БЛЮДА ИЗ ВАРЕННЫХ ЯИЦ

Яйца варят всмятку, «в мешочек» или вкрутую. Яйца варят в скорлупе или без нее.

При варке в скорлупе яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят: всмятку - 3-3,5 мин с момента закипания, «в мешочек» - 4,5-5,5 мин, вкрутую - 8-10 мин. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

При варке без скорлупы в воду добавляют уксус и соль (50 г 3%-ного уксуса и 10 г соли на 1 л воды), доводят до кипения и быстро выпускают яйца одно за другим (не более 10 шт.). В этом случае яйца «в мешочек» варят 3-3,5 мин. При варке образуется белковая бахрома, которую следует зачищать. Получающиеся при этом отходы составляют 7% к массе вареного яйца.

Для варки без скорлупы следует использовать яйца диетические. У яйца, сваренного всмятку, белок, расположенный ближе к скорлупе, должен быть наполовину затвердевшим, а желток - жидким. Очистить яйцо нельзя, так как оно не сохранит форму.

Яйца, сваренные «в мешочек», имеют полностью затвердевший белок и полужидкий желток. Очищенное от скорлупы яйцо сохраняет форму, но слегка деформируется под действием собственной массы.

¹ Санитарные правила для предприятий общественного питания.

Яйцо, сваренное вкрутую, имеет в меру плотный белок и желток. Желток - нежный, рассыпчатый, в центре его может быть незатвердевшая капля.

Яйца, сваренные всмятку, подают только в горячем натуральном виде, «в мешочек» - используют также для приготовления горячих блюд, а сваренные вкрутую - для горячих и холодных блюд.

Яйца «в мешочек», кроме того, используют в качестве гарнира к некоторым блюдам (бульон с яйцом и др.).

Яйца вареные

Яйца (в шт.)	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яйца (в шт.)	3	3	2	2
Выход	-	3 шт.	-	2 шт.

Яйца варят всмятку, «в мешочек» или вкрутую, как описано выше. Отпускают в скорлупе.

Яйца с помидорами, фаршированными ветчиной и грибами

	I	
	брутто	нетто
Яйца	2 шт.	80/67 ¹
Помидоры	150	110 ²
Ветчина вареная или окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	41	40
Шампиньоны свежие или грибы белые свежие	53	40/20 ³
Маргарин столовый	5	5 ⁴
Масса полуфабриката	-	167
Масса запеченных фаршированных помидоров	-	150
Соус томатный	-	80
Укроп (зелень)	4	3
Выход	-	300

У помидоров (средней величины) удаляют сердцевину⁵. Шампиньоны припускают до полуготовности, нарезают ломтиками и обжаривают. Грибы белые мелко рубят и обжаривают.

¹ 67 - масса яиц, сваренных «в мешочек» без скорлупы.

² Масса подготовленных для фарширования помидоров.

³ 20 - масса готовых грибов.

⁴ В т.ч. 1 г на смазку сковороды.

⁵ Сердцевину рекомендуется использовать для приготовления красного или томатного соуса.

Подготовленные помидоры (по 2 шт. на порцию) фаршируют нарезанной ломтиками ветчиной и обжаренными грибами и запекают в жарочном шкафу 15-20 мин. При отпуске на них кладут по яйцу, сваренному «в мешочек» без скорлупы, и посыпают зеленью укропа. Соус красный основной или томатный, или сметанный подают отдельно.

Яйца с ветчиной на гренках

	брутто	нетто
Яйца	2 шт.	80/67 ¹
Ветчина вареная или окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	23	22/20 ²
Хлеб пшеничный	29	22/20 ²
Хлеб пшеничный	30	30/25 ³
Маргарин столовый	10	10
Соус томатный	-	75
Выход	-	185

На кусочки поджаренного на жире хлеба кладут по ломтику обжаренной ветчины, сверху укладывают горячие яйца, сваренные «в мешочек» без скорлупы. Соус красный с эстрагоном или томатный подают отдельно.

При отпуске блюдо украшают листьями эстрагона (3 г массой нетто на порцию), увеличив соответственно выход блюда.

Вместо ветчины можно использовать вареный язык, изменив соответственно название блюда.

ЯИЧНАЯ КАШКА

Для ее приготовления яйца или меланж разводят молоком или водой, добавляют соль (10 г на 1 л массы), жир и варят при непрерывном помешивании в небольшой посуде до консистенции полужидкой каши. Готовую кашку хранят до отпуски на мармите при температуре 60°C не более 15 мин.

Отпускают яичную кашку в небольших мисочках или в глубоких чайных блюдах в натуральном виде, с сыром, гренками или с гарниром из овощей и грибов или мясных продуктов.

¹ 67- масса яиц, сваренных «в мешочек» без скорлупы.

² 20 - масса обжаренной ломтиками ветчины или окорока.

³ 25 - масса поджаренного кусочками хлеба.

Яичная кашка (натуральная)

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80
или меланж	120	120	80	80
Молоко	60	60	40	40
Масло сливочное	10	10	5	5
Масса готовой кашки	-	160	-	105
Гренки	-	50	-	35
или сыр	22	20 ¹	16,5	15 ¹
Выход: с гренками	-	210	-	140
с сыром	-	180	-	120

Готовят яичную кашку. При отпуске тертый сыр кладут на середину кашки, гренки укладывают по краям.

Яичная кашка с овощами или грибами

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яичная кашка	-	160	-	105
Фасоль овощная (лопатка) свежая	63	57	50	45
или горошек зеленый консервированный	77	50	62	40
или капуста цветная свежая	108	56	85	44
или спаржа свежая	78	57	62	45
или кабачки свежие	96	77	78	62
или помидоры свежие	93	79	75	64
или баклажаны свежие	72	68	57	54
или грибы белые свежие	101	77	82	62
Масло сливочное	5	5	4	4
Масса готовых овощей или грибов	-	50	-	40
Выход	-	210	-	145

Нарезанную кусочками фасоль, разобранный на кочаны цветную капусту или спаржу, нарезанную брусочками, отваривают и заправляют маслом.

Горошек консервированный прогревают и заправляют маслом. Кабачки, баклажаны, очищенные от кожицы, или грибы нарезают ломтиками, помидоры - дольками и поджаривают.

Готовят яичную кашку. При отпуске на середину готовой кашки кладут подготовленные овощи или грибы.

¹ Масса тертого сыра.

Яичница глазунья (натуральная)

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яйца	3 шт.	120	3 шт.	120
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	10	10
Выход	-	114	-	114

Яйца осторожно выпускают на порционную сковороду с растопленным жиром, не нарушая целостности желтка, солят белки и жарят до полного свертывания белка и загустения желтка.

При подаче рекомендуется посыпать яичницу мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа, кинзы или зеленым луком (1-3 г нетто на порцию).

Соль в рецептурах не указана: норма соли на 1 яйцо - 0,25 г. Яичницу готовят непосредственно перед подачей.

Отпускают яичницу на этой же сковороде.

Яичница глазунья с мясными продуктами

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80
Маргарин столовый	10	10	10	10
Ветчина вареная или окорок копчено-вареный или вареный	45	44	34	33
(со шкурой и костями)	58	44	43	33
или грудинка копченая или колбаса вареная или сосиски	54	40 ¹	40	30 ¹
или свинина	45	44	34	33
Маргарин столовый	69	59	52	44
Масса обжаренных продуктов	4	4	3	3
Выход	-	40	-	30
	-	150	-	105

Мясопродукты (кроме грудинки) нарезают тонкими ломтиками и обжаривают в жире, затем добавляют остальной жир и выпускают на них яйца. Жарят, как глазунью натуральную.

Грудинку отваривают, очищают от шкуры и костей, нарезают кубиками, помещают на разогретую с жиром сковороду. Выпускают яйца и жарят 3-5 мин.

¹ Масса вареной грудинки без шкуры и костей.

ОМЛЕТЫ

Омлеты готовят из яиц, меланжа или яичного порошка, разведенного молоком или водой (натуральные) или с добавлением овощей, свежей зелени, грибов, мясных и других продуктов. Добавляемые продукты предварительно варят или жарят, за исключением тех, которые не требуют тепловой обработки (сыр, зеленый лук, зелень), а затем смешивают с омлетной смесью (смешанные омлеты) и жарят. Кроме того, подготовленные продукты кладут в жареный омлет как начинку (фаршированные омлеты).

Омлет натуральный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80
или меланж	120	120	80	80
Молоко или вода	45	45	30	30
Масса омлетной смеси	-	165	-	110
Маргарин столовый	10	10	5	5
Масса готового омлета	-	160	-	105
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5	5	5
Выход	-	165	-	110

К яйцам или меланжу добавляют молоко, или воду и соль. Смесью тщательно размешивают, выливают на порционную сковороду с растопленным жиром и, помешивая, жарят 5-7 мин. Как только омлетная масса загустеет, края омлета загибают с двух сторон к середине, придавая ему форму продолговатого пирожка. Когда нижняя сторона омлета поджарится, его перекалдывают на подогретое блюдо или тарелку швом вниз и поливают растопленным жиром.

При массовом приготовлении омлет натуральный запекают в жарочном шкафу.

Омлет с сыром

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Омлетная смесь	-	165	-	110
Сыр	22	20 ¹	16,5	15 ¹
Маргарин столовый	10	10	5	5
Масса готового омлета	-	175	-	115
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5	5	5
Выход	-	180	-	120

¹ Масса тертого сыра.

Омлетную смесь смешивают с тертым сыром, жарят или запекают, как омлет натуральный.

При отпуске поливают растопленным жиром.

Омлет, смешанный с мясными продуктами

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Омлетная смесь	-	165	-	110
Маргарин столовый	10	10	5	5
Ветчина вареная	45	44	34	33
или окорок копчено-вареный				
или вареный (со шкурой и костями)	58	44	43	33
или грудинка копченая	54	40 ¹	40	30 ¹
или колбаса вареная или сосиски	45	44	34	33
Маргарин столовый	3	3	2	2
Масса готовых мясных продуктов	-	40	-	30
Масса жареного омлета	-	195	-	130
Маргарин столовый или масло сливочное	5	5	5	5
Выход	-	200	-	135

Мясопродукты нарезают мелкими кубиками или ломтиками и обжаривают (за исключением грудинки, которую используют в отварном виде), затем добавляют жир для жаренья омлета, заливают омлетной смесью, перемешивают и жарят, как омлет натуральный.

При отпуске поливают растопленным жиром.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ БЛЮД ИЗ ЯИЦ

Яйца вареные должны иметь чистую и целую скорлупу; у яиц, сваренных всмятку, должен быть слегка уплотненный белок, желток - жидкий, целый, а у сваренных «в мешочек» - белок уплотненный, желток полужидкий.

У яичницы-глазуньи желтки должны быть жидкими, целыми, с блестящей поверхностью, без белых пятен соли, белок уплотненный, но нежный.

Омлеты должны иметь однородную пышную массу, блестящую поверхность. Вкус - нежный, в меру соленый, цвет - золотистый. Не допускается жидкая консистенция или чрезмерное уплотнение массы.

¹ Масса вареной грудинки без шкуры и костей.

4.8. БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА

Из творога и творожной массы приготавливают холодные и горячие блюда. К холодным блюдам относятся: творожная масса с различными наполнителями (изюм, орехи, какао-порошок и др.), с добавлением вкусовых и ароматических веществ (ванилин, тмин и др.), творог с молоком, сметаной, сахаром, крем творожный; к горячим - вареники, сырники, запеканки, пудинги. Для подачи в натуральном виде используют творог только из пастеризованного молока.

Вторые горячие блюда готовят отварными (вареники, вареники ленивые, пудинг, варенный на пару), жареными (сырники, творожные батончики) и запеченными (пудинги, запеканки).

Творожную сладкую массу отпускают по 100-200 г на порцию со свежими или консервированными и быстрозамороженными плодами и ягодами (50-70 г массой нетто на порцию), или с вареньем, или со сметаной, или с орехами; соленую - со сметаной.

Вареники ленивые (полуфабрикат)

	I	
	брутто	нетто
Творог	837	820
Мука пшеничная	115	115
Яйцо	1 1/2 шт.	60
Сахар	60	60
Соль	8	8
Выход	-	1000

В протертый творог вводят муку, яйца, сахар, соль и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Затем массу раскатывают пластом толщиной 10-12 мм и нарезают на полоски шириной 25 мм. Полоски нарезают на кусочки прямоугольной или треугольной формы.

Вареники ленивые отварные

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Вареники ленивые (полуфабрикат)	-	240	-	190
Масса вареных вареников	-	250	-	200
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10
или сметана	40	40	25	25
или сахар	25	25	20	20
Выход: с маргарином или маслом	-	265	-	210
со сметаной	-	290	-	225
с сахаром	-	275	-	220

Подготовленные вареники (полуфабрикат) отваривают в подсоленной воде при слабом кипении в течение 4-5 мин.

Отпускают вареники с маргарином, маслом, сметаной или сахаром.

Сырники из творога

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Творог	136	135	152	150
Мука пшеничная	20	20	20	20
Яйца	1/8 шт.	5	1/8 шт.	5
Сахар	15	15	-	-
Масса полуфабриката	-	170	-	170
Маргарин столовый	5	5	5	5
Масса готовых сырников	-	150	-	150
Сметана или варенье	20	20	20	20
или масло сливочное	5	5	5	5
или сахар	10	10	10	10
и сметана	20	20	20	20
или соус молочный сладкий	-	75	-	75
Выход: со сметаной				
или вареньем	-	170	-	170
с маслом сливочным	-	155	-	155
с сахаром и сметаной	-	180	-	180
с соусом	-	225	-	225

В протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, сахар, соль. Можно добавить ванилин 0,02 г на порцию, предварительно растворив его в горячей воде.

Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см, обжаривают с обеих сторон, после чего ставят в жарочный шкаф на 5-7 мин.

Сырники без сахара можно готовить с тмином (0,5 г на порцию). Тмин вводят в протертый творог вместе с остальными компонентами. Отпускают сырники по 3 шт. на порцию со сметаной или вареньем, или сметаной и сахаром, с молочным или сметанным, или сладким соусами.

Сырники с тмином отпускают со сметаной или сметанным соусом.

Пудинг из творога (запеченный)

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Творог	91	90	152	150
Крупа манная	10	10	15	15
Сахар	15	15	15	15
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Виноград сушеный (изюм)	15,3	15	20,4	20
Орехи (ядро)	10	10	-	-
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	5	5
Ванилин	0,02	0,02	0,02	0,02
Сухари	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5
Масса готового пудинга	-	150	-	200
Сметана	30	30	20	20
или соус молочный сладкий	-	75	-	75
Выход: со сметаной	-	180	-	220
с соусом	-	225	-	275

В горячей воде (10-20 мл на порцию) растворяют ванилин, затем всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают.

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную крупу, размягченный маргарин или сливочное масло, соль, подготовленный и обсушенный изюм, рубленые орехи. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень (или в формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 25-35 мин. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски.

Отпускают пудинг горячим со сметаной, с молочным или сладким соусами.

Запеканка из творога

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Творог	136	135	141	140
Крупа манная	10	10	10	10
или мука пшеничная	12	12	12	12
Сахар	15	15	10	10
Яйца	1/10 шт.	4	1/10 шт.	4
Маргарин столовый	5	5	5	5
Сухари	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5
Масса готовой запеканки	-	150	-	150
Соус фруктовый сладкий	-	75	-	75
или сметана	30	30	25	25
Выход: с соусом	-	225	-	225
со сметаной	-	180	-	175

Протертый творог смешивают с мукой или предварительно замороженной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью.

Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанные жиром и посыпанные сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки.

При отпуске нарезанную на куски квадратной или прямоугольной формы запеканку поливают сметаной или сладким соусом.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ БЛЮД ИЗ ТВОРОГА

Ленивые вареники должны иметь гладкую поверхность, без разрывов теста; вкус - кисло-сладкий, без излишней кислотности; цвет - белый с желтоватым оттенком. Консистенция - однородная, тесто мягкое, без комочков непромешанной муки.

Сырники должны быть правильной круглой формы, золотистого цвета, без трещин и подгорелых участков. Вкус и запах - творога и ванилина. Не допускаются посторонние примеси, чрезмерная кислотность. Консистенция - нежная, но не жидкая.

Запеканки должны иметь гладкую румяную поверхность, без трещин; вкус - кисло-сладкий, но без излишней кислотности; цвет на разрезе - белый или желтоватый. Консистенция - однородная, рыхлая.

4.9. БЛЮДА ИЗ РЫБЫ, МОРЕПРОДУКТОВ И РАКОВ

Мороженую рыбу перед разделкой размораживают в холодной воде или на воздухе при комнатной температуре. Воду берут из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для уменьшения потерь минеральных солей в воду добавляют соль (7-10 г на 1л).

Разделка рыбы в основном состоит из следующих операций: удаления чешуи, плавников, жучков или кожи, потрошения, промывания и нарезки на порции.

Рыбу приготавливают отварной, припущенной, тушеной, жареной и запеченной. Соленую рыбу жарить и запекать не рекомендуется, ее готовят отварной, припущенной и тушеной. Мелочь 1-й группы можно варить, припускать, жарить и тушить. Мелочь 2-й и 3-й групп целесообразнее жарить.

В рецептурах раздела указаны наименования наиболее распространенных рыб. В рецептурах на блюда из свежей рыбы закладка сырья и выход готовой рыбы указаны на рыбу крупную или всех размеров неразделанную. Исключение составляют окунь морской, лугфарь и бельдюга океанические, треска, зубатка пятнистая (пестрая), мерланг, поступающие чаще потрошеными без головы, а также осетр, севрюга, белуга, палтус чернокорый и белокорый, поступающие потрошеными с головой.

Для большинства вторых рыбных блюд указанная в рецептурах норма гарнира 150 г может быть увеличена до 200-250 г. Такие гарниры, как горошек зеленый консервированный, спаржа, капуста цветная и другие, можно отпускать массой 100, 75, 50 г. Лучше всего рыба сочетается по вкусу с гарниром из картофеля. Дополнительно ко всем рыбным блюдам можно подать огурцы, помидоры свежие, соленые или маринованные, а также другие соленые или маринованные овощи, салат из капусты в количестве 50-70 г (нетто) на порцию, изменив соответственно норму выхода блюда.

При тепловой обработке рыбы используют специи из следующего расчета на порцию: соли - 3 г, перца черного - 0,01 г, лаврового листа - 0,01 г. Норма кореньев приведена в рецептурах.

При отпуске рыбные блюда посыпают измельченной зеленью петрушки, сельдерея или укропа (1-3 г нетто на порцию) или оформляют веточкой зелени.

Для приготовления блюд используют крабы, морской гребешок, креветки, кальмары, трепанги, лангусты. Морепродукты подготавливают и варят по мере реализации.

При варке морепродуктов в воду добавляют специи из следующего расчета на порцию: перца черного горошком - 0,01, лаврового листа - 0,01 г. Норма кореньев и соли приведена в рецептурах.

При отпуске блюда из морепродуктов посыпают измельченной зеленью петрушки, сельдерея или укропа (1-3 г нетто на порцию).

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

Рыба (непластованная кусками) отварная

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Горбуша или кета, или чавыча	226	156	181	125
или судак	240	156	192	125
или зубатка пятнистая (пестряя) ¹	184	151	146	120
или скумбрия				
азово-черноморская	220	156	176	125
или палтус чернокорый ¹	240	156	192	125
или ставрида океаническая	256	156	205	125
или бельдюга океаническая ¹	164	156	132	125
Из полуфабрикатов:				
Макрурус	163	156	130	125
или скумбрия дальневосточная	164	156	132	125
Морковь	5	4	4	3
Лук репчатый	5	4	4	3
Петрушка (корень)	4	3	3	2
Масса отварной рыбы	-	125	-	100
Гарнир картофель, или овощное рагу	-	150	-	150
Соус польский	-	75	-	50
Выход	-	350	-	300

Обработанную непластованную рыбу нарезают на куски (по одному на порцию). На поверхности кожи каждого куска делают два-три надреза, чтобы при варке куски рыбы не деформировались. Затем их укладывают в один ряд в посуду кожей вверх, заливают горячей водой, уровень которой должен быть на 3-5 см выше поверхности рыбы, добавляют лук репчатый, морковь, петрушку, лавровый лист, перец черный горошком, соль. Когда жидкость закипит, удаляют пену и варят рыбу до готовности без кипения при температуре 85-90°С в течение 5-7 мин, считая с момента закипания воды. Хранят отварную рыбу в горячем бульоне не более 30-40 мин.

Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, рагу овощное.

Соусы - томатный, сметанный, польский.

Нормы закладки даны на зубатку пятнистую (пеструю), бельдюгу океаническую потрошенные обезглавленные, палтус чернокорый потрошенный с головой.

Рыба (семейства осетровых) жареная

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Осетр	337	149	269	119
или севрюга	313	149	250	119
или белуга	331	149	264	119
Мука пшеничная	7	7	6	6
Кулинарный жир				
или масло растительное	8	8	6	6
Масса жареной рыбы	-	125	-	100
Гарнир: картофель	-	150	-	150
Маргарин столовый				
или масло сливочное	10	10	7	7
Лимон	8	7	-	-
Выход	-	292	-	257

Порционные куски, нарезанные от подготовленного звена без кожи и хрящей, дополнительно ошпаривают, промывают и обсушивают, солят, посыпают перцем, панируют в муке, жарят и отпускают, полив жиром, или к рыбе подают соус (отдельно или подливают его к рыбе), кладут ломтик лимона.

Гарниры - картофель отварной, картофель жареный.

Рыба жареная с луком по-ленинградски

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Треска	194	149	155	119
или окунь морской ¹	204	149	163	119
или скумбрия				
дальневосточная	261	149	209	119
или судак,				
или хек серебристый	264	145	211	116
или ставрида океаническая	296	145	237	116
Из полуфабрикатов:				
Треска	169	149	135	119
или окунь морской	171	149	137	119'
или судак	173	145	138	116
Мука пшеничная	7	7	6	6
Масло растительное	8	8	6	6
Масса рыбы жареной	-	125	-	100
Лук, жаренный во фритюре	-	40	-	35
Гарнир: картофель	-	150	-	150
Выход	-	315	-	285

¹ Нормы закладки даны на треску и окунь морской потрошенные обезглавленные.

Филе рыбы с кожей и реберными костями нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, панируют в муке и жарят с обеих сторон, затем доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске вокруг рыбы кладут нарезанный кружками обжаренный картофель, сверху рыбы укладывают лук, жаренный во фритюре.

Рыба, жаренная во фритюре

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Осетр	249	110	199	88
или севрюга	231	110	185	88
или белуга	244	110	195	88
или судак	240	115	192	92
или окунь морской ¹	174	115	139	92
или сом				
(кроме океанического)	262	118	211	95
или капитан-рыба	290	122	233	98
Из полуфабрикатов:				
Осетр или севрюга,				
или белуга	138	110	110	88
или судак	160	115	128	92
или окунь морской	142	115	114	92
или сом				
(кроме океанического)	146	118	117	95
Мука пшеничная	7	7	6	6
Яйца	1/6 шт.	7	1/7 шт.	6
Сухари	20	20	15	15
Кулинарный жир	12	12	10	10
Масса рыбы жареной	-	125	-	100
Гарнир: картофель	-	150	-	150
Соус томатный	-	75	-	75
или майонез	-	50	-	50
или масло сливочное,				
или маргарин столовый	10	10	7	7
Лимон	8	7	-	-
Выход: с соусом томатным	-	357	-	325
с соусом майонез	-	332	-	300
с жиром	-	292	-	257

Рыбу семейства осетровых нарезают от подготовленных звеньев без кожи и хрящей и дополнительно ошпаривают. Рыбу с костным скелетом нарезают на порционные куски из филе без кожи и костей.

Подготовленные куски рыбы посыпают солью, перцем черным молотым, панируют в муке, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят во фритюре.

¹ Нормы закладки даны на треску и окунь морской потрошенные обезглавленные.

Гарнир - картофель жареный.

Соусы - томатный, майонез, майонез с корнионами.

Рыба жареная с зеленым маслом

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Судак	240	115	192	92
или осетр	249	110	199	88
или севрюга	231	110	185	88
или белуга	244	110	195	88
Мука пшеничная	7	7	6	6
Яйца	1/6 шт.	7	1/7 шт.	6
Сухари	20	20	15	15
Кулинарный жир	12	12	10	10
Масса рыбы жареной	-	125	-	100
Масло зеленое или килечное, или селедочное	15	15	10	10
Гарнир картофель	-	150	-	150
Соус томатный	-	100	-	75
Лимон	8	7	-	-
Выход	-	397	-	335

Рыбу жарят во фритюре. Перед подачей на рыбу кладут кусочек зеленого масла, а рядом ломтик лимона, гарнируют, соус подают отдельно.

Гарнир - картофель жареный. Соус - томатный.

Рыба жареная грилье

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Лосось каспийский, куринский	274	156	219	125
или судак	317	152	254	122
или осетр	344	152	276	122
или севрюга	319	152	256	122
или белуга	337	152	271	122
Из полуфабрикатов:				
Лосось каспийский, куринский	193	156	154	125
или судак	211	152	169	122
Масло растительное	8	8	6	6
Кислота лимонная	0,5	0,5	0,2	0,2
Петрушка (зелень)	8	6	5	4
Масса рыбы жареной	-	125	-	100
Гарнир картофель	-	150	-	150
Масло сливочное				
или маргарин столовый	10	10	7	7
или соус майонез	-	50	-	50
Выход: с жиром	-	285	-	257
с соусом	-	325	-	300

Рыбу с костным скелетом, нарезанную из филе без кожи и костей, или порционные куски рыб семейства осетровых без кожи и хрящей маринуют с добавлением растительного масла, кислоты лимонной, перца, соли, нарезанной зелени петрушки в течение 10-20 мин.

Подготовленную рыбу обжаривают с обеих сторон на решетке гриля. Гарнир - картофель жареный. Соус - майонез с корнишонами.

Рыба в тесте жареная

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Судак	192	92	140	67
или осетр	199	88	145	64
или севрюга	185	88	134	64
или белуга	195	88	142	64
Кислота лимонная	0,5	0,5	0,2	0,2
Масло растительное	3	3	2	2
Петрушка (зелень)	4	3	3	2
Мука пшеничная	40	40	30	30
Молоко или вода	40	40	30	30
Масло растительное	2	2	2	2
Яйца	1 шт.	40	^{3/4} ШТ.	30
Кулинарный жир	20	20	15	15
Масса теста	-	120	-	90
Масса рыбы в тесте жареной	-	200	-	150
Соус томатный	-	75	-	75
или майонез с корнишоном	-	50	-	50
Лимон	8	7	-	-
Выход: с соусом томатным	-	282	-	225
с майонезом с корнишонами	-	257	-	200

Филе без кожи и костей (рыба с костным скелетом), или порционные куски без кожи и хрящей (рыба семейства осетровых) нарезают на кусочки толщиной 1-1,5 см и длиной 5-6 см. Затем рыбу маринуют 20-30 мин в растительном масле, смешанном с кислотой лимонной, солью, перцем черным молотым и мелко нарезанной зеленью петрушки.

Просеянную муку разводят теплым молоком или водой (температура 20-30°C), размешивают, чтобы не было комков, добавляют немного растительного масла, желтки яиц, соль и оставляют на 10-15 мин для набухания клейковины. Перед жареньем в тесто вводят взбитые белки и размешивают. Подготовленную рыбу при помощи поварской иглы погружают в тесто и жарят в жире (фритюре), нагретом до 180-190°C.

При отпуске рыбу кладут в виде пирамиды, рядом - ломтики лимона. Соус подают отдельно. Соусы - томатный, майонез с корнишонами.

Зразы донские

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Судак	302	145	248	119
или сом (кроме океанического)	322	145	264	119
или окунь морской ¹	220	145	180	119
или треска ¹	199	145	163	119
или хек тихоокеанский	330	145	270	119
или ледяная рыба	322	145	264	119
или мерланг ¹	201	145	165	119
или осетр	328	145	269	119
или севрюга	305	145	250	119
или белуга	322	145	264	119
Из полуфабрикатов:				
Судак	201	145	165	119
или сом (кроме океанического)				
или окунь морской	179	145	147	119
или треска	171	145	140	119
или ледяная рыба	184	145	151	119
или макрурус	169	145	138	119
Фарш:				
Лук репчатый	50	42/21 ²	43	36/18 ²
Маргарин столовый	7	7	6	6
Сухари	2	2	1,5	1,5
Яйца	1/4 шт.	10	1/3 шт.	13
Петрушка (зелень)	8	6	5	4
Мука пшеничная	7	7	6	6
Яйца (для льезона)	1/4 шт.	10	1/6 шт.	7
Хлеб пшеничный (для панировки)	20	20	18	18
Масса полуфабриката	-	215	-	180
Кулинарный жир	10	10	8	8
Масса жареных зраз	-	190	-	160
Гарнир: картофель	-	150	-	150
Масло сливочное	10	10	5	5
или маргарин столовый	-	-	5	5
Выход	-	350	-	315

Из подготовленного филе рыбы без кожи и костей или без кожи и хрящей нарезают тонкие широкие куски, слегка их отбивают в пласт толщиной 0,5-0,6 см, солят, посыпают перцем, а затем в них заворачивают фарш, придавая изделию продолговатую форму. Сформованные зразы панируют в муке, смачивают в льезоне, панируют в белой панировке (натертом пшеничном хлебе) и жарят в жире.

¹ Нормы закладки даны на окуня морского, треску, мерланг потрошенный обезглавленный.

² Масса лука пассерованного.

Для фарша: лук шинкуют, слегка пассеруют, охлаждают, добавляют сухари пшеничные, яйца рубленые, измельченную зелень петрушки или укропа, соль, перец и все перемешивают.

Зразы отпускают по 1-2 шт. на порцию с гарниром, поливают жиром. К блюду можно подать соусы - томатный или майонез (75 г или 50 г соответственно).

Гарниры - каша гречневая рассыпчатая, пюре картофельное, картофель жареный, овощи, припущенные с жиром.

Рыба, запеченная в сметанном соусе с грибами,
по-московски

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Судак .	284	145	227	116
или сом (кроме океанического)	310	155	248	124
или ледяная рыба	302	145	242	116
или мерланг ¹	196	149	157	119
или осетр	301	149	240	119
или севрюга	281	149	224	119
или белуга	296	149	236	119
Из полуфабрикатов:				
Судак	188	145	151	116
или сом (кроме океанического)	180	155	144	124
или ледяная рыба	177	145	141	116
Из филе, выпускаемого про- мышленностью:				
Судак	158	145	126	116
или сом	168	155	135	124
или нототения мраморная	149	142	119	113
Мука пшеничная	7	7	6	6
Грибы белые свежие	34	26/17 ²	29	22/14 ²
или шампиньоны свежие	57	43/17 ²	46	35/14 ²
Лук репчатый	24	20/10 ³	19	16/8 ³
Кулинарный жир	15	15	11	11
Масса рыбы жареной		125	-	100
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Гарнир: жареный картофель	-	150	-	150
Соус сметанный	-	150	-	125
Сыр	6,5	6	5,4	5
Маргарин столовый				
или масло сливочное	10	10	7	7
Масса полуфабриката	-	480	-	413
Выход	-	430	-	370

¹ Нормы для закладки даны на мерланг потрошенный обезглавленный.

² Масса грибов жареных.

³ Масса лука пассерованного.

На порционную сковороду наливают небольшое количество соуса сметанного, кладут рыбу жареную, а вокруг нее - ломтики картофеля жареного из вареного. На рыбу укладывают лук пассерованный, грибы жареные, нарезанные ломтиками, и дольки вареного яйца, заливают соусом сметанным, посыпают тертым сыром, поливают жиром и запекают.

Рыба, запеченная в соусе красном с луком и грибами

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Окунь морской ¹	213	149	170	119
или треска ¹	196	149	157	119
или скумбрия дальнево- сточная	276	149	220	119
или капитан-рыба	340	160	270	127
или судак	284	145	227	116
или ледяная рыба	302	145	242	116
или минтай	284	142	226	113
Из полуфабрикатов:				
Окунь морской	175	149	140	119
или треска	171	149	137	119
или судак	188	145	151	116
или ледяная рыба	177	145	141	116
Из филе, выпускаемого промышленностью:				
Окунь морской	159	149	127	119
или треска	155	149	124	119
или судак, или палтус	158	145	126	116
или хек серебристый	161	145	129	116
Мука пшеничная	7	7	6	6
Масло растительное	8	8	6	6
Масса рыбы жареной	-	125	-	100
Картофель	206	206/150 ²	206	206/150 ²
Соус красный с луком и грибами	-	150	-	125
Сыр	6,5	6	5,4	5
Маргарин столовый	10	10	7	7
Масса полуфабриката	-	440	-	385
Выход	-	395	-	345

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, посыпают солью, перцем черным молотым, панируют в муке и жарят. На сковороду наливают немного соуса красного с луком и грибами,

¹ Нормы закладки даны на окуня морского, треску потрошенные обезглавленные.

² Масса отварного очищенного картофеля.

кладут рыбу жареную и вокруг нее ломтики отварного картофеля, поливают соусом, посыпают тертым сыром, поливают жиром и запекают.

	Котлеты или биточки рыбные			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Треска ¹	110	80	89	65
или мерланг ¹	111	80	90	65
или сом (кроме океанического)	178	80	144	65
или судак	167	80	135	65
Из полуфабрикатов:				
Треска	94	80	76	65
или судак	111	80	90	65
или сом (кроме океанического)	99	80	80	65
или макрурус	93	80	76	65
Из филе, выпускаемого промышленностью:				
Треска	85	80	69	65
Хлеб пшеничный	24	24	18	18
Молоко или вода	32	32	25	25
Сухари	12	12	10	10
Масса полуфабриката	-	144	-	115
Кулинарный жир или мас- ло растительное	12	12	8	8
Масса жареных изделий	-	125	-	100
Гарнир картофель, овощи	-	150	-	150
Соус сметанный	-	100	-	75
или маргарин столовый	8	8	7	7
Выход: с соусом	-	375	-	325
с жиром	-	283	-	257

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке черствым пшеничным хлебом, кладут соль, перец черный молотый, тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон на противне или сковороде в течение 8-10 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин.

При отпуске котлеты или биточки гарнируют, подливают сбоку соус или поливают маргарином.

Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром.

Соусы - томатный, сметанный, сметанный с луком.

¹ Нормы закладки даны на треску потрошеную обезглавленную.

Шницель рыбный натуральный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Судак или сом	221	106	177	85
(кроме океанического)	236	106	189	85
или окунь морской ¹	161	106	129	85
или мерланг ¹	147	106	118	85
или треска ¹	145	106	116	85
или минтай	230	106	185	85
Из полуфабрикатов:				
Судак	147	106	118	85
или окунь морской	131	106	105	85
или треска	125	106	100	85
Из филе, выпускаемого промышленностью:				
Треска	113	106	90	85
Лук репчатый	24	20	20	17
Петрушка (зелень)	5	4	4	3
Молоко или вода	10	10	8	8
Яйца	1/8 шт.	5	1/10 шт.	4
Сухари	15	15	12	12
Масса полуфабриката	-	156	-	125
Масло растительное или кулинарный жир	13	13	10	10
Масса жареного шницеля	-	125	-	100
Гарнир картофель, овощи	-	150	-	150
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	5	5
Выход	-	285	-	255

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, перемешивают с луком репчатым, зеленью петрушки и пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Подготовленную массу солят, добавляют перец черный молотый, формируют изделия овальной формы, смачивают в яйце, взбитом с молоком, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон на сковороде в течение 8-10 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин. При отпуске шницель поливают жиром и гарнируют.

Гарниры - картофель отварной, картофель жареный, овощи, припущенные с жиром.

¹ Нормы закладки даны на окунь морской, треску потрошенные обезглавленные.

Тефтели рыбные

	I и II	
	брутто	нетто
Судак	135	65
или треска ¹	89	65
или ледяная рыба	144	65
или окунь морской ¹	98	65
Из полуфабрикатов:		
Треска или макрурус	76	65
или ледяная рыба	82	65
или окунь морской	80	65
Из филе, выпускаемого промышленностью:		
Треска	69	65
Хлеб пшеничный	13	13
Молоко или вода	20	20
Лук репчатый	17	14
Мука пшеничная	8	8
Масса полуфабриката	-	118
Масло растительное	8	8
Масса тушеных тефтелей	-	100
Гарнир: рис, картофель	-	150
Соус томатный	-	75
Выход	-	325

Филе без кожи и костей нарезают на куски, пропускают два раза через мясорубку вместе с луком и размоченным в молоке или воде хлебом пшеничным. В полученную массу добавляют соль, перец черный молотый, хорошо вымешивают и формируют шарики по 3-5 шт. на порцию, панируют в муке, обжаривают, заливают соусом, добавляют воду (10% от массы соуса) и тушат 10-15 мин.

Это блюдо можно готовить, заменяя хлеб рисом припущенным, из расчета закладки сырого риса в количестве 5 г. Рис вводят в готовую котлетную массу в охлажденном виде.

При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились.

Гарниры - рис отварной, картофель отварной, пюре картофельное.

Соусы - томатный, томатный с овощами, сметанный с томатом.

Крабы с рисом и соусом

	I	
	брутто	нетто
Крабы (консервы)	94	75
Рис припущенный	-	100
Соус томатный с овощами	-	50
Выход	-	225

¹ Нормы закладки даны на окунь морской, треску потрошенные обезглавленные.

Крабы, освобожденные от пергаменты, вместе с соком выкладывают в посуду и доводят до кипения.

При отпуске кладут припущенный рис, сверху - крабы, соус подают отдельно. Соусы - томатный с овощами, голландский со сливками.

Креветки с соусом

	брутто	нетто
Креветки сыромороженые неразделанные (целые)	313	313
Масса креветок отварных, разделанных на мякоть или креветки (консервы)	-	75
Гарнир: картофель, овощи	94	75
Соус томатный или молочный	-	100
	-	50
Выход	-	225

Креветки отваривают. Перед отпуском отварные креветки разделяют на мякоть, отделяя шейку и снимая панцирь (крупные креветки нарезают на куски), заливают бульоном и доводят до кипения.

При использовании креветок (консервов) банки вскрывают, содержимое их выкладывают в посуду и доводят до кипения.

При отпуске креветки гарнируют, соус подают отдельно.

Гарниры - картофель отварной, овощи отварные с жиром.

Соусы - томатный, молочный.

Кальмары в томатном или сметанном соусе

	брутто	нетто
Кальмар (филе)	154	139
или кальмар (тушка)	199	153
Масса отварных кальмаров	-	75
Соус томатный	-	50
Масса кальмаров с соусом	-	125
Гарнир картофель	-	150
Выход	-	275

Кальмар мороженный разделанный (тушка) с кожицей или кальмар мороженный обезглавленный (филе) с кожицей размораживают в холодной воде (не рекомендуется добавлять горячую воду во избежание окрашивания тканей). Размораживание считается законченным, когда температура в толще блока кальмаров достигнет минус 1°C.

У размороженных тушек удаляют остатки внутренностей и хитиновые пластинки, если они оставлены.

Тушки и филе опускают на 3-6 мин в горячую воду - температура 60-65°C (соотношение воды и кальмара 3:1) и удаляют травянистой щеткой кожицу (пленку).

Подготовленные тушки и филе кальмаров тщательно промывают в воде 2-3 раза, опускают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг кальмаров берут 2 л воды и 20-40 г соли) и варят в течение 5 мин с момента закипания воды. Более длительная варка не рекомендуется, так как мясо кальмара становится жестким.

Отварные кальмары, нарезанные соломкой, заливают соусом и доводят до кипения.

При отпуске кальмары гарнируют.

Гарниры - картофель отварной, картофель жареный.

Соусы - томатный, сметанный.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ БЛЮД ИЗ РЫБЫ

После тепловой обработки рыба должна сохранять свою форму: куски аккуратно нарезаны, не раскрошены, без обнаженных костей; жареная рыба - покрыта корочкой, без подгорелых участков и отставания панировки.

Вкус и запах - присущи данному виду рыбы. Запах овощей не должен заглушать аромат лососевых или осетровых рыб, судака речного; запах морских рыб смягчают ароматическими кореньями и специями.

Цвет - светло-серый или белый, свойственный данному виду рыбы; в жареных блюдах цвет корочки - светло-коричневый.

В изделиях из котлетного фарша масса должна быть однородной, сами изделия - сочные, рыхлые, поверхность без трещин.

4.10. БЛЮДА ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ

На суда мясо поступает преимущественно в мороженом виде. Такое мясо оттаивают в холодильной камере при температуре 4-6°C в течение 2-3 суток. Мороженое мясо можно также оттаивать в мясном цехе при температуре 16-18°C в течение 18-24 ч с последующей выдержкой при температуре 2°C на протяжении суток. Перед разделкой срезают клеймо, мясо обмывают проточной водой (температура 20-30°C), затем - холодной (температура 12-15°C). Обсушивают его, укладывая на решетки, расположенные над моечными ваннами, или подвешивая на крючья. Разделка туш состоит из следующих операций: деление на отруба, обвалка отрубов, жиловка и зачистка, приготовление полуфабрикатов.

Из мяса и мясных продуктов приготавливают разнообразный ассортимент отварных, жареных, тушеных, запеченных и других блюд. На каждое блюдо следует предусматривать: соли - 4 г, зелени (петрушка, укроп) - 4 г (нетто), кроме того, по мере надобности перца - 0,05 г и лаврового листа - 0,02 г.

ОТВАРНОЕ МЯСО, СУБПРОДУКТЫ

В отварном виде приготавливают говядину (мякоть грудинки, лопаточная и подлопаточная части, покровка от туш I категории, можно использовать боковой и наружный куски тазобедренной части), баранину, козлятину, свинину и телятину (грудинка и мякоть лопаточной части каждого вида мяса). Кроме того, для варки используют различные субпродукты (языки, вымя, мозги и т.д.) и копченые мясные продукты (копченые грудинка, корейка и окорок), а также колбасные изделия (сардельки, сосиски, колбаса).

Все виды мяса, предназначенные для варки, нарезают кусками массой не более 2 кг. У сырой бараньей, свиной или телячьей грудинки с внутренней стороны вдоль ребер подрезают пленки для облегчения удаления костей после варки. Мякоть лопаточной части и покровку свертывают рулетом и перевязывают.

Подготовленное мясо закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды) и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой. Для улучшения вкуса и аромата вареного мяса в бульон при варке добавляют коренья и репчатый лук. Соль и специи кладут в бульон за 15-20 мин до готовности мяса, лавровый лист - за 5 мин. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

После варки из бараньей и телячьей грудинки немедленно удаляют реберные кости. Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куску на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 50-60°C в закрытой посуде.

Отварные мясные продукты отпускают с различными соусами, для приготовления которых используют бульон, полученный при их варке. Вместо соуса мясо можно поливать бульоном (20-25 г на порцию) или жиром.

На гарнир к отварным мясoproдуктам рекомендуется подавать отварные или припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис и другие рассыпчатые каши.

Мясо отварное

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (покретка, лопаточная часть, грудинка) или баранина, козлятина	219	161	164	121
(лопаточная часть, грудинка) или свинина (лопаточная часть, грудинка)	218	156	164	117
или телятина (лопаточная часть, грудинка)	196	167	147	125
грудинка)	236	156	177	117
Морковь	5	4	4	3
Лук репчатый	5	4	4	3
Петрушка (корень)	4	3	3	2
Масса отварного мяса	-	100	-	75
Гарнир: каша, картофель, овощи	-	150	-	150
Соус: красный с вином, белый	-	75	-	75
Выход	-	325	-	300

Отварное мясо гарнируют и поливают соусом или бульоном. Говядину и свинину отпускают с соусом красным основным, луковым и сметанным с хреном. Телятину и баранину лучше подавать с соусом паровым и белым с яйцом.

Гарниры - каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи в молочном соусе, капуста тушеная.

Язык отварной с соусом

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Язык говяжий	169	169	126	126
или бараний	191	191	143	143
или свиной, или телячий	170	170	127	127
Морковь	5	4	4	3
Лук репчатый	5	4	4	3
Петрушка (корень)	4	3	3	2
Масса отварного языка	-	100	-	75
Гарнир: бобовые, картофель	-	150	-	150
Соус красный с вином, белый	-	100	-	75
Выход	-	350	-	300

Подготовленные языки варят. После варки их погружают в холодную воду и, не давая им сильно остыть, снимают кожу.

Отварные очищенные языки нарезают по 2-4 куску на порцию, проваривают в бульоне, гарнируют и поливают соусом.

Гарниры - бобовые отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, овощи в молочном соусе.

Соусы - красный основной, красный с вином, белый основной, сметанный с хреном.

	Мозги отварные			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Мозги	166	133	125	100
Морковь	5	4	4	3
Лук репчатый	5	4	4	3
Петрушка (корень)	4	3	3	2
Уксус 3%-ный	5	5	4	4
Масса отварных мозгов	-	100	-	75
Шампиньоны свежие	57	43	38	29
или грибы белые	53	40	36	27
Масса вареных грибов	-	30	-	20
Гарнир	-	100	-	100
Соус	-	100	-	75
или масло сливочное	5	5	3	3
Выход	166	133	125	100

Мозги выдерживают в холодной воде в течение 2 ч и, не вынимая из воды, осторожно снимают с них пленку, затем заливают холодной водой, добавляют уксус, морковь, лук, петрушку и доводят до кипения. Дальнейшую варку производят при слабом кипении (10-15 мин). За 5-10 мин до окончания варки кладут соль, перец горошком и лавровый лист. Хранят мозги в том же отваре. По мере спроса отварные мозги порционируют и проваривают в бульоне. При отпуске на мозги кладут ломтики вареных шампиньонов или белых грибов (I и II колонки), гарнируют и поливают соусом или маслом. Блюдо можно отпускать без грибов.

Гарниры - рис припущенный, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром. Соусы - белый основной, паровой, белый с каперсами, томатный.

ЖАРЕНОЕ МЯСО, СУБПРОДУКТЫ

Для приготовления жареных блюд используют говядину (вырезку, толстый и тонкий края, верхний и внутренний куски тазобедренной части), баранину, козлятину, свинину и телятину (все части туши, кроме шейной части), а также субпродукты, некоторые колбасные изделия.

Для жаренья мясо подготавливают в виде крупных (массой 1-2 кг), порционных (массой 40-270 г) и мелких (массой 10-40 г) кусков.

Крупные куски мяса должны быть примерно одинаковой толщины. Мякоть лопаточной части свертывают рулетом и перевязывают. Тазобедренные части мелкого скота разрезают (по слоям) на 2-3 куска. Грудинку жарят с реберными костями, подготавливая ее так же, как и для варки.

Порционным кускам в зависимости от вида изделий придают определенную форму и выравнивают толщину путем легкого отбивания; порционные куски, нарезанные из тазобедренной части говядины, сильно отбивают или рыхлят на специальной машине и перерезают сухожилия ножом.

Порционные куски мяса и субпродуктов жарят в натуральном или панированном виде.

Существуют следующие способы панирования порционных полуфабрикатов из мяса и субпродуктов: панирование в муке; смачивание в льезоне и затем панирование в сухарях; панирование в муке с последующим смачиванием в льезоне и панированием в сухарях.

Подготовленные крупные куски мяса посыпают солью и перцем, укладывают на разогретый противень или сковороду с жиром так, чтобы куски не соприкасались друг с другом, обжаривают на плите или ставят в жарочный шкаф, нагретый до 200-250°C. При этих условиях на поверхности быстро образуется поджаристая корочка, после чего мясо дожаривают при температуре не выше 150°C, периодически поливая жиром и соком.

При таком режиме жаренья готовое мясо получается сочным и вкусным. Готовность мяса определяют поварской иглой. В прожаренное мясо игла входит легко, а в месте прокола выделяется бесцветный сок.

Непанированные порционные куски мяса жарят на плите или в специальной аппаратуре, посыпают их солью и перцем, кладут на сковороду или противень с жиром, нагретым до 150-180°C, и жарят до образования поджаристой корочки с обеих сторон.

Выделяющийся при жаренье жир и мясной сок используют для приготовления и отпуска мясных блюд. Для этого на противень или сковороду сразу после окончания жаренья наливают небольшое количество горячей воды или бульона и дают закипеть. Полученную жидкость сливают в посуду и уваривают с добавлением поджаренных кореньев и лука, снимая излишний жир.

Мясной сок в количестве 25 г на порцию используют для поливки мяса, жареного в натуральном виде.

Вместо мясного сока натуральное мясо, жаренное крупным или порционным куском, можно поливать жиром или подавать к нему соус.

Панированные порционные куски мяса и субпродуктов жарят на плите (4-5 мин), а затем ставят в жарочный шкаф на 4-5 мин. Перед панированием их посыпают солью и перцем.

Некоторые продукты (мозги, грудинка и др.) предварительно варят, посыпая солью и перцем, панируют в муке, смачивают в льезоне, затем панируют в сухарях и жарят в большом количестве жира (во фритюре), нагретом до 180-190°C. После образования корочки продукты вынимают и дают стечь жиру.

Жареные изделия (за исключением рубленых), при панировании которых употребляют сухари, при отпуске поливают только жиром или подают к ним отдельно соус или мясной сок.

Гарнируют жареные мясные изделия жареным и вареным картофелем, овощами, рассыпчатыми кашами, макаронами.

Мясо, жаренное крупным куском

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (вырезка, толстый, тонкий края) или баранина, козлятина (тазобедренная часть, корейка, лопаточная часть)	209	154	156	115
или свинина (тазобедренная часть, корейка, шейная часть, лопаточная часть) или телятина (тазобедренная часть, лопаточная часть, корейка)	222	159	166	119
Жир животный топленый пищевой	173	147	129	110
Масса жареного мяса	241	159	180	119
Гарнир: макаронные изделия, каши, рис, бобовые, картофель, овощи, капуста, сложные	4	4	3	3
Выход	-	100	-	75
		150		150
		250		225

Говядину жареную нарезают по 2-3 куска на порцию, а телятину, свинину и баранину - по 1-2 куска. При отпуске мясо гарнируют и поливают мясным соком.

Гарниры - каши рассыпчатые, рис припущенный, бобовые отварные, горох или фасоль отварные с томатом и луком, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель в молоке, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), овощи в молочном соусе (1-й вариант), капуста тушеная, сложные гарниры.

К говядине подают картофель отварной или жареный или сложные гарниры и дополнительно строганный хрен (15-20 г). К баранине подают кашу рассыпчатую гречневую, рис припущенный, бобовые отварные, горох или фасоль отварные с томатом и луком, картофель отварной или жареный, сложные гарниры. Можно подать соус молочный с луком - 50 г на порцию.

К свинине подают кашу рассыпчатую гречневую, бобовые отварные, картофель отварной или жареный, тушеную капусту, сложные гарниры. К телятине можно подать макаронные изделия отварные, картофель в молоке, овощи в молочном соусе (1-й вариант), сложные гарниры.

	Бифштекс			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (вырезка)	216	159	170	125
Жир животный топленый				
пищевой	10	10	7	7
Масса жареного бифштекса	-	100	-	79
Хрен (корень)	23	15	16	10
Масло зеленое	15	15	-	-
Гарнир: картофель овощи				
сложные		150		150
Выход	-	280	-	239

Порционные куски толщиной 20-30 мм, нарезанные из утолщенной части зачищенной вырезки, слегка отбивают, посыпают солью и перцем и жарят на сковороде с жиром, нагретым до 150-180°C, до образования с обеих сторон поджаристой корочки.

Продолжительность тепловой обработки составляет около 15 мин.

Отпускают бифштекс с гарниром и строганым хреном, поливают мясным соком и кладут на него кусочек зеленого масла (I колонка). При отсутствии свежего хрена к бифштексу отдельно можно подать соус хрен промышленного производства (30 г).

Гарниры - картофель жаренный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жареный во фритюре, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

	Филе			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (вырезка)	216	159	170	125*
Жир животный топленый пи-				
щевой	5	5	3	3
Масса жареного филе	-	100	-	79
Гарнир картофель, овощи		150		150
Масло сливочное				
или маргарин столовый	5	5	5	5
Выход	-	255	-	234

Порционные куски толщиной 40-50 мм нарезают из средней части вырезки, посыпают солью, перцем и, не отбивая, жарят с обеих сторон на сковороде с жиром, нагретым до температуры 150-180°C. В зависимости от требуемой степени прожаривания продолжительность жаренья составляет до 25 мин. При отпуске филе поливают жиром и мясным соком.

Гарниры - картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель, жареный во фритюре, овощи отварные с жиром, помидоры жареные, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

	Лангет			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (вырезка)	216	159	170	125*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7
Масса жареного лангета	-	100	-	79
Гарнир картофель, овощи	-	150	-	150
Выход	-	250	-	229

Лангет нарезают из тонкой части вырезки по 2 куска на порцию, толщиной 10-12 мм, слегка отбивают, посыпают солью и перцем и жарят с обеих сторон на сковороде с жиром, нагретым до 150-180°C, до образования поджаристой корочки (8 мин). При отпуске лангет гарнируют и поливают мясным соком.

Гарниры - картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, крокеты картофельные, помидоры жареные, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

	Антрекот			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (толстый и тонкий края)	216	159	170	125*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7
Масса жареного антрекота	-	100	-	79
Масло зеленое	15	15	-	-
Хрен (корень)	23	15	16	10
Гарнир картофель, овощи	-	150	-	150
Выход	-	280	-	239

Антрекот нарезают из толстого или тонкого края по одному куску на порцию толщиной 15-20 мм, отбивают, посыпают солью и перцем и жарят основным способом. Отпускают антрекот с гарниром и строганным хреном, поливают мясным соком и кладут на него кусочек зеленого масла. При отсутствии свежего хрена к антрекоту отдельно можно подать соус-хрен промышленного производства (30 г).

Гарниры - картофель в молоке, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, кабачки или тыква, тушенные в сметане, сложные гарниры.

	Бефстроганов			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (вырезка, толстый и тонкий края, верхний и внутренний куски тазобедренной части) или телятина (корейка, тазобедренная часть, лопаточная часть)	216	159	162	119
Лук репчатый	57	48	43	36
Мargarин столовый	15	15	10	10
Масса лука пассерованного	-	24	-	18
Мука пшеничная	6	6	5	5
Сметана	40	40	30	30
Соус «Южный»	5	5	4	4
Масса жареного мяса	-	100	-	75
Масса соуса и пассерованного лука	-	100	-	75
Гарнир: картофель	-	150	-	150
Выход	-	350	-	300

Нарезанное широкими кусками мясо отбивают до толщины 5-8 мм и нарезают брусочками длиной 30-40 мм массой по 5-7 г. Полученные кусочки кладут ровным тонким слоем на сковороду с жиром, разогретым до температуры 150-180°C, посыпают солью и перцем и жарят, непрерывно помешивая, в течение 3-4 мин. Из пассерованной без жира муки, сметаны, соуса «Южный» согласно рецептуре приготавливают соус. В соус кладут пассерованный лук, заливают им обжаренное мясо и доводят до кипения. Соус «Южный» можно исключить, соответственно увеличив закладку сметаны. Отпускают бефстроганов вместе с соусом, гарнир подают отдельно

Гарниры - картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, крокеты картофельные.

Шашлык из баранины, говядины или свинины

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Баранина, козлятина (корейка, тазобедренная часть) или говядина (вырезка, толстый, тонкий края)	222	159	166	119
или свинина (корейка, тазобедренная часть)	173	147	129	110
Лук репчатый	30	25	24	20
Уксус 3%-ный	15	15	10	10
Масса жареного шашлыка	-	100	-	75
Соус «Южный»	15	15	10	10
Гарнир: помидоры свежие или огурцы свежие	118	100	118	100
Лук зеленый	25	20	25	20
Лук репчатый	24	20	24	20
Лимон	11	10	11	10
Выход	-	265	-	235

Мясо нарезают кубиками по 30-40 г (по 3-4 кусочка на порцию), посыпают солью, перцем сбрызгивают уксусом, добавляют сырой рубленый репчатый лук, перемешивают и ставят в холодное место на 4-6 ч. Подготовленное мясо надевают на шпажку и жарят над раскаленными углями или в гриле.

Если шашлык готовят из молодой баранины, то нарезанное мясо (без предварительного маринования) посыпают солью, перцем, надевают на шпажки и жарят, как маринованный шашлык. В этом случае лук и уксус для маринования не используются.

При отпуске шашлык гарнируют дольками свежих помидоров или огурцов, кольцами сырого репчатого лука, а также зеленым луком, нарезанным столбиками длиной 3,5-4 см и долькой лимона.

Вместо свежих овощей к шашлыку можно подать рассыпчатый рис - 130 г и сырой или маринованный репчатый лук - 20 г. Норму соуса «Южный» можно увеличить до 50 г. Шашлык можно отпускать без соуса или с одним репчатым луком (20 г). Выход блюда при этом соответственно изменяется.

Эскалоп

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Свинина (корейка)	173	147	147	125*
или телятина (корейка)	241	159	189	125*
или баранина (корейка)	222	159	175	125*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7
Масса жареного эскалопа из свинины	-	100	-	85
из телятины, баранины	-	100	-	79
Гренки	-	20	-	20
Гарнир: картофель, овощи	-	150	-	150
Выход: из свинины	-	270	-	255
из телятины, баранины	-	270	-	249

Из корейки нарезают порционные куски мяса толщиной 10-15 мм (по 1-2 на порцию), слегка отбивают, посыпают солью, перцем и жарят с обеих сторон. При отпуске эскалоп кладут на гренок, гарнируют и поливают мясным соком.

Гарниры - картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, сложные гарниры.

Мозги жареные

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Мозги	173	138	130	104
Морковь	5	4	4	3
Лук репчатый	5	4	4	3
Петрушка (корень)	4	3	3	2
Уксус 3%-ный	5	5	4	.4
Масса вареных мозгов	-	104	-	78
Мука пшеничная	5	5	4	4
Масса полуфабриката	-	109	-	82
Маргарин столовый	10	10	8	8
Масса жареных мозгов	-	100	-	75
Лимон	14	13	11	10
Гарнир: каши, картофель, овощи, сложный	-	150	-	150
Маргарин столовый	8	8	5	5
Выход	-	271	-	240

Мозги выдерживают в холодной воде в течение 2 ч и, не вынимая из воды, осторожно снимают с них пленку, затем заливают холодной водой, добавляют уксус, морковь, лук, петрушку и доводят до кипения. Дальнейшую варку производят при слабом кипении (10-15 мин). За 5-10 мин до окончания варки кладут соль, перец горошком и лавровый

лист. Хранят мозги в том же отваре. По мере спроса отварные мозги порционируют и проваривают в бульоне.

Отварные мозги охлаждают, нарезают на порции ломтиками, посыпают солью, перцем, панируют в муке и обжаривают на жире до образования румяной корочки.

При отпуске мозги гарнируют, поливают жиром, кладут дольку лимона.

Гарниры - каши рассыпчатые, картофель в молоке, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи, припущенные с жиром, сложный гарнир.

	Мясо шпигованное			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части)	227	167	170	125
или баранина, козлятина (лопаточная часть)	222	159	166	119
или свинина (лопаточная и шейная части)	173	147	129	110
Морковь	38	30	28	22
Петрушка (корень)	29	22	20	15
Лук репчатый	19	16	14	12
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7
Томатное пюре	20	20	15	15
Мука пшеничная	6	6	5	5
Чеснок	1.9	1,5	1,5	1,2
Масса готового шпигованного мяса	-	140	-	100
в том числе масса мяса без овощей	-	100	-	75
Масса соуса	-	125	-	100
Гарнир: картофель, овощи, макаронные изделия	-	150	-	150
Выход	-	415	-	350

Крупные куски мяса шпигуют морковь и петрушкой, нарезанными брусочками. Говядину можно шпиговать морковь и шпиком (на порцию тушеного мяса - 10-15 г шпика).

Обжаренные крупные куски мяса тушат с добавлением бульона или воды, обжаренных овощей и томатного пюре до готовности. На бульоне, полученном после тушения, приготавливают соус. Готовое мясо нарезают по 1-2 куску на порцию, заливают соусом и доводят до кипения. Отпускают с соусом и гарниром.

Гарниры - макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель

жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, пюре из моркови или свеклы (1-й и 2-й варианты), капуста тушеная, свекла тушеная, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

Свинина, окорок, колбаса и
другие мясопродукты, тушенные с капустой

	брутто	нетто
Свинина (лопатка, шея, грудинка)	129	110
или окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	109	83
или грудинка копченая (без шкуры и костей)	101	101
или корейка копченая (без шкуры и костей)	99	99
или колбаса вареная	86	83
Сало топленое	7	7
Масса обжаренных или отварных продуктов	-	75
Капуста тушеная	-	200
Выход	-	275

Свинину или колбасу нарезают мелкими кубиками, обжаривают и соединяют с тушеной капустой за 15-20 мин до готовности мяса. Отпускают в глубоком порционном блюде или на тарелке - горкой, посыпав зеленью.

Жаркое по-домашнему

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части) или свинина	216	159	162	119
(лопаточная и шейная части)	173	147	129	110
Картофель	253	190	253	190
Лук репчатый	30	25	30	25
Жир животный топленый пищевой	12	12	12	12
Томатное пюре	15	15	15	15
Масса тушеного мяса	-	100	-	75
Масса готовых овощей	-	250	-	250
Выход	-	350	-	325

Мясо нарезают по 2-4 куску на порцию массой по 30-40 г, картофель и лук - дольками, затем мясо и овощи обжаривают по отдельности.

Обжаренное мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль, перец и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром в горшочках. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

	Гуляш			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (лопаточная и подлопаточная части, грудинка, покромка) или свинина (лопаточная и шейная части)	216	159	162	119
или баранина, козлятина (лопаточная часть)	173	147	129	110
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7
Лук репчатый	30	25	24	20
Томатное пюре	20	20	15	15
Мука пшеничная	6	6	5	5
Масса тушеного мяса	-	100	-	75
Масса соуса	-	125	-	100
Гарнир: каши, картофель, овощи, макаронные изделия	-	150	-	150
Выход	-	375	-	325

Нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре в закрытой посуде около часа.

На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, перец, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. В гуляш из говядины можно добавить чеснок (0,8 г нетто на порцию). Гуляш можно готовить со сметаной (15-20 г на порцию).

Гарниры - каши рассыпчатые, рис отварной, макаронные изделия отварные, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, капуста тушеная, свекла тушеная.

Рагу из баранины или свинины

	II брутто	нетто
Баранина (грудинка и шейная часть) ¹	144	129
или свинина (грудинка) ²	110	104
или рагу по-домашнему (полуфабрикат)*	-	104
Жир животный топленый пищевой	12	12
Картофель	193	145
Морковь	25	20
Репа ³	27	20
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	30	25
Томатное пюре	15	15
Мука пшеничная	3	3
Масса тушеной баранины	-	90
Масса тушеной свинины	-	74
или тушеного рагу из полуфабриката		
Масса овощей и соуса	-	250
<hr/>		
Выход: из баранины	-	340
или свинины,	-	324
или полуфабриката	-	324

Для приготовления рагу берут: распиленные мясо-костные кусочки баранины массой 20-30 г, или мясо-костные кусочки свинины массой 30-40 г. Допускаются кусочки котлетного мяса массой 20-30 г. Обжаренное мясо заливают горячим бульоном или водой, добавляют томатное пюре и тушат 30-40 мин. На бульоне, оставшемся после тушения, приготавливают соус, которым заливают мясо, кладут морковь, репу, петрушку, лук, нарезанные дольками и обжаренные. Репу предварительно бланшируют. Тушат еще 10 мин, после чего закладывают обжаренный картофель и доводят до готовности. Помимо указанных овощей, в конце тушения в рагу можно добавить жареные кабачки и баклажаны, бланшированный сладкий перец, сырые помидоры, отварную стручковую фасоль, соответственно уменьшив норму картофеля, моркови, репы. Отпускают по 2-3 кусочка мяса на порцию вместе с соусом и гарниром.

¹ Масса полуфабриката-рагу из баранины дана с учетом содержания костей 20%, масса готового продукта дана с учетом содержания мякоти 64 и 43 соответственно по колонкам.

² Масса полуфабриката-рагу из свинины дана с учетом содержания костей 10% и жира не более 15%.

³ Репу можно заменить морковью или брюквой.

	Азу			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	216	159	162	119
Жир животный топленый пищевой	15	15	12	12
Томатное пюре	20	20	15	15
Лук репчатый	42	35	30	25
Мука пшеничная	6	6	5	5
Помидоры свежие	47	40	-	-
Огурцы соленые	50	30	50	30
Картофель	133	100	193	145
Чеснок	1	0,8	1	0,8
Масса тушеного мяса	-	100	-	75
Масса соуса и овощей	-	250	-	250
Выход	-	350	-	325

Мясо, нарезанное брусочками по 10-15 г, обжаривают, заливают горячим бульоном или водой, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат почти до готовности в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут соленые огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, перец, соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют жареный картофель и тушат еще 15-20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут свежие помидоры (по рецепту), лавровый лист. Готовое блюдо заправляют растертым чесноком. Блюдо можно готовить и без помидоров, увеличив закладку картофеля на 45 г нетто. Для удобства порционирования картофель и помидоры можно тушить отдельно.

Отпускают азу вместе с соусом и гарниром.

Говядина тушеная с черносливом

	I				II	
	I		II			
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	227	167	170	125		
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7		
Лук репчатый	30	25	24	20		
Томатное пюре	20	20	15	15		
Чернослив	50	50	30	30		
Масса тушеного мяса	-	100	-	75		
Масса соуса с луком и черносливом	-	125	-	100		
Гарнир: макаронные изделия, овощи, картофель	-	150	-	150		
Выход	-	375	-	325		

Мясо, нарезанное по 1-2 куску на порцию, посыпают солью и перцем, обжаривают, добавляют нарезанный пассерованный лук, томатное пюре, заливают бульоном или водой и тушат при слабом кипении около 1 часа. Затем кладут промытый чернослив и тушат еще 20 мин. За 5 мин до окончания тушения кладут соль, перец горошком и лавровый лист. При отпуске мясо гарнируют и поливают соусом, в котором тушилось мясо.

Гарниры - макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

	Плов			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Баранина, козлятина (лопаточная часть, грудинка)	200	143	150	107
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	216	159	162	119
Свинина (лопаточная часть, грудинка)	173	147	129	110
Крупа рисовая	65	65	67	67
Маргарин столовый	20	20	15	15
Лук репчатый	24	20	18	15
Морковь	19	15	19	15
Томатное пюре	15	15	15	15
Масса тушеного мяса	-	100	-	75
Масса гарнира	-	200	-	200
Выход	-	300	-	275

Нарезанное кусочками по 20-30 г мясо посыпают солью и перцем, обжаривают, добавляют пассерованные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают бульоном или водой (140, 150 г соответственно), доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25-40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами.

Плов можно готовить без томатного пюре.

Мясо деликатесное

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (грудинка, покровка)	185	136	136	100
Шпик	26	25	21	20
Чеснок	1,3	1	1	0,8
Лук репчатый	14	12/6 ¹	12	10/5
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3
Масса полуфабриката	-	167	-	125
Жир животный топленый пищевой	7	7	6	6
Масса готового рулета	-	100	-	75
Гарнир каши, картофель, сложный	-	150	-	150
Выход	-	250	-	225

Крупные куски мякоти грудинки и покровки отбивают, посыпают солью и перцем, равномерно покрывают мелко нарезанным шпиком, пассерованным луком и измельченным чесноком. Изделие формуют в виде рулета, обжаривают, заливают бульоном и тушат до готовности 2-2,5 ч. При отпуске нарезают ломтиками (два на порцию), гарнируют и поливают мясным соком (50 г).

Гарниры - каши рассыпчатые, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), картофель, жаренный во фритюре, сложный гарнир.

БЛЮДА ИЗ РУБЛЕНОГО МЯСА

Из рубленого мяса, получаемого путем измельчения говядины, свинины, баранины или телятины на мясорубке, приготавливают натуральные рубленые изделия без добавления хлеба (бифштексы, шницели, котлеты и др.) и с добавлением хлеба (котлеты, биточки, зразы, тефтели и др.).

Для изготовления рубленых изделий как с добавлением, так и без добавления хлеба используют следующие куски мякоти: говядина - мякоть шейной части, пашина и обрезки, получающиеся при разделке туши, а также покровка от туш II категории; баранина, козлятина, телятина - мякоть шейной части и обрезки; свинина - обрезки. Все куски мякоти должны быть зачищены от сухожилий и грубой соединительной ткани. Такое мясо называется котлетным. Для улучшения вкуса и сочности готовых изделий в состав нежирного котлетного мяса включают жир-сырец (5-10%). В свином котлетном мясе допускается содержание жировой ткани не более 30% и соединительной ткани - не

¹ В графе нетто в числителе указана масса нетто, в знаменателе масса пассерованного лука.

более 5%. В котлетном мясе из говядины, баранины и телятины содержание как жировой, так и соединительной ткани не должно превышать 10%.

Для приготовления натуральных рубленых изделий нарезанное на куски котлетное мясо соединяют с жиром-сырцом, измельчают на мясорубке, добавляют воду (или молоко), соль, перец, перемешивают, после чего формуют полуфабрикаты.

Для приготовления изделий с добавлением хлеба измельченное на мясорубке мясо соединяют с черствым пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно замоченным в молоке или воде, добавляют соль, перец (иногда репчатый лук) и перемешивают. После повторного пропускания через мясорубку котлетную массу еще раз перемешивают.

В процессе приготовления рубленых полуфабрикатов необходимо принимать меры, снижающие бактериальную обсемененность сырья и готовых полуфабрикатов (котлетное мясо промывают холодной проточной водой; измельченное мясо и котлетную массу охлаждают, добавляя холодную воду или пищевой лед).

Сформованные полуфабрикаты сразу направляют в тепловую обработку или помещают в холодильник для охлаждения до + 6°C.

Мясные рубленые изделия рекомендуется жарить непосредственно перед отпуском. Полуфабрикаты кладут на сковороду или противень с жиром, нагретым до температуры 150-160°C, и обжаривают 3-5 мин с двух сторон до образования поджаристой корочки, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250-280°C (5-7 мин). Готовые рубленые изделия должны быть полностью прожарены: температура в центре для натуральных рубленых изделий должна быть не ниже 85°C, для изделий из котлетной массы - не ниже 90°C. Органолептическими признаками готовности изделий из рубленого мяса являются выделение бесцветного сока в месте прокола и серый цвет на разрезе.

При отпуске натуральные рубленые изделия поливают жиром или мясным соком, изделия из котлетной массы - жиром или соусом. На гарнир отпускают картофель жареный, картофель отварной, картофельное пюре, овощи отварные или тушеные, макаронные изделия отварные, каши рассыпчатые и др.

Бифштекс рубленый

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо)	155	114	109	80
Шпик	18	17	12,5	12
Молоко или вода	10,5	10,5	6,76	6,76
Перец черный молотый	0,06	0,06	0,04	0,04
Соль	1,7	1,7	1,2	1,2
Масса полуфабриката	-	143	-	100 ¹
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7
Масса жареного бифштекса	-	100	-	70
Гарнир каши, макаронные изделия, картофель, овощи	-	150	-	150
Выход	-	250	-	220

В измельченное мясо добавляют свиной шпик, нарезанный кубиками (5 x 5 мм), соль, специи, воду (или молоко), вымешивают, разделяют в виде биточков по 1 шт. на порцию и жарят. При отпуске бифштекс гарнируют и поливают соком, выделившимся при жаренье.

Гарниры-каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель, жаренный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель жареный во фритюре, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, овощи в молочном соусе, тыква, кабачки, баклажаны жареные.

Шницель натуральный рубленый

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Свинина (котлетное мясо)	156	133	128	109
или баранина (котлетное мясо)	161	115	133	95
Жир-сырец бараний ²	18	18	14	14
или говядина (котлетное мясо)	156	115	129	95
Жир-сырец говяжий или свиной*	18	18	14	14
Вода	12	12	9	9
Яйца	1/5 шт.	8	1/7 шт.	6
Сухари	20	20	15	15
Масса полуфабриката	-	171	-	137
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10
Масса жареного шницеля	-	125	-	100
Гарнир каши, макаронные изделия, бобовые, картофель, овощи	-	150	-	150
Маргарин столовый	-	-	-	-
или масло сливочное	8	8	5	5
Выход	-	283	-	255

¹ Используют только для котлет из баранины.

² Жир-сырец бараний используют для бараньих котлет, жир-сырец свиной или говяжий - для говяжьих котлет.

Подготовленный фарш (как было указано выше) разделяют в виде изделий плоскооальной формы, смачивают в лезоне, панируют в сухарях и жарят. При отпуске шницель гарнируют и поливают жиром.

Гарниры-каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром, помидоры жареные, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры.

Котлеты, биточки (особые)

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо)	115	85	75	55
Свинина (котлетное мясо)	39	33	29	25
Хлеб пшеничный	23	23	15	15
Молоко или вода	30	30	20	20
Сухари	15	15	10	10
Масса полуфабриката	-	185	-	123
Жир животный топленый				
пищевой	10	10	5	5
Масса готовых котлет, биточков	-	150	-	100
Гарнир: каши, макаронные изделия, бобовые, картофель, овощи, сложный		100		150
Соус: красный, луковый, сметанный	-	50		50
или маргарин столовый	10	10	8	8
или масло сливочное	10	10	8	8
Выход: с соусом	-	300	-	300
с жиром	-	260	-	258

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты) или кругло-приплюснутой формы толщиной 2-2,5 см (биточки), или плоскооальной формы, толщиной 1 см (шницели).

Котлеты, биточки и шницели можно готовить с добавлением репчатого лука (10; 8 г нетто) и чеснока (1; 0,8 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды.

При отпуске изделий их гарнируют и поливают соусом или жиром.

Котлеты, биточки отпускают по 2 или 1 шт., шницели - по 1 шт. на порцию.

Гарниры-каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, капуста тушеная, сложный гарнир.

Соусы - красный основной, луковый, красный с луком и огурцами, луковый с горчицей, сметанный, сметанный с томатом, сметанный с луком.

Биточки, запеченные под сметанным соусом
с рисом (по-казацки)

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо)	101	74	50	37
или свинина (котлетное мясо)	87	74	43	37
или телятина (котлетное мясо)	112	74	56	37
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	103	74	52	37
Хлеб пшеничный	18	18	9	9
Молоко или вода	24	24	12	12
Сухари	10	10	5	5
Масса полуфабриката (биточки)	-	123	1	62
Жир животный топленый пищевой	6	6	3	3
Масса жареных биточков	-	100	-	50
Гарнир: рис	-	140	-	140
Соус сметанный	-	100	-	75
Сыр	4,3	4	3,3	3
Масса полуфабриката	-	341	-	267
Выход	-	300	-	235

На порционную сковородку, смазанную жиром, кладут рис, припущенный с томатом, сверху укладывают жаренные до полуготовности биточки, заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром и запекают.

Рулет с луком и яйцом

	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо) или баранина, козлятина	103	76
(котлетное мясо)	106	76
или телятина (котлетное мясо)	115	76
Хлеб пшеничный	15	15
Молоко или вода	23	23
Котлетная масса	-	113
Фарш:		
Лук репчатый	57	48
Маргарин столовый	5	5
Масса пассерованного лука	-	24
Яйца	1/4 шт.	10
Петрушка (зелень)	5	4
Масса фарша	-	38
Яйца	1/5 шт.	8
Сухари	4	4
Масса полуфабриката	-	161
Жир животный топленый пищевой (на смазку противня и обрызгивание)	1	1
Масса готового рулета	-	142
Гарнир: каши, картофель, овощи	-	100
Выход	-	242

На смоченную водой полотняную салфетку раскладывают котлетную массу ровным слоем толщиной в 1,5-2 см. На котлетную массу кладут фарш. Затем края салфетки соединяют так, чтобы один край котлетной массы слегка находил на другой, и рулет скатывают с салфетки на смазанный жиром противень швом вниз. Поверхность рулета смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают жиром, прокалывают в нескольких местах и запекают 30-40 мин. Готовый рулет режут на порции и поливают соусом.

Рулет с яйцом можно отпускать с рассыпчатыми кашами, отварными макаронными изделиями, с картофелем и отварными овощами, с картофельным пюре (75 г на порцию).

Для приготовления фарша пассерованный лук рубят, соединяют с измельченными вареными яйцами и зеленью петрушки. Допускается приготовление рулета без яиц, с соответствующим увеличением закладки репчатого лука. Рулет можно отпускать с соусом красным или луковым (50 г на порцию).

Биточки по-селянски

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо)	136	100	101	74
Жир-сырец (говяжий или свиной)	5	5	4	4
Лук репчатый	12	10	12	10
Вода	15	15	10	10
Мука пшеничная	5	5	5	5
Масса полуфабриката	-	130	-	100
Жир животный топленый пищевой	8	8	6	6
Масса готовых биточков	-	100	-	75
На соус:				
Грибы сушеные	5	10 ¹	3	6*
Лук репчатый	42	35	27	23
Жир животный топленый пищевой	5	5	4	4
Вода	50	50	40	40
Томатное пюре	8	8	6	6
Масса соуса с томатным пюре, луком и грибами	-	75	-	50
Картофель	173	130	173	130
Морковь	16	13	16	13
Лук репчатый	29	24	29	24
Томатное пюре	9	9	9	9
Жир животный топленый пищевой	11	11	11	11
Масса тушеных овощей	-	150	-	150
Выход	-	325	-	275

Говядину вместе с жиром-сырцом измельчают на мясорубке с крупной решеткой, добавляют мелко нарезанный репчатый лук, воду, соль, перец и хорошо перемешивают. Из приготовленной массы формируют биточки (по 1 шт. на порцию), панируют в муке и обжаривают с двух сторон. Подготовленные вареные грибы мелко нарезают и обжаривают вместе с луком и томатным пюре. Обжаренные биточки перекладывают в посуду, добавляют поджаренные с луком и томатным пюре грибы, заливают грибным отваром и тушат 10-15 мин. Картофель и морковь нарезают кубиками или дольками, обжаривают отдельно почти до готовности. Затем соединяют с мелко нарезанным луком, пассерованным томатным пюре, заливают бульоном или водой и тушат до готовности. В конце тушения добавляют перец и лавровый лист.

Отпускают биточки с тушеными овощами и соусом, в котором они тушились.

¹ Масса вареных грибов.

МЯСО ЗАПЕЧЕННОЕ

Мясо и мясные продукты запекают с картофелем, овощами, кашами и другими гарнирами, вместе с соусом или без него. Мясо и мясные продукты для приготовления запеченных блюд предварительно варят, припускают или жарят. Подготовленные полуфабрикаты запекают на порционных сковородах или противнях в жарочном шкафу при температуре 220-280°C. В первом случае блюда отпускают в тех же сковородах, в которых они запекались, во втором случае блюда при отпуске порционируют.

Все компоненты блюд в процессе запекания должны быть прогреты до температуры не ниже 80°C. Для этого полуфабрикаты, подготовленные для запекания в сковородах на 1-5 порций, помещают в жарочный шкаф, разогретый до температуры 250-280°C, на 10-30 мин. Полуфабрикаты, подготовленные для запекания в противнях, запекают при более низкой температуре (220-250°C), но более продолжительное время (около часа).

Внешним признаком готовности запеченных блюд является образование поджаристой корочки, чему способствует наличие на их поверхности сметаны, тертого сыра, сухарей и пр. Готовность запеченных блюд в производственных условиях определяется органолептически.

Длительное хранение готовых запеченных блюд не рекомендуется, так как их внешний вид и вкусовые качества быстро ухудшаются.

Язык с картофелем в соусе запеченный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Язык говяжий	169	169	126	126
или свиной, телячий	170	170	127	127
или бараний	191	191	143	143
Лук репчатый	5	4	4	3
Морковь	5	4	4	3
Петрушка (корень)	4	3	3	2
Масса вареного языка	-	100	-	75
Картофель	206	206/150 ¹	206	206/150
Соус луковый, томатный, молочный, сметанный		100		75
Сыр	4,3	4	3,3	3
Сухари	6	6	5	5
Маргарин столовый	5	5	4	4
Масса полуфабриката	-	364	-	311
Выход	-	320	-	274

Очищенный вареный язык нарезают небольшими тонкими ломтиками. На порционную сковороду, смазанную жиром, наливают немного

¹ Масса вареного очищенного картофеля.

соуса, кладут ломтики языка, вокруг которых укладывают ломтики вареного картофеля, и заливают оставшимся соусом. Затем посыпают тертым сыром, смешанным с сухарями, сбрызгивают жиром и запекают. Подают блюдо на порционной сковороде.

Соусы - луковый, томатный, молочный, сметанный.

Кабачки, баклажаны, перец или помидоры,
фаршированные мясом и рисом

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кабачки	266	160 ¹	212	128*
или баклажаны	168	160	135	128
или помидоры	219	160	175	128
или перец сладкий	213	160	171	128
Говядина (котлетное мясо) или баранина (котлетное мясо)	164	121/75 ²	110	81/50*
Крупа рисовая	16	45 ³	9	25*
Лук репчатый	29	24	21	18
Маргарин столовый	7	7	5	5
Масса пассерованного лука с жиром	-	15	-	11
Масса фарша	-	135	-	86
Сухари	-	-	3	3
Сыр	3,3	3	-	-
Масса полуфабриката Масса запеченного блюда	-	295	-	215
Соус: томатный, сметанный	-	266	-	194
Выход	-	100	-	75
	-	366	-	269

Кабачки очищают от кожицы, нарезают поперек на куски толщиной 3-5 см, удаляют часть мякоти с семенами и отваривают в подсоленной воде до полуготовности.

Помидоры промывают, срезают часть мякоти у плодоножки и вынимают семенное гнездо, часть мякоти, которую используют в дальнейшем для соусов и супов.

Баклажаны промывают, нарезают вдоль пополам, предварительно отрезая плодоножку, и вынимают часть мякоти с семенами.

У стручков перца срезают плодоножку с частью мякоти, удаляют семена, бланшируют. Подготовленные овощи наполняют фаршем

¹ Масса кабачков, сваренных до полуготовности.

² В числителе - масса сырого мяса нетто, в знаменателе - масса вареного мяса.

³ Масса каши рисовой рассыпчатой.

мясным с рисом, укладывают в один ряд на противень, посыпают сыром или сухарями, сбрызгивают жиром и запекают.

При подаче поливают соусом.

Фарш: вареное мясо пропускают через мясорубку, соединяют с пассерованным луком, готовым рассыпчатым рисом, добавляют соль, перец и перемешивают.

Соусы - томатный, сметанный, сметанный с томатом.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ БЛЮД ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ

При определении качества мясных блюд необходимо учитывать соответствие использованной части мяса виду изделия, правильность обработки, степень готовности, оформление блюда, подбор соусов и гарниров, внешний вид, вкус, запах, консистенцию.

Отварное мясо должно быть хорошо проварено, по вкусу и запаху - нежное, свойственное данному виду мяса, по цвету - светло-серое, по консистенции - мягкое, сочное.

Жареное мясо должно быть с равномерно поджаренной корочкой. Вкус и запах - свойственные жареному мясу с характерным для данного вида мяса привкусом. Цвет поверхности мяса - коричневый, разреза - от розового (средне прожаренное) до серого (хорошо прожаренное). Консистенция - мягкая, корочка хрустящая.

Изделия из рубленого мяса и мясopодуKтов должны быть определенной формы, с поверхностью без трещин, однородны на изломе. Вкус и запах - свойственные изделиям из рубленого мяса. Цвет - коричневый, консистенция - мягкая, сочная, рыхлая, корочка хрустящая.

Тушеное мясо должно быть не переваренным и не сырым. Вкус и запах - свойственные тушеному мясу с ароматом овощей и специй. Цвет - серый, консистенция - мягкая, сочная.

4.11. БЛЮДА ИЗ ПТИЦЫ, ПЕРНАТОЙ ДИЧИ И КРОЛИКА

Птица, дичь или кролик отварные с гарниром.

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курица	260	179	208	143
или цыпленок	230	161	184	129
или бройлер-цыпленок	218	157	175	126
или индейка	234	172	186	137
или гусь	261	172	208	137
или утка	266	172	212	137
или фазан (шт.)	1/3	1/3	1/4	1/4
или кролик	179	170	143	136
Лук репчатый	5	4	4	3
Петрушка (корень)	5	4	4	3
или сельдерей (корень)	6	4	4	3
Масса вареной птицы или кролика	—	125		100
Гарнир: каши, картофель, овощи, яблоки		150	—	150
Соус: паровой, белый с яйцом, красный	—	75	—	75
Выход: птицы	-	350	-	325
кролика	-	1/3 шт.	-	1/4 шт.
фазана	-	+225	-	+225

Обработанные тушки птицы перед варкой заправляют в «кармашек»: внизу брюшка вдоль делают надрезы 1, 5-2 см. длиной, куда вставляют ножки (окорочка), кожу шеи заворачивают на спину, крылья выворачивают на спину, придавливая кожу, т.е. придают птице компактную форму. Дичь заправляют в одну нитку. При этом тушку кладут на стол спинкой вниз, придерживают ее левой рукой, а правой пропускают через окорочка поварскую иглу с ниткой. Затем иглу с ниткой переносят под тушку в первоначальное положение, вторично пропускают ее под конец выступа филейной части, прижимают ножки к тушке и завязывают нитку на спинке узлом.

Подготовленные тушки птицы, дичи или кролика кладут в горячую воду (2-2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанные корни, лук, соль, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и по мере спроса нарубают на порции.

Отпускают птицу по 2 кусочка (филе и окорочок) на порцию. Кроликов нарубают на 4-6 и более частей в зависимости от величины тушек и нормы выхода порции.

При порционировании птицы, особенно крупной (кур, бройлеров-цыплят, индеек, гусей, уток), можно вырубить спинную кость. Для этого птицу разрубают вдоль на две части так, чтобы одна половина получилась без спинной кости. Затем от второй половины отрубают

спинную кость и порционируют. Нарубленные порции птицы, дичи или кролика заливают горячим бульоном, доводят до кипения и хранят на мармите в закрытой посуде. Бульон, оставшийся после варки продуктов, используют для приготовления супа, соуса или гарнира (рассыпчатой рисовой каши).

При отпуске отварную птицу, кролика или фазана гарнируют и поливают соусом или подают натуральными без соуса.

Гарниры - каша рассыпчатая, рис отварной или припущенный, зеленый горошек отварной, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные, сложный гарнир. Для отварных гусей и уток - капуста тушеная, яблоки печеные и др.

Соусы - паровой, белый с яйцом, для гусей и уток - красный основной.

Птица или кролик, тушеные в соусе

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курица	271	187	216	149
или цыпленок	267	187	213	149
или бройлер-цыпленок	246	177	196	141
или индейка	241	177	192	141
или утка	306	198	246	159
или гусь	326	215	261	172
или кролик	179	170	143	136
Маргарин столовый	5	5	4	4
Масса жареной птицы или кролика	-	125	-	100
Гарнир: рис, картофель	-	150	-	150
Соус: красный основной, с вином, луковый		125		100
Выход	-	400	-	350

Подготовленные тушки птицы или кролика жарят, разрезают на порционные куски, заливают соусом и тушат 15-20 мин. При отпуске гарнируют и поливают соусом, в котором тушилась птица или кролик.

Гарниры - рис отварной или припущенный, картофель отварной, картофельное пюре, картофель жареный (из сырого).

Соусы - красный основной, красный с вином, луковый.

Птица или кролик жареные

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курица	271	187	216	149
или цыпленок	267	187	213	149
или бройлер-цыпленок	246	177	196	141
или индейка	241	177	192	141
или утка	306	198	246	159
или гусь	326	215	261	172
или кролик	179	170	143	136
Сметана	5	5	3	3
Маргарин столовый	6	6	5	5
Масса жареной птицы или кролика		125		100
Масло сливочное	10	10	7	7
Гарнир: каши, картофель, овощи	-	150	-	150
Выход	-	285	-	257

Подготовленные тушки птицы и кроликов солят, смазывают сметаной, кладут на противень или сковороду с жиром, разогретым до температуры 150-160°C, и обжаривают на плите до образования поджаристой корочки по всей поверхности тушки.

После обжаривания на плите тушки доводят до полной готовности в жарочном шкафу.

Тушки крупной птицы (индеек, гусей, уток) солят, кладут на противни спинкой вниз, поливают растопленным жиром и ставят в жарочный шкаф.

Во время жаренья птицы в жарочном шкафу тушки периодически переворачивают и поливают жиром и соком, выделившимся при жаренье.

Взрослых кур, гусей, уток и индеек перед жареньем рекомендуется предварительно отваривать до полуготовности.

На порции птицу и кролика рубят непосредственно перед подачей по 2 куска (филе и окорочек). При порционировании жареной птицы, особенно крупной (кур, индеек, гусей и уток), можно вырубить спинную кость.

При отпуске жареные птицу и кролика гарнируют, поливают мясным соком и сливочным маслом. Можно отпускать и без масла сливочного, соответственно уменьшив выход блюда.

Гарниры - гречневая каша, рис отварной или припущенный, горошек зеленый отварной, картофель жареный (из сырого), капуста тушеная, яблоки печеные, сложный гарнир. Дополнительно на гарнир подают зеленые салаты, салаты из свежих огурцов, красной капусты в количестве 50-75 г (нетто) на порцию. Салаты подают отдельно.

Жареных гуся и утку лучше всего подавать с капустой тушеной, яблоками печеными или гречневой кашей.

Гусь, утка фаршированные

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Гусь	326	215	261	172
или утка	306	198	246	159
Маргарин столовый	6	6	5	5
Картофель	207	155	207	155
или чернослив	133	150 ¹	133	150 ¹
или яблоки	250	175	250	175
Сахар ²	5	5	5	5
Масса фарша	-	150	-	150
Масса жареного изделия	-	275	-	250
Масло сливочное	10	10	7	7
Выход	-	285	-	257

Обработанную тушку гуся или утки фаршируют картофелем или черносливом, или яблоками и жарят в жарочном шкафу 45-60 мин. Для начинки подбирают клубни картофеля среднего размера или обтачивают их, и слегка обжаривают; яблоки очищают от кожицы, удаляют семенное гнездо, нарезают дольками и посыпают сахаром; предварительно замоченный чернослив с удаленной косточкой посыпают сахаром. При отпуске фаршированную птицу рубят на порции, укладывают на блюдо вместе с начинкой и поливают соком, выделившимся при жаренье, и растопленным сливочным маслом.

Котлеты натуральные из филе птицы,
дичи или кролика с гарниром

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курица ³	289	104	192	69
или бройлер-цыпленок	335	104	223	69
или фазан	1/5 шт.	85	1/8 шт.	57
или рябчик или куропатка				
серая	1/2 шт.	85	1/3 шт.	57
или глухарь	1/10 шт.	85	1/16 шт.	57
или тетерев	1/6 шт.	85	1/8 шт.	57
или куропатка белая	1/3 шт.	85	1/4 шт.	57
или кролик	134	94	90	63
Масло сливочное	8	8	5	5
Масса жареной котлеты	-	75	-	50
Гренки	-	20	-	20
Масло сливочное	7	7	5	5
Гарнир: картофель, сложный	-	150	-	150
Выход	-	252	-	225

¹ Масса вареного чернослива без косточки.

² При фаршировании картофелем сахар не используется.

³ Мякоть без кожи.

Филе птицы, или дичи, или кролика зачищают. Для этого отделяют внутренний мускул (малое филе) от наружного (большое филе). Из малого филе удаляют сухожилия, а из большого - остаток ключицы. Зачищенное большое филе смачивают холодной водой, кладут на доску и острым влажным ножом срезают с него поверхностную пленку. Большое филе надрезают с внутренней стороны в продольном направлении, слегка разворачивают, перерезают в двух-трех местах сухожилия и вкладывают в надрез малое филе, которое покрывают развернутой частью большого филе.

Непосредственно перед подачей подготовленные котлеты кладут в посуду с растопленным сливочным маслом, добавляют соль, лимонную кислоту, заливают наполовину бульоном и припускают под крышкой 12-15 мин.

При отпуске котлеты кладут на гренок, гарнируют и поливают маслом. Гарниры - картофель жареный (из сырого), сложный гарнир.

Котлеты по-киевски

	брутто	нетто
Курица ¹	231	83+7 ¹
или филе куриное (полуфабрикат)	-	83+7 ¹
Масло сливочное	30	30
Яйца	1/4 шт.	10
Хлеб пшеничный	28	25
Масса полуфабриката	-	145+7 ¹
Кулинарный жир	15	15
Масса жареных котлет	-	128+7 ¹
Гарнир: зеленый горошек, картофель	-	150
Масло сливочное	10	10
Выход	-	288+7 ¹

Подготовленное филе кур фаршируют сливочным маслом, смачивают в яйцах, панируют дважды в белой панировке и жарят во фритюре 5-7 мин до образования поджаристой корочки. Доводят до готовности в жарочном шкафу. При отпуске котлеты гарнируют и поливают сливочным маслом. Котлеты можно подавать на гренках.

Гарниры - горошек зеленый отварной; картофель, жаренный во фритюре; сложный гарнир.

¹ Мякоть без кожи.

Птица, дичь или кролик по-столичному

	I брутто	нетто
Курица ¹	272	98
или бройлер-цыпленок ¹	316	98
или фазан	1/4 шт.	98
или кролик	146	102
Хлеб пшеничный	37	33
Яйца	1/2 шт.	20
Масса полуфабриката из птицы	-	148
Масса полуфабриката из кролика	-	153
Масло сливочное	20	20
Масса жареного филе	-	130
Масло сливочное	10	10
Гарнир: горошек зеленый, картофель	-	150
Выход	-	290

Зачищенное филе птицы (без косточки), мякоть задних ножек или спинной части кролика слегка отбивают, смачивают в яйцах, панируют в белом хлебе, нарезанном соломкой, и жарят 12-15 мин непосредственно перед подачей.

При отпуске на филе кладут масло; дополнительно можно положить консервированные фрукты (50 г), соответственно увеличив выход блюда.

Гарниры - горошек зеленый отварной; картофель, жаренный во фритюре; сложный гарнир. Гарнир можно подавать в корзиночках.

Птица или кролик, жаренные во фритюре

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Курица	220	152	179	123
или цыпленок	195	137	158	111
или бройлер-цыпленок	185	133	150	108
или кролик	152	144	123	117
Масса вареной птицы или кролика	-	106	-	86
Мука пшеничная	5	5	4	4
Яйца	1/8 шт.	5	1/10 шт.	4
Хлеб пшеничный	28	25	22	20
Масса полуфабриката	-	136	-	109
Кулинарный жир	15	15	12	12
Масса жареной птицы или кролика	-	125	-	100
Гарнир картофель, сложный	-	150	-	150
Масло сливочное	10	10	7	7
Выход	-	285	-	257

¹ Масса без косточки.

Вареную птицу или кролика рубят на порционные куски, панируют в муке, смачивают в яйцах, панируют в белой панировке и жарят во фритюре.

При отпуске гарнируют и поливают сливочным маслом.

Гарниры - картофель, жаренный во фритюре; сложный гарнир.

Чахохбили

(грузинское национальное блюдо)

	брутто	нетто
Курица	213	145
Маргарин столовый	15	15
Масса жареной курицы	-	100
Лук репчатый	150	126
Масса лука пассерованного	-	63
Помидоры свежие	71	60
или томатное пюре	28	28
Мука пшеничная	2	2
Бульон или вода	50	50
Уксус 3%-ный	10	10
Чеснок	4	3
Кориандр (кинза), базилик (зелень)	15	11
Выход:	-	250

Порционные куски курицы (по 4-6 на порцию) обжаривают, добавляют нарезанный кольцами пассерованный репчатый лук, мелко нарезанные помидоры, сухую мучную пассеровку, бульон или воду, уксус, зелень кинзы и базилика, толченый чеснок, перец черный, соль и тушат до готовности. Отпускают с соусом, в котором тушилась курица. Чахохбили можно готовить и из других видов птицы.

Цыплята-табака

(грузинское национальное блюдо)

	брутто	нетто
Цыплята	414	290
Масло сливочное	18	18
Сметана	5	5
Масса жареного цыпленка	-	200
Соус ткемали	50	50
или чеснок	26	20
Вода кипяченая	30	30
Выход:	-	250

У обработанного цыпленка разрезают грудку вдоль, после чего придают тушке плоскую форму, посыпают солью, смазывают сметаной и жарят с обеих сторон на раскаленной сковороде с маслом под прессом. Жареного цыпленка оформляют зеленью. Отдельно подают соус ткемали или чеснок, толченый с солью и разведенный кипяченой холодной водой.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ БЛЮД ИЗ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ, ПЕРНАТОЙ ДИЧИ И КРОЛИКА

Вкус и запах отварной птицы, дичи или кролика должен быть в меру соленый, слегка кисловатый, с ароматом, присущим данному виду птицы и соуса. Цвет - от серо-белого до светло-кремового. Консистенция - мягкая, сочная.

Порционные куски жареной птицы должны быть равномерно обжарены, по вкусу и запаху - слегка острые, свойственные данному виду. Цвет филе курицы и индейки - белый, окороков - темно-серый или светло-коричневый, гуся и утки - светло- или темно-коричневый. Консистенция - мягкая, сочная, корочка хрустящая.

4.12. ГАРНИРЫ

ГАРНИРЫ ДЛЯ ГОРЯЧИХ БЛЮД

Для приготовления гарниров используют широкий набор продуктов: крупы, бобовые, макаронные изделия, картофель, овощи, грибы, плоды и ягоды.

Крупяные гарниры представляют собой рассыпчатые или вязкие каши. Макароны используют для гарниров в отварном виде, бобовые - в отварном и в виде пюре.

Для приготовления овощных гарниров берут разнообразные свежие, соленые, квашеные, маринованные, отварные, припущенные, жареные, запеченные и тушеные овощи.

Гарниры подразделяются на простые, состоящие из одного продукта (картофельное пюре, каша, макароны отварные и т.п.) и сложные, включающие два-три различных продукта.

	Рис отварной			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа рисовая	352	352	360	360
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45
Выход	-	1000	-	1000

Подготовленный рис кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют жиром, перемешивают и прогревают.

Рис припущенный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа рисовая	340	340	345	345
Бульон или вода	-	715	-	725
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45
Выход	-	1000	-	1000

В подсоленный бульон или воду добавляют 50% жира, предусмотренного рецептурой, и всыпают подготовленную для варки крупу рисовую, а далее готовят так же, как кашу рисовую рассыпчатую. Остальные 50% жира добавляют в готовую кашу.

Картофель отварной

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель или картофель молодой	1305	979	1320	990
Масса картофеля вареного	-	950	-	960
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45
Выход	-	1000	-	1000

Картофель в молоке

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	1173	880	1187	890
Молоко	300	300	300	300
Маргарин столовый или масло сливочное	40	40	30	30
Мука пшеничная	5	5	5	5
Выход	-	1000	-	1000

Сырой очищенный картофель, нарезанный кубиками, варят 10 мин, затем воду сливают, заливают соусом молочным и доводят до готовности. Для соуса муку пассеруют на жире, разводят молоком горячим, солят.

Картофель жареный (из вареного)

	I	
	брутто	нетто
Картофель ломтиками	1656	1205 ¹
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир или масло растительное	96	96
Выход	-	1000

¹ Масса картофеля вареного очищенного нарезанного.

Сваренный в кожуре картофель охлаждают, очищают, нарезают тонкими ломтиками, солят по вкусу, кладут на сковороду с разогретым жиром и обжаривают до золотистого цвета, периодически встряхивая.

Картофель, жаренный во фритюре

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель брусочками	-	-	2667	2000
Картофель соломкой, стружкой	3333	2500	-	-
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир или масло растительное	225	225	160	160
Выход	-	1000	-	1000

Нарезанный сырой картофель промывают в холодной воде, обсушивают, кладут в кипящий жир и жарят до готовности 8-10 мин. Жареный картофель откидывают на дуршлаг для стекания жира и посыпают мелкой солью.

Картофель хрустящий (чипс)

	I	
	брутто	нетто
Картофель (чипс)	3921	2941
Кулинарный жир или масло растительное	350	350
Выход	-	1000

Очищенный картофель нарезают тонкими ломтиками (1-1,5 мм) отсеивают на грохоте крошки, промывают, обсушивают и жарят при температуре 170-180°C. Готовые чипсы вынимают из фритюра, дают стечь жиру и посыпают соляной пудрой.

Крокеты картофельные

	I	
	брутто	нетто
Картофель	1209	880 ¹
Масло сливочное	40	40
Мука пшеничная	60	60
Яйца	2 шт.	80
Сухари	60	60
Масса полуфабриката	-	1110
Кулинарный жир или масло растительное	110	110
Выход	-	1000

¹ Масса картофеля вареного очищенного нарезанного.

Картофель варят, обсушивают и протирают. Масло сливочное, желтки яиц и 1/3 муки пшеничной используют на заправку массы картофельной. Оставшуюся муку, белки яичные и сухари употребляют для панирования крокет. Крокеты готовят в форме шарика, груши, столбика (3-4 шт. на порцию) и жарят в большом количестве жира 5-7 мин.

Помидоры жареные

	брутто	нетто
Помидоры свежие	1867	1587
Маргарин столовый	60	60
или масло растительное	50	50
Выход	-	1000

Подготовленные помидоры нарезают на две половинки, солят и жарят на жире.

Яблоки печеные

	брутто	нетто
Яблоки	1714	1200
Сахар	35	35
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10
Выход	-	1000

Яблоки (лучше антоновские) очищают от кожицы, нарезают на 4-6 частей и удаляют семенное гнездо. Яблоки укладывают на смазанную маслом сковороду, посыпают сахаром и запекают в жарочном шкафу 10-12 мин.

СЛОЖНЫЕ ГАРНИРЫ

При составлении сложных гарниров следует подбирать продукты, которые сочетаются по вкусу и окраске. Кроме того, необходимо учитывать не только вкусовые сочетания гарнира и основного продукта, но всех составляющих частей самого гарнира. Оформляя блюда, нельзя класть рядом одинаковые по цвету гарниры, так как это ухудшает внешний вид блюда. В приведенных ниже вариантах сложных гарниров указана масса готовых заправленных продуктов.

1-й вариант

Картофель отварной, пюре или жареный	75
Капуста или свекла тушеные	75
Выход	150

2-й вариант	
Картофель жареный или пюре	75
Горошек зеленый или фасоль стручковая отварные	75
Выход	150
3-й вариант	
Морковь, тушенная с яблоками или черносливом	75
Картофель отварной, пюре или жареный	75
Выход	150
4-й вариант	
Кабачки или баклажаны жареные	75
Морковь припущенная или в молочном соусе	75
Выход	150
5-й вариант	
Картофель жареный	50
Морковь, тушенная с яблоками или черносливом	50
Горошек, фасоль отварные	50
Выход	15
6-й вариант	
Овощи припущенные или в молочном соусе	50
Горошек зеленый консервированный	50
Картофель отварной или пюре	50
Выход	150
7-й вариант	
Картофель жареный	50
Грибы в сметанном соусе	50
Морковь или свекла припущенные	50
Выход	150
8-й вариант	
Капуста цветная отварная	50
Морковь, тушенная с яблоками	30
Горошек зеленый	30
Картофель жареный	40
Выход	150

5. СОУСЫ

Соусы являются составной частью большого ассортимента горячих и холодных блюд из овощей, круп, макарон, мяса, рыбы и других продуктов. Они разнообразят и дополняют вкус блюда, повышают его питательную ценность.

Расход специй на 1 кг соуса следующий: соли - 10 г, перца - 0,5 г, лаврового листа - 0,2 г; на маринад, кроме того, гвоздики - 1 г, корицы - 1 г. Для приготовления соуса молочного используется только соль в количестве 8 г.

Исходя из особенностей национальных блюд, лавровый лист в соусы, используемые для этих блюд, можно не добавлять.

Бульон коричневый

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кости пищевые ¹	1000	1000	750	750
Вода	1500	1500	1500	1500
Морковь	15	12	15	12
Лук репчатый	14	12	14	12
Петрушка (корень)	16	12	16	12
или сельдерей (корень)	18	12	18	12
Выход	-	1000	-	1000

Соус красный основной

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Бульон коричневый	-	1000	-	1000
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	30	30	25	25
Мука пшеничная	50	50	50	50
Томатное пюре	200	200	150	150
Морковь	100	80	100	80
Лук репчатый	48	40	36	30
Петрушка (корень)	27	20	20	15
Сахар	25	25	20	20
Выход	-	1000	-	1000

Нарезанные лук, морковь, петрушку пассеруют с жиром, добавляя томатное пюре и продолжают пассерование еще 10-15 мин.

Просеянную пшеничную муку пассеруют при температуре 150-160°C, периодически помешивая, в наплитной посуде или на противне в жарочном шкафу слоем не более 4 см до приобретения светло-коричневого цвета.

¹ Кости говяжьи, баряньи, телячьи, свиные, птицы и дичи (рябчиков, тетеревов, куропаток, глухарей).

Охлажденную до 70-80°C мучную пассеровку разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящий коричневый бульон, затем добавляют пассерованные с томатным пюре овощи и при слабом кипении варят 45-60 мин. В конце варки добавляют соль, сахар, перец черный горошком, лавровый лист. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Соус красный основной используют для приготовления производных соусов. При использовании его как самостоятельного соус заправляют маргарином столовым (70, 50 г соответственно).

Подают соус к блюдам из котлетной массы, субпродуктов, сосискам, сарделькам, отварным копченостям.

Соус красный с вином

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Соус красный основной	-	900	-	925
Вино ¹	100	100	75	75
Маргарин столовый	70	70	50	50
Выход	-	1000	-	1000

В готовый соус красный основной добавляют подготовленное вино (вино наливают в нагретую посуду, которую закрывают крышкой, дают вскипеть и быстро вливают его в соус) и заправляют маргарином. Для остроты можно добавить соус «Южный» в количестве 30-50 г на 1 кг соуса.

Подают соус к блюдам из отварного и жареного мяса, птицы и дичи.

Соус луковый

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Соус красный основной	-	800	-	850
Лук репчатый	357	300	298	250
Маргарин столовый	45	45	38	38
Уксус 9%-ный	75	75	70	70
Маргарин столовый	30	30	20	20
Выход	-	1000	-	1000

Мелко нарезанный лук слегка пассеруют, добавляют уксус, перец черный горошком, кипятят 5-7 мин, закладывают в соус красный основной и варят 10-15 мин. Соус заправляют маргарином.

Подают соус к биточкам, котлетам, жареной и отварной свинине и другим мясным блюдам. Кроме того, соус используют для запекания мясных блюд.

¹ Используются вина типа мадеры, муската, малаги, портвейна.

Соус красный с мандаринами или апельсинами

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Соус красный основной	-	800	-	850
Мандарины	270	200	203	150
или апельсины	299	200	224	150
Вино (красное сухое)	100	100	75	75
Маргарин столовый	70	70	50	50
Выход	-	1000	-	1000

Мандарины или апельсины очищают и нарезают ломтиками. Цедру режут тонкой соломкой, ошпаривают кипятком для удаления горечи, потом кладут в красное вино, кипятят 3-5 мин, затем добавляют в готовый соус красный основной, доводят до кипения и заправляют маргарином. Мандарины или апельсины кладут в соус при отпуске.

Подают соус к жареным блюдам из птицы или дичи.

Соус красный кисло-сладкий

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Соус красный основной	-	750	-	850
Чернослив	107	120 ¹	80	90 ¹
Изюм	51	50	41	40
Орехи грецкие	111	50	-	-
Вино (красное сухое)	50	50	-	-
Уксус 9%-ный	-	-	30	30
Выход	-	1000	-	1000

Сухофрукты перебирают и моют. Чернослив варят в небольшом количестве воды и освобождают от косточек. Орехи очищают от скорлупы и оболочки и нарезают на кусочки. Подготовленные сухофрукты и орехи кладут в отвар от чернослива, добавляют перец душистый горошком и тушат под крышкой 7-10 мин, соединяют с соусом красным основным, доводят до кипения, вводят подготовленное вино или уксус. Подают соус к блюдам из отварного, тушеного мяса и птицы.

Соус белый основной

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Бульон	-	1100	-	1100
Маргарин столовый	50	50	50	50
Мука пшеничная	50	50	50	50
Лук репчатый	48	40	36	30
Петрушка (корень)	40	30	27	20
или сельдерей (корень)	44	30	29	20
Выход	-	1000	-	1000

¹ Масса вареного чернослива без косточки.

В растопленный жир всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. Правильно пассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70°С, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшийся бульон. После этого в соус кладут нарезанные петрушку, сельдерей, лук и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, перец черный горошком, лавровый лист. Затем соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Готовый соус используют для приготовления производных соусов. Если соус используется как самостоятельный, его заправляют кислотой лимонной (1 г) и жиром (70, 50 г соответственно по I, II колонкам).

Соус белый основной подают к блюдам из отварного и припущенного мяса и птицы.

	Соус паровой			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Соус белый основной	-	900	-	950
Вино(белое сухое)	100	100	50	50
Кислота лимонная	1	1	1	1
Маргарин столовый или масло сливочное	70	70	50	50
Выход	-	1000	-	1000

В соус белый основной добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения и вливают подготовленное вино (как в «Соусе красном с вином»). Соус заправляют маргарином или сливочным маслом. В готовый соус можно добавить припущенные шампиньоны в количестве 50 г на 1 кг соуса.

Подают соус к отварным блюдам из мяса и птицы, котлетам из телятины, птицы и дичи.

	Соус белый с яйцом			
	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Соус белый основной	-	800	-	900
Яйца (желтки)	4 шт.	64	3 шт.	48
Маргарин столовый или масло сливочное	100	100	75	75
Кислота лимонная	1	1	1	1
Мускатный орех	1	1	1	1
Сливки или бульон	100	100	75	75
Выход	-	1000	-	1000

Сырые яичные желтки соединяют с кусочками маргарина или масла сливочного, добавляют сливки или бульон и проваривают на водяной бане при температуре 75-80°С, непрерывно помешивая. Как только смесь загустеет, в нее при непрерывном помешивании добавляют

горячий соус белый основной такой же температуры, тертый мускатный орех, кислоту лимонную, соль.

Подают соус к отварным и припущенным блюдам из телятины, птицы и дичи.

Рыбный соус белый основной

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Бульон рыбный	-	1100	-	1100
Маргарин столовый	50	50	50	50
Мука пшеничная	50	50	50	50
Лук репчатый	48	40	36	30
Петрушка (корень)	40	30	27	20
или сельдерея (корень)	44	30	29	20
Выход	-	1000	-	1000

Этот соус готовят так же, как белый основной на мясном бульоне, подают его к блюдам из отварной и припущенной рыбы.

Соус молочный (для подачи к блюду)

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Молоко	1000	1000	750	750
Масло сливочное	50	50	50	50
Мука пшеничная	50	50	50	50
Бульон или вода	-	-	250	250
Сахар	10	10	10	10
Выход	-	1000	-	1000

Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком или молоком с добавлением бульона или воды и варят 7-10 мин при слабом кипении. Затем кладут сахар, соль, процеживают и доводят до кипения.

Для приготовления «Соуса молочного с луком» лук репчатый пассеруют, соединяют с готовым соусом молочным (1000 г), варят 7-10 мин. Соус процеживают, протирая при этом лук, доводят до кипения и заправляют красным перцем (масса нетто лука репчатого 250, 200 г и масла сливочного - 25, 20 г соответственно по I, II колонкам на 1000 г выхода соуса).

Подают соус к котлетам натуральным и жареному мясу.

Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Молоко	1000	1000	750	750
Масло сливочное	100	100	100	100
Мука пшеничная	100	100	100	100
Бульон или вода	-	-	250	250
Выход	-	1000	-	1000

Приготавливают соус молочный средней густоты так же для подачи блюд. Для улучшения вкуса и эластичности в соус можно добавить сырые яичные желтки - 2-3 шт. на 1 кг соуса.

Молоко	900	900	750	750
Масло сливочное	130	130	130	130
Мука пшеничная	130	130	130	130
Бульон или вода	-	-	150	150
Выход	-	1000	-	1000

Соус приготавливают так же, как соус молочный. Используют его для фаршированных блюд из птицы, дичи и др.

Сметана	1000	1000	500	500
Масло сливочное	50	50	-	-
Мука пшеничная	50	50	50	50
Бульон или отвар	-	-	500	500
Масса белого соуса	-	-	-	500
Выход	-	1000	-	1000

Для соуса сметанного натурального (по I колонке) муку слегка пассеруют без масла, охлаждают, смешивают с маслом, кладут в сметану, доведенную до кипения, размешивают, заправляют солью и перцем, варят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Соусы сметанные, приготовленные на бульоне мясном или овощном отваре, используются для мясных, рыбных и овощных блюд, а соусы сметанные на бульоне рыбном - только для рыбных блюд.

Сметана	1000	1000	-	-
Масло сливочное	50	50	-	-
Мука пшеничная	50	50	-	-
Томатное пюре	100	100	100	100
Соус сметанный	-	-	-	1000
Выход	-	1000	-	1000

Для приготовления соуса по I колонке в пассерованную на масле муку добавляют томатное пюре и продолжают пассерование 7-10 мин. Готовую охлажденную до 70°C пассеровку разводят горячей сметаной; по II колонке томатное пюре уваривают до половины первоначального объема.

чального объема, соединяют с соусом сметанным. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

«Соус сметанный с томатом острый» готовят с добавлением перца красного молотого (2 г на 1000 г).

Используют соус для приготовления запеченных блюд из овощей.

Соус сметанный с луком

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Соус сметанный	-	800	-	850
Лук репчатый	357	300	298	250
Масло сливочное или маргарин столовый	30	30	25	25
Соус «Южный»	40	40	30	30
Выход	-	1000	-	1000

Лук репчатый шинкуют, пассеруют до готовности, не изменяя цвета, кладут в готовый соус сметанный, добавляют соус «Южный» и доводят до кипения.

Подают соус к лангету и блюдам из котлетной массы.

Соус сметанный с хреном

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Соус сметанный	-	800	-	800
Хрен (корень)	313	200	313	200
Масло сливочное или маргарин столовый	20	20	15	15
Уксус 9%-ный	75	75	75	75
Выход	-	1000	-	1000

Натертый хрен прогревают на масле (для удаления резкого вкуса), добавляют уксус, перец черный горошком, лавровый лист и кипятят 3-5 мин. Затем удаляют перец, лавровый лист, смешивают с готовым соусом сметанным и дают прокипеть.

Подают соус к отварному мясу, языку, ветчине, рулету, поросенку жареному.

Соус грибной

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Грибы сушеные	40	40	30	30
Вода	-	860	-	920
Отвар грибной	-	750	-	800
Маргарин столовый	38	38	40	40
Мука пшеничная	38	38	40	40
Лук репчатый	357	300	298	250
Маргарин столовый	30	30	25	25
Масло сливочное	30	30	-	-
или маргарин столовый	-	-	20	20
Выход	-	1000	-	1000

Готовят отвар грибной: сушеные грибы заливают водой и оставляют в ней на 10-15 минут. Затем промывают несколько раз, меняя воду. Промытые сушеные грибы заливают холодной водой (7 л на 1 кг грибов), оставляют на 3-4 часа для набухания и затем варят в этом настое до готовности. Полученный отвар отцеживают, грибы промывают и измельчают.

Нарезанный лук репчатый пассеруют, добавляют вареные измельченные грибы и продолжают жаренье еще 3-5 мин. Пассерованную на жире муку разводят отваром грибным горячим, варят 45-60 мин, солят и процеживают. Затем кладут пассерованный лук с грибами и варят 10-15 мин. Готовый соус заправляют маслом сливочным или маргарином.

Соус польский

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масло сливочное	700	700	325	325
Яйца	8 шт.	320	6 шт.	240
Петрушка (зелень) или укроп (зелень)	27	20	27	20
Кислота лимонная	2	2	2	2
Бульон рыбный	-	-	450	450
Масло сливочное	-	-	25	25
Мука пшеничная	-	-	25	25
Масса соуса белого	-	-	-	450
Выход	-	1000	-	1000

Для приготовления соуса по I колонке в растопленное масло сливочное кладут мелко нарезанные крутые яйца, зелень петрушки или укропа, соль и кислоту лимонную. По II колонке в приготовленный соус белый добавляют масло сливочное, мелко нарезанные крутые яйца, соль, кислоту лимонную и зелень.

Подают соус к блюдам из нежирной отварной рыбы.

Соус сухарный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масло сливочное	900	900	800	800
Сухари пшеничные	200	200	300	300
Лимон	160	67	-	-
Кислота лимонная	-	-	2	2
Выход	-	1000	-	1000

Масло сливочное нагревают до тех пор, пока не выпарится влага и не образуется светло-коричневый осадок. Затем масло процеживают и добавляют в него молотые поджаренные сухари, соль, сок лимонный или кислоту лимонную.

Подают соус к блюдам из отварных овощей.

Масло зеленое, или килечное, или селедочное

	Масло зеленое		Масло килечное		Масло селедочное	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
Масло сливочное	850	850	840	840	750	750
Петрушка (зелень)	216	160	-	-	-	-
Лимон	81	34	-	-	-	-
или кислота лимонная	2	2	-	-	-	-
Кильки (пресервы) ¹	-	-	400	180	-	-
Горчица столовая	-	-	-	-	30	30
Сельдь (вымоченная) ²	-	-	-	-	521	250
Выход	-	1000	-	1000	-	1000

Масло зеленое. В размягченное масло сливочное добавляют рубленую зелень петрушки, сок лимонный или разведенную кислоту лимонную, тщательно перемешивают, придают форму батончика и охлаждают. Перед использованием нарезают.

Подают масло зеленое к бифштекам, антрекотам, к рыбе жареной.

Масло килечное. Филе килек протирают, тщательно перемешивают с маслом сливочным, формируют и охлаждают. Перед использованием нарезают.

Подают масло килечное к горячему отварному картофелю, блинам, используют для приготовления бутербродов.

Масло селедочное. Филе сельди протирают и взбивают с маслом сливочным и горчицей. Далее готовят, как масло килечное.

Подают масло селедочное к горячему отварному картофелю, блинам, используют для приготовления бутербродов.

¹ Нормы закладки даны на кильку (в банках) при разделке на филе (мякоть).

² Сельдь неразделанную соленую среднюю при разделке на филе (мякоть).

Соус майонез

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масло растительное	750	750	563	563
Яйца (желтки)	6 шт.	96	4 1/2 шт.	72
Горчица столовая	25	25	25	25
Сахар	20	20	20	20
Уксус 3%-ный	150	150	-	-
Бульон	-	-	-	300
Уксус 9%-ный	-	-	50	50
Мука пшеничная	-	-	25	25
Выход	-	1000	-	1000

В растертые сырые желтки с солью, сахаром и горчицей постепенно тонкой струйкой при непрерывном одностороннем помешивании вливают масло растительное. Когда масло соединится с желтками и смесь превратится в густую однородную массу, вливают уксус (по I колонке). В соус, приготовленный по II колонке, добавляют процеженный остывший соус белый. Муку для соуса белого прогревают без жира, не допуская изменения цвета, охлаждают, затем разводят холодным бульоном, смешанным с уксусом, доводят до кипения и охлаждают. Вместо муки можно употреблять крахмал картофельный или маисовый (кукурузный).

Соус майонез с корнишонами

	I	
	брутто	нетто
Майонез	730	730
Огурцы маринованные (корнишоны)	455	250
Соус «Южный»	40	40
Выход	-	1000

Огурцы маринованные (корнишоны) мелко режут, соединяют с майонезом, добавляют соус «Южный» и перемешивают.

Подают соус к холодным и горячим блюдам из мяса и рыбы.

Соус майонез с хреном

	I	
	брутто	нетто
Майонез	820	820
Хрен	313	200
Выход	-	1000

В майонез добавляют ошпаренный и охлажденный мелко натертый хрен.

Подают соус к холодным блюдам из рыбы, к фаршированной рыбе, студню, отварным мясным продуктам.

¹ Готовят только при отсутствии майонеза промышленного производства.

Соус хрен

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Хрен (корень)	547	350	469	300
Уксус 9%-ный	-	-	250	250
Свекла	-	-	255	200 ¹
Сметана	650	650	-	-
Сахар	15	15	20	20
Соль	15	15	20	20
Вода (кипяток)	-	-	250	250
Выход	-	1000	-	1000

По первому варианту в сметану добавляют натертый хрен и заправляют солью и сахаром. По второму варианту натертый хрен заваривают кипятком, накрывают крышкой и дают остыть, затем добавляют соль, сахар и разводят уксусом. В готовый соус хрен (второй вариант) добавляют вареную натертую свеклу.

Подают соус к мясным и рыбным холодным блюдам.

Заправка для салатов

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масло растительное	500	500	350	350
Уксус 3%-ный	500	500	650	650
Сахар	40	40	45	45
Перец черный молотый	2	2	2	2
Соль	20	20	20	20
Выход	-	1000	-	1000

Заправку для салатов приготавливают из смеси растительного масла и уксуса с добавлением соли, сахара и перца черного молотого.

Заправку используют для салатов и винегретов.

Соус шоколадный

	I	
	брутто	нетто
Какао-порошок	100	100
Сахар	200	200
Молоко	455	455
Ванилин	0,15	0,15
Вода	300	300
Выход	-	1000

Какао смешивают с сахаром. Молоко сгущенное разводят горячей водой, нагревают до кипения и при непрерывном помешиваниивливают в смесь какао с сахаром, доводят до кипения, процеживают и

¹ Масса вареной очищенной свеклы.

охлаждают. В охлажденный соус вводят ванилин, растворенный в теплой воде (1:20).

Соус ореховый (миндальный)

	I	
	брутто	нетто
Миндаль очищенный	372	315 ¹
Сахар	135	135
Молоко цельное сгущенное с сахаром	455	455
Молоко	111	105 ²
Вода	50	50
Выход	-	1000

Смесь из сгущенного, натурального молока и воды нагревают до 80-85°C и выдерживают при этой температуре 5-8 мин, непрерывно помешивая. Горячую смесь процеживают, охлаждают до комнатной температуры и смешивают с измельченным очищенным жареным миндалем, растертым с сахаром. У миндаля предварительно снимают кожицу (для этого миндаль погружают на 1-2 мин в кипящую воду), промывают его в холодной воде и подсушивают при 50-70°C.

Соус абрикосовый

	I	
	брутто	нетто
Абрикосы свежие или курага	599	515
Вода для кураги	110	110
Сахар	400	400
Сахар	600	600
Выход	-	1000

Свежие абрикосы погружают на 30-40 сек. в кипяток, снимают с них кожицу, нарезают на 4 части, удаляют косточку, засыпают сахаром, выдерживают 2-3 ч и кипятят 5-8 мин.

Курагу перебирают, промывают, заливают холодной водой и оставляют на 2-3 ч. Затем ее варят в той же воде до готовности, протирают, добавляют сахар и при помешивании проваривают до загустения. Готовый соус охлаждают.

¹ Масса миндаля очищенного жареного.

² Масса кипяченого молока.

Соус коньячный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Молоко	300	300	350	350
Яйца	5 шт.	200	5 шт.	200
Сахар	250	250	260	260
Молоко цельное сгущенное с сахаром	50	50	-	-
Вода	150	150	140	140
Коньяк	100	100	100	100
Выход	-	1000	-	1000

Яйца растирают с сахаром, добавляют молоко, молоко сгущенное с сахаром и воду кипяченую. Смесь нагревают до 85-90°C, выдерживают при этой температуре 10 мин, затем охлаждают и добавляют коньяк.

Соус клюквенный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Клюква	168	160	126	120
Сахар	160	160	120	120
Крахмал картофельный	30	30	30	30
Вода	800	800	850	850
Выход	-	1000	-	1000

Клюкву перебирают, промывают и отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой и кипятят 5-8 мин, затем процеживают. В отвар добавляют сахар и вновь нагревают до кипения. Одновременно разводят крахмал холодной кипяченой водой или охлажденным ягодным отваром. В горячий ягодный сироп сразу вливают процеженный крахмал и, помешивая, быстро доводят до кипения. После этого в него вливают ранее отжатый сок.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ СОУСОВ

Красные мясные соусы по внешнему виду должны быть однородной массой без комков заварившейся муки и сгустков поверхностной пленки; производные соусы - с добавлением мелко нарубленных и равномерно распределенных пассерованного репчатого лука, корншонов, грибов, чернослива, изюма, грецких орехов, томатного пюре, сахара, специй, зелени петрушки или укропа. Вкус и запах - умеренно острый, мясной с ароматом добавляемых продуктов; не допускается запах сырой муки и подгоревшего соуса. Цвет - от светло-коричневого до темно-коричневого. Консистенция - густых сливок: при стекании с ложки льется тонкой ниткой.

Внешний вид белых соусов - однородная эластичная масса. Вкус и запах - белых кореньев и мясного бульона, острый, слегка кислый.

Цвет - от белого до светло-кремового, консистенция - вязкая, густых сливок.

Требования к качеству рыбных и грибных соусов аналогичны мясным соусам.

Внешний вид молочных соусов такой же, как у мясных. Вкус и запах - слегка соленый или сладковатый нежный, не допускается запах подгоревшего молока. Цвет жидкого и густого соусов - светло-кремовый, средней густоты - кремовый.

Сметанные соусы - однородная нерасслоившаяся масса без комков заварившейся муки. Вкус и запах - в меру соленый, слегка острый, с ароматом свежей сметаны и добавляемых продуктов. Цвет - от белого до светло-кремового, с томатным пюре - бледно-розовый. Консистенция - жидкой сметаны, вязкая.

6. СЛАДКИЕ БЛЮДА

Яблоки в тесте жареные

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яблоки	100	70	100	70
Сахар	3	3	3	3
Мука пшеничная	20	20	20	20
Яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Молоко	20	20	20	20
Сметана	5	5	5	5
Сахар	3	3	3	3
Соль	0,2	0,2	0,2	0,2
Кулинарный жир	10	10	10	10
Масса яблок жареных	-	130	-	130
Рафинадная пудра	5	5	10	10
Соус: абрикосовый, яблочный	-	40	-	-
Выход	-	175	-	140

Яблоки с удаленным семенным гнездом и без кожицы нарезают кружочками толщиной 0,5 см и посыпают сахаром. Готовят тесто: в желтки, отделенные от белков, кладут сахар, соль, сметану, муку, тщательно перемешивают и разводят молоком. Белки взбивают в густую пену и осторожно вводят в тесто. Кружочки яблок при помощи поварской иглы погружают в тесто, а затем быстро перекалывают в разогретый жир до образования золотистой корочки.

Яблоки жареные кладут на тарелку и посыпают рафинадной пудрой. Соус абрикосовый или яблочный подают в соуснике.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ СЛАДКИХ БЛЮД

Сироп в компотах должен быть прозрачный, фрукты и ягоды не раздроблены и не переварены. Вкус и запах кисло-сладкий, с ароматом ягод и фруктов, из которых компот приготовлен. Цвет - свойственный входящим продуктам, консистенция сиропа - жидкая, с нали-

чием в нем свежих или вареных фруктов и ягод. Сухофрукты варят до полной готовности, они должны быть мягкими, сочными, отвар - прозрачный.

Кисели должны быть остывшие, прозрачные (кроме молочного), без комков заварившегося крахмала и без пленки. Вкус и запах фруктово-ягодных киселей - кисло-сладкий, молочного - сладкий, с ароматом ванилина, без привкуса подгоревшего молока. Цвет - соответствующий цвету фруктов и ягод, молочного - белый. По консистенции различают кисели жидкие (2-4% крахмала), средней густоты (3,5-5% крахмала) и густые (6-8% крахмала).

Желе должно быть нерастаявшее, сохранившее форму, прозрачное (кроме ванильного, шоколадного, кофейного), нежное. Вкус и запах сладкий, со слабой приятной кислотностью. Цвет - соответствующий исходным продуктам, цвету сока, сиропа или молока. Консистенция - студнеобразная, не очень плотная.

Мусс и самбук - непрозрачная, пористая, однородная масса из сока или фруктового пюре. Вкус - кисло-сладкий, цвет - ягод или фруктов, из которых блюдо приготовлено. Консистенция - нежная, слегка упругая, сохраняет основную форму. Самбук имеет более плотную массу.

КРЕМЫ И ВЗБИТЫЕ СЛИВКИ

Крем из citrusовых

	брутто	нетто
Мандарины	263	150 ¹
или апельсины	341	150 ¹
Сливки (35%-ной жирности)	400	400
Сахар	156	156
Молоко	211	200
Яйца	2 шт.	80
Желатин	20	20
Вода (для желатина)	160	160
Выход	-	1000

Из мандаринов или апельсинов отжимают сок. Приготавливают яично-молочную смесь: яйца растирают с сахаром, добавляют небольшой струйкой кипяченое горячее молоко и нагревают до 70-80°С. При помешивании вводят подготовленный, доведенный до кипения желатин, затем добавляют отжатый сок.

Охлажденные сливки взбивают и при непрерывном помешивании вливают в них приготовленную смесь. Готовый крем быстро разливают в формочки и охлаждают.

¹ Масса сока.

Сливки или сметана взбитые

	I	
	брутто	нетто
Сливки (35%-ной жирности)	900	900
или сметана (36%-ной жирности)	900	900
Рафинадная пудра	150	150
Выход	-	1000

В чистую охлажденную посуду наливают на 1/3 ее объема холодные сливки или сметану и взбивают до тех пор, пока не образуется густая, пышная и устойчивая пена. В сливки или сметану взбитые добавляют при помешивании рафинадную пудру. При отпуске сливки или сметану взбитые кладут в креманку. Сливки взбитые можно отпускать с вареньем или апельсинами, или мандаринами (30 г на порцию), или шоколадом (3-5 г на порцию).

ЖЕЛЕ, МУССЫ

Желе, муссы, самбуки готовят из свежих, консервированных и сушеных плодов и ягод, из плодовых и ягодных пюре, соков, из сиропов, экстрактов, молока. Желе готовят на желатине, муссы - на желатине или с манной крупой, а самбук - на желатине с добавлением яичных белков. Желатин перед использованием замачивают в восьмикратном количестве охлажденной кипяченой воды на 1-1,5 ч.

Желе, муссы и самбуки отпускают по 100-150 г на порцию с соусом, сиропом плодовым или ягодным натуральным (по 20 г на порцию), или со взбитыми сливками (20-30 г на порцию), или подают кипяченое холодное молоко (100-150 г на порцию).

Желе из плодов или ягод свежих

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Клюква	168	160	147	140
или смородина красная	170	160	149	140
или смородина черная	163	160	143	140
Вода	800	800	850	850
Земляника или малина	235	200	206	175
Вода	725	725	785	785
Вишня ¹	235	200	206	175
Вода	760	760	805	805
Сахар	160	160	140	140
Желатин	30	30	30	30
Кислота лимонная ²	1	1	1	1
Выход	-	1000	-	1000

¹ Норма закладки указана на вишню без косточки.

² При приготовлении желе из клюквы, смородины, вишни кислоту лимонную не используют.

Из перебранных и промытых ягод отжимают сок и хранят его на холоде. Оставшуюся мезгу заливают горячей водой и варят 5-8 мин. Отвар процеживают, добавляют сахар, нагревают до кипения, удаляют с поверхности сиропа пену, затем добавляют подготовленный желатин, размешивают его до полного растворения, вновь доводят до кипения, процеживают.

В подготовленный сироп с желатином добавляют ягодный сок, разливают в порционные формочки и оставляют на холоде при температуре от 0 до 8°С в течение 1,5-2 ч для застывания.

Перед отпуском формочку с желе (на 2/3 объема) погружают на несколько секунд в горячую воду, слегка встряхивают и выкладывают желе в креманку или вазочку.

Желе должно быть прозрачным. Если оно получилось мутным, его осветляют яичным белком (24 г на 1000 г желе). Для этого белок, смешанный с равным количеством холодной воды, вливают в сироп и проваривают в течение 8-10 мин при слабом кипении. Осветленный сироп процеживают.

Мусс лимонный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Лимоны	238	100 ¹	190	80 ¹
Сахар	300	300	250	250
Желатин	27	27	27	27
Вода	700	700	770	770
Выход	-	1000	-	1000

С лимонов срезают цедру, нарезают пополам и отжимают сок. Цедру заливают горячей водой, варят 5-6 мин, процеживают, в отвар добавляют сахар, вводят подготовленный желатин, соединяют его с лимонным соком, охлаждают и взбивают. При отпуске мусс поливают соусом коньячным или сиропом сахарным, или сиропом плодовым, или ягодным натуральным (20 г на порцию).

Мусс яблочный (на крупе манной)

	I	
	брутто	нетто
Яблоки	341	300
Сахар	150	150
Крупа манная	80	80
Кислота лимонная	1.5	1,5
Вода	750	750
Выход	-	1000

Яблоки после удаления семенных гнезд нарезают и варят. Отвар процеживают, яблоки протирают, смешивают с отваром, добавляют

¹ Масса сока.

сахар, кислоту лимонную и доводят до кипения. Затем тонкой струйкой вводят просеянную крупу манную и варят, помешивая, 15-20 мин. Смесь охлаждают до 40°С и взбивают до образования густой пенообразной массы, которую разливают в формы и охлаждают.

10. НАПИТКИ

Напитки подразделяются на горячие и холодные. К горячим напиткам относятся чай, кофе, какао, горячие напитки с вином, шоколадом; к холодным - молоко, молочные и сливочные прохладительные напитки, кисломолочные продукты, плодовоягодные прохладительные напитки, коктейли молочные и десертные.

Нормы расхода воды, молока, молочных продуктов (за исключением молока сгущенного), соков, сиропов, винно- и ликеро-водочных изделий указаны в миллилитрах, остальных продуктов - в граммах.

ЧАЙ

Чай заваривают в фарфоровых чайниках, используя для заварки свежеприготовленный кипяток. Перед заваркой чайник прогревают, ополаскивают горячей водой, насыпают чай и заливают кипятком примерно на 1/3 объема посуды. Накрыв чайник салфеткой, чай оставляют на 5-10 мин для настаивания, после чего доливают кипяток. Кипятить заваренный чай или держать его на горячей плите нельзя, так как он приобретает неприятный запах и аромат его ухудшается. Не следует также смешивать сухой чай с заваренным. На стакан чая (200 мл) расходуется 50 мл заварки, что равноценно 1 г сухого чая.

Чай-заварка

	I и II	
	нетто	нетто
Чай «экстра» и высшего сорта	40	-
Чай высшего и 1-го сорта	-	20
Вода	1100	1080
Выход	1000	1000

Чай заваривают в фарфоровом чайнике. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема чайника, настаивают 5-10 мин, накрыв салфеткой, после чего доливают кипятком. Зеленый кипрический чай перед завариванием измельчают.

Кроме того, для приготовления чая можно использовать чай, выпускаемый в пакетиках для разовой заварки.

Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Не следует смешивать сухой чай с заваренным.

На порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки, что равноценно 2 г сухого чая по I колонке и 1 г - по II колонке.

Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом
I и II

	нетто	нетто
Чай-заварка, мл	50	50
Вода	150	150
Сахар	22,5 ¹	15
или варенье, или джем, или мед	40	30
или повидло	50	40
Выход: с сахаром	200/22,5	200/15
с вареньем		
или джемом		
или медом	200/40	200/30
с повидлом	200/50	200/40

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар, варенье, джем, мед, повидло подают отдельно на розетке (допускается класть сахар в стакан с заваркой).

Чай также отпускается как прохладительный напиток. Чай процеживают, добавляют сахар и охлаждают до 8-10°С. Чай можно готовить без сахара.

КОФЕ

Для приготовления напитка сырые зерна натурального кофе обжаривают в специальных аппаратах или на толстостенных чугунных сковородах. Кофейные зерна насыпают слоем 2-3 см и непрерывно помешивая, жарят до тех пор, пока они не приобретут темно-коричневый цвет. При этом надо внимательно следить, чтобы зерна не подгорели.

Жареные зерна измельчают на кофейной мельнице. Размалывать кофе рекомендуется в количествах, подлежащих немедленному использованию, так как молотый кофе быстро теряет аромат. Кофе крупного помола лучше сохраняет аромат, чем мелко измельченный, легче отделяется от гущи, и напиток получается более прозрачным.

Кофе черный (2-й вариант)

	I и II	
	нетто	нетто
Кофе натуральный	60	40
Вода	1140	1100
или кофе натуральный растворимый	20	10
Вода	1030	1030
Выход	1000	1000

¹ По просьбе посетителей можно подать сахар в количестве 15 г на порцию.

При изготовлении в электрокофеварках кофе закладывают из расчета на 1 л напитка. Молотый кофе насыпают в сетку аппарата за 5-6 мин до закипания воды. В процессе варки из кофе экстрагируются вкусовые и ароматические вещества. Для улучшения вкуса напитка кофе оставляют в аппарате на 5-8 мин.

Готовый кофе наливают в кофейники либо непосредственно в кофейные чашки, стаканы с подстаканниками или без них и подают.

Растворимый кофе готовят только в кофейниках по мере спроса. Кофе заливают кипятком и размешивают.

Можно использовать кофе натуральный растворимый, расфасованный в пакетики.

Кофе черный отпускают по 100 мл, отдельно подают сахар в количестве 15 г, а также лимон массой нетто 7 г. В зависимости от спроса кофе можно отпускать по 200 мл.

Кофе черный с молоком или сливками

	I нетто
Кофе черный (2-й вариант), мл	100
Сахар	15
Молоко или сливки	25
Выход	100/25/15

Варят кофе черный и подают, как обычно. Отдельно подают сахар, горячие молоко или сливки.

Кофе на молоке сгущенном

	I и II	
	нетто	нетто
Кофе натуральный	40	30
или кофе натуральный с цикорием	40	30
Молоко цельное сгущенное с сахаром	140	95
Сахар	60	55
Вода	955	995
или молоко (консервы)		
сгущенное стерилизованное	170	115
Сахар	125	100
<u>Вода</u>	<u>920</u>	<u>980</u>
Выход	1000	1000

В сваренный, процеженный кофе черный добавляют молоко сгущенное, сахар, размешивают и доводят до кипения.

Кофе на молоке, молоке сгущенном, из консервов, кофейный напиток отпускают по 200 мл.

Кофе на молоке по-варшавски

	I нетто
Кофе натуральный	8
или кофе натуральный с цикорием	8
Вода	120
Сахар	25
Молоко топленое	100
Молоко для пенек	85
Выход	200/5¹

В процеженный кофе черный добавляют сахар, горячее топленое молоко и доводят до кипения. Перед подачей в кофе кладут горячую молочную пенку, снятую при топлении молока.

Кофе черный со взбитыми сливками по-венски

	I нетто
Кофе черный (2-й вариант), мл	100
Сахар	15
Сливки взбитые	30
Выход	130

В готовый черный кофе добавляют сахар. При отпуске в стакан или чашку с кофе кладут взбитые сливки.

Кофе черный с мороженым (гляссе)

	I нетто
Кофе черный (2-й вариант), мл	100
Сахар	15
Мороженое сливочное или молочное, или пломбир	50
Выход	150

В готовый кофе черный добавляют сахар и охлаждают до 8-10°С.

При отпуске кофе наливают в бокал, фужер или конический стакан, кладут шарик мороженого и немедленно подают.

¹ Масса пенек, получаемых из 85 г молока.

КАКАО

Какао готовят в специально предназначенной для этой цели посуде. Отпускают какао и шоколад по 200 мл в чашках или стаканах.

Какао с молоком сгущенным

	II НЕТТО
Какао-порошок	25
Молоко цельное сгущенное с сахаром (консервы)	245
Сахар	15
Вода	820
или молоко сгущенное стерилизованное (консервы)	300
Сахар	125
Вода	750
<hr/> Выход	<hr/> 1000

Молоко сгущенное с сахаром или сгущенное стерилизованное (без сахара) разводят горячей водой и доводят до кипения. Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (100 мл) и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко и доводят до кипения.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ ГОРЯЧИХ НАПИТКОВ

Чай должен быть свежесваренным, горячим, прозрачным. Вкус и запах - характерные для того или иного сорта чая. Не допускается использовать несвежую заварку, смешивать холодную и горячую заварку, применять жженый сахар.

Кофе должен быть прозрачным, за исключением кофе по-восточному (его подают в специальной посуде не процеживая), свежеприготовленным, горячим.

ПЛОДОВОЯГОДНЫЕ ПРОХЛАДИТЕЛЬНЫЕ НАПИТКИ

Фруктово-ягодные прохладительные напитки готовят из лимонов, ревеня, клюквы, других плодов и ягод, а также из варенья и сиропов.

Отпускают напитки охлажденными в бокалах, фужерах, стаканах, а при групповом обслуживании - *в кувшинах. Пищевой лед подают отдельно в количестве 10 г на порцию.*

При приготовлении прохладительных напитков сахар рекомендуется предварительно растворить в воде и процедить.

Напиток апельсиновый или лимонный

	I нетто
Апельсины	110
Вода	1050
<hr/>	
Лимоны	80
Вода	1070
Сахар	120
<hr/>	
Выход	1000

Цедру, снятую с лимона или апельсина, мелко нарезают, заливают горячей водой, кипятят в течение 5 мин, а затем настаивают 3-4 ч. После процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый лимонный или апельсиновый сок и охлаждают.

Напиток клюквенный

	I нетто
Клюква	132/125 ¹
Вода	1015
Сахар	120
<hr/>	
Выход	1000

Подготовленные ягоды протирают и отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, варят 5-8 мин и процеживают.

В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый сок и охлаждают.

Напиток яблочный

	I нетто
Яблоки ²	142/125
Сахар	120
Вода	1040
<hr/>	
Выход	1000

Яблоки без семенных гнезд протирают и отжимают сок. Оставшуюся мезгу заливают горячей водой, варят 10-15 мин и процеживают. В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый сок и охлаждают.

¹ В числителе указана масса брутто, в знаменателе - масса нетто.

² При использовании яблок сладких сортов можно добавить 1 г кислоты лимонной.

Напиток из плодов шиповника

	I
Плоды шиповника сушеные	нетто 100
Сахар	100
Вода	1000
Выход	1000

Промытые холодной водой плоды шиповника заливают кипятком, варят в закрытой посуде при слабом кипении 5-10 мин и добавляют сахар. Затем настаивают 22-24 ч. После этого отвар процеживают.

КОМПОТЫ

Готовят компоты из свежих, консервированных, сушеных и замороженных плодов и ягод в различных сочетаниях или из одного вида. Отпускают их охлажденными до температуры 12-15°C.

Компот из свежих плодов

	брутто	нетто
Яблоки или айва	341	300
или груши	333	300
Вода	710	710
или черешня	316	300
или вишня	316	300
или слива, или персики	333	300
или абрикосы	349	300
Вода	660	660
Сахар	150	150
Кислота лимонная	1	1
Выход	-	1000

Яблоки или груши, или айву моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их до варки погружают в холодную воду, слегка подкисленную кислотой лимонной. Сироп подготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении не более 6-8 мин. Быстро разваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; сливы или персики, или абрикосы перебирают, моют, разрезают пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения.

**Компот из крыжовника и вишни
или из крыжовника и смородины черной**

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крыжовник	153	150	153	150
Вишня	158	150	-	-
Смородина черная	-	-	153	150
Сахар	150	150	120	120
Вода	650	650	680	680
Выход	-	1000	-	1000

Плоды и ягоды перебирают, удаляют плодоножки и моют. В горячий готовый сироп кладут подготовленные плоды и ягоды, доводят до кипения и охлаждают.

Компот из апельсинов или мандаринов

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Апельсины	104	70	75	50
или мандарины	95	70	68	50
Сахар	40	40	30	30
Цедра	5	5	5	5
Вода	95	95	125	125
Выход	-	200	-	200

Апельсины или мандарины моют, очищают от кожицы, нарезают тонкими кружочками (мандарины можно разделить на дольки), кладут в стаканы или вазочки, заливают теплым сиропом и дают настояться. Для приготовления сиропа в горячей воде растворяют сахар, добавляют цедру, предварительно очищенную от белой мякоти, нарезанную тонкой соломкой, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают.

Компот из смеси сухофруктов

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм и др.	125	310 ¹	100	250 ¹
Сахар	100	100	100	100
Кислота лимонная	1	1	1	1
Вода	960	960	1000	1000
Выход	-	1000	-	1000

¹ Масса сухофруктов вареных.

Подготовленные сухофрукты сортируют по видам, заливают горячей водой, нагревают до кипения. Всыпают сахар, добавляют кислоту лимонную и варят, соблюдая очередность закладки.

Груши сушеные в зависимости от величины и вида варят 1-2 часа, яблоки - 20-30 мин, чернослив, урюк, курагу - 10-20 мин, изюм - 5-10 мин.

Компот из плодов и ягод сушеных готовят накануне, для того чтобы он настоялся.

КИСЕЛИ

Для приготовления 1 кг киселя (любой консистенции) из свежих плодов и ягод требуется 850 - 900 г воды, а из сушеных - 900-950 г.

Кисель из плодов или ягод свежих

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Клюква	126	120	105	100
или брусника	133	120	111	100
или смородина черная				
или крыжовник	122	120	102	100
или смородина красная	128	120	106	100
Вода	895	895	930	930
или				
Черника ¹	163	160	122	120
или вишня	188	160	141	120
или алыча	172	160	129	120
или мирабель	188	160	-	-
или слива	178	160	133	120
Вода	850	850	915	915
Сахар	120	120	100	100
Крахмал картофельный	45	45	45	45
Выход	-	1000	-	1000

Клюкву или бруснику, или чернику, или смородину, или вишню перебирают, удаляют плодоножки и моют, у вишни удаляют косточки. Плоды и ягоды протирают. Сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть мезги 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар (часть его охлаждают и используют для разведения крахмала) добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании сразу вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок.

Крахмал подготавливают следующим образом: его разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

¹ В кисель из черники добавляют кислоту лимонную массой 2 г.

Алычу или сливу, или мирабель (с удаленными косточками), или крыжовник варят с небольшим количеством воды 7-10 мин, отвар сливают, ягоды или плоды протирают. В отвар добавляют сахар, пюре, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Готовый кисель разливают в вазочки или стаканы по 150-200 г (на порцию).

Кисель из апельсинов или мандаринов

	I и II	
	брутто	нетто
Апельсины	373	250
или мандарины	338	250
Сахар	120	120
Кислота лимонная	0,5	0,5
Вода	800	800
Крахмал	40	40
Выход	-	1000

Апельсины или мандарины моют, очищают от кожицы, удаляют семена, протирают, отжимают сок. Из цедры и оставшейся после отжатия мякоти плодов приготавливают отвар. Дальнейшее приготовление киселя такое же, как описано в рец. «Кисель из плодов или ягод свежих».

Кисель из плодов шиповника (витаминный)

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Плоды шиповника сушеные	40	40	40	40
Сахар	160	160	120	120
Крахмал картофельный	50	50	50	50
Кислота лимонная	1,5	1,5	1,5	1,5
Вода	1050	1050	1090	1090
Выход	-	1000	-	1000

Плоды шиповника промывают, заливают половиной нормы горячей воды и варят 10-15 мин. Отвар сливают, плоды измельчают, снова заливают горячей водой и вторично варят. Первый и второй отвары соединяют, добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

Кисель из экстракта плодового или ягодного

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Экстракт плодовой или ягодный	20	20	15	15
Сахар	160	160	100	100
Крахмал картофельный	50	50	50	50
Вода	890	890	950	950
Выход	-	1000	-	1000

Экстракт процеживают, разводят горячей водой, добавляют сахар, нагревают до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Отпускают кисель в вазочках или стаканах по 150-200 г (на порцию).

Кисель молочный

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Молоко	947	900 ¹	737	700*
Вода	-	-	200	200
Сахар	80	80	80	80
Крахмал кукурузный (маисовый)	50	50	50	50
Ванилин	0,03	0,03	0,03	0,03
Выход	-	1000	-	1000

В кипящем молоке растворяют сахар, вливают предварительно разведенный холодным молоком, или водой и процеженный крахмал маисовый и, непрерывно помешивая, варят при слабом кипении в течение 8-10 мин. К концу варки добавляют ванилин.

¹ масса молока кипяченого.

8. МУЧНЫЕ БЛЮДА

Мучные блюда (пельмени, блины, блинчики, оладьи и др.) готовят из муки тонкого помола высшего или первого сорта с добавлением молока или воды, сахара, жира, яиц, сметаны и некоторых других продуктов. В рецептурах, где сортность муки не указана, можно использовать муку обоих сортов. Перед использованием муку следует просеять для удаления комочков и посторонних предметов. При этом мука обогащается кислородом воздуха, что облегчает замес теста и улучшает его качество.

Тесто для пельменей

	брутто	нетто
Мука пшеничная ¹	700	700
Яйца	1 1/2 шт.	60
Вода	260	260
Соль	15	15
Выход	-	1000
Влажность, %	-	39

Муку засыпают в тестомесильную машину, добавляют нагретую до 30-35°C воду, яйца, соль и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Подготовленное тесто выдерживают 30-40 мин для набухания клейковины и придания тесту эластичности, после чего используют для приготовления пельменей.

¹ Из указанного в рецептуре количества муки 1-1,5% используют для раскатки теста и посыпки инвентаря.

ПЕЛЬМЕНИ (ПОЛУФАБРИКАТ)

Наименования сырья и полуфабрикатов	Пельмени «Московские»		Пельмени из говядины и свинины		Пельмени со свиной и свежей капустой		Пельмени мясные	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Тесто для пельменей	-	370	-	450	-	450	-	450
Говядина (котлетное мясо)	313	230	272	200	-	-	584	430
Свинина (котлетное мясо)	310	264	270	230	381	325	-	-
или баранина (котлетное мясо)	-	-	-	-	-	-	601	430
Капуста свежая ¹	-	-	-	-	220	176	-	-
Лук репчатый	57	48	50	42	50	42	50	42
Соль	9	9	9	9	9	9	9	9
Перец черный молотый	0,5	0,5	0,2	0,2	0,3	0,3	0,2	0,2
Сахар	1	1	0,5	0,5	-	-	0,5	0,5
Вода	100	100	90	90	50	50	90	90
Масса фарша	-	640	-	560	-	560	-	560
Меланж или яйца смазки	20	20	20	20	20	20	20	20
Выход	-	1000	-	1000	-	1000	-	1000

Для фарша котлетное мясо и лук измельчают на мясорубке, добавляют соль, сахар, перец и холодную воду, затем все тщательно перемешивают.

Для пельменей со свиной и свежей капустой к измельченной свинине с луком добавляют мелко нарезанную белокочанную капусту, соль, перец, воду.

Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 1,5-2 мм. Край раскатанного пласта шириной 5-6 см смазывают яйцами.

¹ Если свежая белокочанная капуста горчит, ее следует перед смешиванием со свиной бланшировать.

На середину смазанной полосы, вдоль нее, кладут рядами шарики фарша массой 7-8 г на расстоянии 3-4 см один от другого. Затем края смазанной полосы теста приподнимают, накрывают им фарш, после чего вырезают пельмени специальным приспособлением или формочкой с заостренными краями и с затупленным ободком (для зажима). Масса одной штуки должна быть 12-13 г. Оставшиеся обрезки теста без фарша используют при повторной раскатке. Сформованные пельмени укладывают в один ряд на обсыпанные мукой деревянные лотки и до варки хранят при температуре ниже 0 С.

Пельмени отварные

	брутто	нетто
Пельмени (полуфабрикат) или пельмени (полуфабрикат) промышленного производства ¹	-	185
мороженые	-	185
Масса вареных пельменей	-	200
Масло сливочное	10	10
или сметана	25	25
или уксус 3%-ный	25	25
или масло сливочное и сыр	10	10
	16,5	15 ²
Выход: с маслом	-	210
со сметаной	-	225
с уксусом	-	225
с маслом и сыром	-	225

Подготовленные пельмени опускают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг пельменей 4 л воды и 20 г соли), доводят до кипения и продолжают варить при слабом кипении 5-7 мин. Когда пельмени всплывут на поверхность, их осторожно вынимают широкой шумовкой с крупными отверстиями или дуршлагом и порционируют по 14-15 шт. на порцию.

Пельмени рекомендуется отваривать по мере спроса небольшими партиями в широкой посуде. Использование вставной решетки с крупными отверстиями дает возможность одновременно извлечь из воды все сваренные пельмени и сохранить их форму.

Пельмени при отпуске поливают маслом, сметаной или уксусом или поливают маслом и посыпают тертым сыром. Пельмени можно посыпать мелко нарезанной зеленью укропа или петрушки (3-4 г нетто на порцию). Расход масла на поливку пельменей может быть увеличен до 15 г, а сметаны - до 40 г.

¹ Пельмени мясные (ОСТ 49 120-78), рыбные (ТУ 15-177-75).

² Масса тертого сыра.

Блины

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Мука пшеничная	<i>66</i>	<i>66</i>	72	72
Яйца	1/4 шт.	10	1/10 шт.	4
Сахар	4	4	3	3
Маргарин столовый	5	5	3	3
Молоко	НО	110	-	-
Вода	-	-	115	115
Дрожжи (прессованные)	4	4	3	3
Соль	1/5	1,5	1,5	1,5
Масса теста	-	195	-	195
Маргарин столовый	5	5	5	5
или кулинарный жир, или масло растительное	4	4	4	4
Масса готовых блинов	-	150	-	150
Масло сливочное	10	10	10	10
или сметана	20	20	20	20
или джем, или повидло	20,2	20	20,2	20
или мед	15,2	15	15,2	15
или икра	25,5	25	25,5	25
или кета	38	25	38	25
или семга ¹¹⁵	35	25	35	25
или сельдь*	52	25	52	25
<hr/>				
Выход: с маслом	-	160	-	160
со сметаной				
или повидлом				
или джемом		170		170
с медом	-	165	-	165
с икрой или кетой				
или семгой, или сельдью	-	175	-	175

В небольшом количестве воды или молока растворяют соль, сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до температуры 35-40 °С, добавляют муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы затем вводят растопленный жир и снова перемешивают до образования однородной массы. Замешанное тесто оставляют в теплом месте (25-35 °С на 3-4 ч. В процессе брожения тесто перемешивают (обминают).

Блины выпекают с обеих сторон на нагретых чугунных сковородах, смазанных жиром; толщина блинов должна быть не менее 3 мм.

Отпускают по 3 шт. на порцию.

¹¹⁵ Нормы закладки указаны на семгу мелкую, сельдь соленую, пряного посола, маринованную неразделанную среднего размера.

Блинчики-полуфабрикат (оболочка)

	I брутто	нетто
Мука пшеничная	416	416
Молоко или вода	1040	1040
Яйца	2 1/13 шт.	83
Сахар	25	25
Соль	8	8
Масса теста	-	1538
Шпик	21	20
или кулинарный жир, или жир животный топленый пищевой, или масло растительное	16	16
Выход	-	1000

Яйца, соль, сахар размешивают, добавляют холодное молоко (50% нормы), всыпают муку и взбивают до получения однородной массы, постепенно добавляя оставшееся молоко. Готовое жидкое тесто (влажность 66%) процеживают. Блинчики выпекают на смазанных жиром и разогретых сковородках диаметром 24-26 см.

Налитое тесто поворачиванием сковороды распределяют ровным слоем по всей поверхности и обжаривают с одной стороны, после чего блинчики снимают и охлаждают.

**Блинчики с мясным, ливерным, творожным, яблочным фаршем
джемом, повидлом или вареньем**

	I брутто	нетто	II брутто	нетто
Блинчики (полуфабрикат)	-	185	-	100
или полуфабрикат ¹	-	-	-	100
Фарш	-	93	-	50
или джем, повидло, варенье	-	-	50,5	50
Масса полуфабриката	-	278	-	150
Маргарин столовый	12	12	6	6
или кулинарный жир	10	10	5	5
Масса жареных блинчиков с фаршем	-	250	-	135
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	5	5
или рафинадная пудра или сметана	10	10	5	5
	30	30	20	20
Выход: с маслом или рафинадной пудрой со сметаной	-	260	-	140
	-	280	-	155

¹ Блинчики-полуфабрикат, приготовленные на электрической вращающейся жаровне.

На поджаренную сторону блинчика кладут фарш, завертывают в виде прямоугольных плоских пирожков, обжаривают с обеих сторон на разогретых с жиром противнях или сковородах до образования румяной корочки и ставят в жарочный шкаф на 5-6 мин.

Отпускают блинчики по 2 шт. на порцию. При отпуске блинчики с мясным или ливерным фаршем поливают растопленным маслом. Блинчики с яблочным фаршем, джемом, повидлом, вареньем отпускают с рафинадной пудрой или со сметаной. Блинчики с творожным фаршем отпускают с маслом, рафинадной пудрой или сметаной.

Тесто для оладий

	I	
	брутто	нетто
Мука пшеничная	481	481
Яйца	3/5 шт.	23
Молоко или вода	481	481
Дрожжи (прессованные)	14	14
Сахар	17	17
Соль	9	9
<hr/>		
Выход	-	1000

Тесто для оладий готовят так же, как для блинов, но более густой консистенции.

Оладьи

	I	
	брутто	нетто
Тесто для оладий	-	176
Маргарин столовый или кулинарный жир	9 7	9 7
Масса готовых оладий	-	150
Масло сливочное или сметана	10 20	10 20
или джем, или повидло, или мед, или варенье или сахар	15,2 15	15 15
<hr/>		
Выход: с маслом	-	160
со сметаной	-	170
с джемом, медом, повидлом, вареньем с сахаром	- -	165 165

Оладьи выпекают на разогретых (чугунных) сковородах, толсто-стенных противнях или электросковородах так же, как блины. Толщина готовых оладий должна быть не менее 5-6 мм.

Оладьи можно жарить во фритюре. Расход жира на жаренье во фритюре 12 г на порцию массой 150 г.

Отпускают оладьи с маслом, сметаной, джемом, повидлом, медом, вареньем, сахаром по 3 шт. на порцию. Расход продуктов для отпуска оладий может быть увеличен: масла сливочного - до 20 г, сметаны - до 30 г; при этом выход соответственно увеличивается.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ МУЧНЫХ БЛЮД

Пельмени должны быть одинаковыми по размеру и форме, цельными, неразварившимися, мягкими, серовато-белого цвета. Вкус и запах - мяса с ароматом лука и специй.

Блины должны быть круглой формы, диаметром 15 см, уложены стопкой по 3-4 шт. на порцию. Форма оладий - продолговатая, диаметром - 5-6 см. Поверхность равномерно подрумянена с обеих сторон. Вкус и запах - приятный, не кислый, без признаков затхлости и горечи. Изделия хорошо пропеченные, не липкие, пористые.

ХЛЕБОБУЛОЧНЫЕ И МУЧНЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Сдобные хлебулочные и мучные кулинарные изделия готовят из дрожжевого безопарного и опарного теста.

Безопарное тесто готовят для изделий с небольшим содержанием сдобы (сахара, маргарина). В дежу тестомесильной машины вливают подогретую до 35- 40°C воду, подготовленные дрожжи, сахар, соль, добавляют меланж или яйца, всыпают муку и перемешивают в течение 7-8 мин.

Затем вливают растопленный маргарин, замешивают тесто и ставят на 3-4 ч для брожения в теплое помещение. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, его обминают, оставляют для брожения и вновь обминают один-два раза.

Опарное тесто готовят для изделий с большим содержанием сдобы. В дежу тестомесильной машины вливают подогретую до 35-40°C воду (60-70% общего количества жидкости), добавляют подготовленные дрожжи, всыпают муку (35-60% общего количества муки, предусмотренной рецептурой) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой и ставят в помещение с температурой 30-40°C тепла на 2,5-3 ч для брожения.

Когда опара увеличится в объеме в 2-2,5 раза и начнет оседать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными в ней солью и сахаром, меланж или яйца, перемешивают, всыпают остальную часть муки и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленный маргарин и остальное сырье согласно рецептуре. Тесто оставляют на 2-2,5 ч для брожения. За время брожения его обминают один-два раза.

Норма расхода жира для смазки листов составляет 25 г на 10 кг готовой продукции.

Булочка ванильная

	Расход сырья
Мука пшеничная высшего сорта	6555,0
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	200,0
Сахар-песок	1150,0
Маргарин	855,0
Мел. анис	395,0
Меланж (для смазки)	200,0
Соль	95,0
Дрожжи прессованные	135,0
Ванилин	5,0
Вода	3000,0
<i>Масса полуфабриката</i>	<i>11700,0</i>
Выход:	100 шт. по 100 г

Из дрожжевого теста формируют шарики, кладут их швом на смазанные жиром листы и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 мин. Поверхность шариков смазывают меланжем и выпекают 12-15 мин при температуре 230-240°C.

Чебуреки

	брутто	нетто
Мука пшеничная	4500	4500
Молоко	1750	1750
Соль	50	50
Масса теста	-	6000
Баранина	4035	3600
Лук репчатый	893	750
Вода	750	750
Соль	75	75
Перец черный молотый	10	10
Масса фарша	-	5000
Масса полуфабриката	-	11000
Масло растительное или жир фритюрный	850	850
Масло растительное для смазки инвентаря	25	25
Выход	-	100 шт. по 110 г

Замешивают тесто, как для лапши домашней, раскатывают его в виде лепешек массой 60 г на смазанном растительным маслом столе, кладут на них по 50 г фарша, края соединяют, придавая изделиям форму полумесяца.

Для фарша баранину и лук пропускают через мясорубку, заправляют солью, перцем и разводят водой.

Жарят чебуреки во фритюре. Отпускают по две штуки на порцию.

Ватрушки венгерские

Расход сырья и полуфабрикатов, г

Мука пшеничная высшего сорта	3200
в том числе мука на подпыл	128
Масло сливочное	2000
Молоко	1428
Меланж	200
Дрожжи (прессованные)	143
Соль	50
Масса теста	6900
Творог	1714
Мука пшеничная высшего сорта	228
Сахар	657
Меланж	151
Лимон	80
Масса фарша	2800
Рафинадная пудра	200
Выход	100 шт. по 85 г

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным или безопарным способом, прослаивают маслом. Для этого тесто охлаждают до температуры 15-17°C и раскатывают на подпыленном мукой столе в продолговатый прямоугольный пласт толщиной 20-25 мм. На две трети поверхности пласта теста ровным слоем намазывают размягченное масло. Затем свободным концом пласта покрывают половину намазанной маслом поверхности, на которую, в свою очередь, кладут покрытый маслом второй конец пласта.

В результате получаются 3 слоя теста, между которыми равномерно распределено масло. Края теста тщательно защипывают. Затем пласт теста раскатывают, складывают вдвое так, чтобы противоположные концы его соединились в середине, раскатывают и повторяют этот процесс еще 1-2 раза. После этого тесто расстаивают в течение 20-30 мин, раскатывают в пласт толщиной 3-4 мм и разрезают на квадраты массой 69 г. На каждый квадрат из кондитерского мешка выпускают творожный фарш (28 г), заворачивают изделие конвертом, края защипывают, выдерживают в течение 10 мин и затем выпекают при температуре 230-240°C 15-20 мин.

Для фарша творог перемешивают с меланжем, мукой и сахаром, режут целиком лимон, удаляют семена и всю смесь пропускают через протирочную машину.

Охлажденные изделия посыпают рафинадной пудрой.

Кулебяки

	Расход сырья и полуфабрикатов, г	
	из дрожжевого теста ¹	из пресного слоеного теста ¹
Тесто дрожжевое	6000	-
Тесто слоеное	-	6300
Мука на подпыл	180	126
Фарш	5300	5300
Меланж для смазки	100	100
Жир для смазки листов	25	-
Выход	10000	10000

Дрожжевое тесто для кулебяк готовят опарным способом, 600 г теста раскатывают в пласт толщиной 1 см и шириной 18-20 см, на середину пласта по всей его длине кладут фарш (530 г). Края теста соединяют над фаршем и защипывают.

Сформованную кулебяку укладывают швом вниз на смазанный жиром лист, украшают вырезанными кусочками из того же теста, приклеивая их меланжем, и оставляют для расстойки. Можно также раскатанное тесто положить на полотенце, на нем сформовать кулебяку и выложить ее на смазанный жиром лист. Перед выпечкой ее смазывают меланжем и сверху прокалывают в 2-3 местах. Выпекают изделия при температуре 220-240°C 45-60 мин.

Слоеное тесто для кулебяк готовят и формуют так же, как кулебяку из дрожжевого теста. На кулебяку массой 1 кг идет 630 г теста и 530 г фарша.

Сформованные кулебяки из слоеного теста смазывают меланжем, прокалывают сверху в 2-3 местах и выпекают при температуре 210-230°C в течение 35-45 мин.

Кулебяки перед отпуском разрезают на порции по 100 или 150 г. Подают в горячем и холодном виде.

Кулебяки можно выпекать массой по 500 г и более.

¹ При отпуске расстегаев с мясом на фарш можно положить 7 г сваренного вкрутую и нарубленного или нарезанного кружочками яйца, а при отпуске расстегаев с рыбой - 7 г малосольной лососины или семги. Масса одного расстегая с яйцом или семгой - 150 г.

МУЧНЫЕ ГАРНИРЫ

Клецки

	брутто	нетто
Мука пшеничная	308	308
Масло сливочное или маргарин столовый	35	35
Яйца	2 1/5 шт.	88
Бульон, вода или молоко	483	483
Соль	9	9
Масса теста	-	900
Выход	-	1000

В воду или бульон, или молоко кладут жир, соль и доводят до кипения. В кипящую жидкость, помешивая, всыпают муку и заваривают тесто, которое, не переставая помешивать, прогревают в течение 5-10 мин. После этого массу охлаждают до 60-70°C, добавляя в 3-4 приема сырые яйца и перемешивают.

Приготовленное тесто закатывают в виде жгута и нарезают на кусочки массой 10-15 г. Для варки клецек на 1 кг берут 5 л жидкости. Варят их при слабом кипении 5-7 мин.

В качестве самостоятельного блюда клецки отпускают по 150-200 г на порцию. При отпуске поливают сливочным маслом (7-10 г) или сметаной (20-25 г).

Лапша домашняя

	брутто	нетто
Мука пшеничная	875	875
Мука на подпыл	60	60
Яйца	6 1/4 шт.	250
Вода	175	175
Соль	25	25
Выход подсушенной лапши	-	1000

В холодную воду вводят сырые яйца, соль, перемешивают, добавляют муку не ниже 1-го сорта и замешивают крутое тесто, которое выдерживают 20-30 мин для того, чтобы оно лучше раскатывалось. Куски готового теста кладут на стол, посыпанный мукой, и раскатывают в пласт толщиной 1-1,5 мм. Пересыпанные мукой пласты складывают один на другой, нарезают их на полоски шириной 35-45 мм, которые, в свою очередь, режут поперек полосками шириной 3-4 мм или соломкой.

Лапшу раскладывают на посыпанные мукой столы слоем не более 10 мм и подсушивают 2-3 часа при температуре 40-50°C:

Гренки с сыром

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Хлеб пшеничный	1385	1165	1488	1250
Сыр	386	350 ¹	288	261*
Масло сливочное	115	115	100	100
Выход	-	1000	-	1000

Батоны пшеничного хлеба очищают от корок, нарезают тонкими ломтиками, кладут на кондитерский лист, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маслом и поджаривают в жарочном шкафу.

Профитроли

	брутто	нетто
Мука пшеничная	650	650
Масло сливочное	300	300
Яйца	20 шт.	800
Вода	650	650
Сахар	10	10
Соль	15	15
Масса теста	-	2275
Маргарин для смазки листов	15	15
Выход		1000

В воду добавляют масло, соль, сахар, доводят до кипения, всыпают муку и проваривают при помешивании 5-6 мин. Затем тесто охлаждают до 60-70°C и постепенно вводят сырые яйца, тщательно вымешивая до получения однородной массы. Заварное тесто отсаживают из кондитерского мешка на смазанный жиром лист в виде мелких шариков диаметром 1 см и выпекают при температуре 180-200°C в течение 30-35 мин.

Профитроли кладут в бульон при отпуске или подают отдельно.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ ИЗДЕЛИЙ ИЗ ТЕСТА

Изделия из теста должны хорошо сохранять свою форму, сверху - покрыты румяной непотрескавшейся корочкой. Фарш должен быть расположен равномерно, весь слой теста - хорошо пропечен; вкус и запах - как у жареного или пропеченного теста и фарша. Не допускаются посторонние привкусы и запахи. По цвету поверхность изделий должна быть светло-коричневой, глянцевой от яиц, на изломе - белой, пористой. Консистенция - мягкая. Не допускаются изделия деформированные, подгорелые, непропеченные, черствые, с признаками порчи.

¹ Масса тертого сыра.

ВЫПЕЧКА ХЛЕБА

На судах хлеб выпекают из пшеничной муки высшего, первого и второго сортов, а также из смеси ржано-пшеничной муки. Для приготовления теста в качестве разрыхлителя используют дрожжи (сухие, жидкие, прессованные).

Технологический процесс выпечки хлеба состоит из следующих операций:

приготовление теста (подготовка муки и вспомогательного сырья, замес теста, брожение и созревание, разделка, дозировка и укладка в смазанные жиром формы);

расстойка теста (увеличение объема);

выпечка (смазывание, посадка в печь, выемка готового хлеба из печи, охлаждение и укладка на хранение).

Хлеб из смеси ржано-пшеничной муки

	<i>Рецептура, кг</i>
Мука ржаная	5,5
Мука пшеничная	4,5
Дрожжи прессованные	0,15
Соль	0,1
Вода	7,0 л
Закваска	3,0
Масло растительное	0,1

Ржано-пшеничный хлеб выпекают из смеси, содержащей 30% ржаной и 70% пшеничной муки (процент ржаной муки можно увеличивать, но не уменьшать). Тесто ставят на закваске (тесто от предыдущей выпечки), содержащей значительное количество молочной кислоты, которая способствует набуханию белков и снижает липкость.

Вначале готовят опару. Для этого в дежу кладут всю закваску, размешивают ее в теплой воде (6 л), добавляют 2,5 кг просеянной ржаной муки и 2,0 кг пшеничной муки, замешивают жидкое тесто (консистенция густой сметаны) и ставят в теплое место для брожения на 6-8 ч. Когда опара увеличится в объеме в 2-3 раза и начнет оседать, приступают к замесу теста.

В готовую опару добавляют разведенные в теплой воде соль, дрожжи, оставшуюся по рецептуре муку и воду, тесто хорошо уминают. Затем его сверху посыпают мукой или накрывают чистой тканью и оставляют для брожения на 2-3 часа. После окончания брожения тесто дозируют, укладывают в смазанные растительным маслом формы на 3/4 объема и дают расстояться 40-60 мин.

Формы с тестом сажают в печь, нагретую до 300°C, и пускают пар. Если пара нет, можно поставить в печь посуду с водой. Нагретую печь во время выпечки хлеба выключают, и выпечка проводится при температуре 220-230°C в течение 1 - 1,5 ч. Готовый хлеб вынимают из форм, смачивают водой, укладывают на деревянные стеллажи и на-

крывают чистой тканью. Готовность хлеба определяют, прокалывая его деревянной палочкой (если палочка сухая и чистая, хлеб готов).

Хлеб из муки пшеничной высшего, 1-го и 2-го сортов

	<i>Рецептура, кг</i>
Мука пшеничная	10
Дрожжи прессованные или сухие	0,2 0,05
Соль	0,1
Вода	6,0 л
Масло растительное	0,1

Хлеб из пшеничной муки на судне рекомендуется выпекать опарным способом. Можно и безопарным, но тогда количество дрожжей увеличивается от 3 до 6% в зависимости от массы муки. Выпечка хлеба пшеничного состоит из двух операций: приготовления опары и теста. Для опары берут 4 кг муки и 3,6 л воды от общего количества, согласно рецептуре, и все дрожжи. В дежу вливают разведенные в теплой воде дрожжи, постепенно всыпают просеянную муку и замешивают жидкое тесто. Дежу с опарой закрывают чистой тканью и ставят для брожения на 2-4 ч. Опара считается готовой, если она увеличилась в объеме примерно в 3 раза и начала оседать.

В готовую опару вливают теплую воду, предварительно растворив в ней соль (раствор рекомендуется процедить), перемешивают, всыпают просеянную муку и замешивают тесто в течение 10-15 мин. Дежу с тестом устанавливают в теплом месте, накрывают тканью и ставят для брожения на 1-2 ч. В процессе брожения тесто один-два раза обминают.

Готовое тесто дозируют, укладывают в смазанные жиром формы (2/3 объема) и оставляют для расстойки. В зависимости от температуры помещения расстойка может длиться от 25 мин до 1 ч. Формы с тестом сажают в печь, нагретую до 260-280°C, и выпекают в течение 50-60 мин. Во время выпечки печь выключают. Готовый хлеб вынимают из форм, укладывают на деревянные решетки, накрыв сверху влажной скатертью.

Приготовление хлеба заварным способом

Берут часть муки (10-30 % от нормы) и всыпают в кипящую воду, непрерывно помешивая, проваривают до образования однородной густой массы. В охлажденное (35-40°C) заварное тесто вводят просеянную муку - 30% от оставшейся нормы, все дрожжи, разведенные в теплой воде, и готовят опару, которую оставляют для брожения на 4-5 ч. Замес теста и выпечка производятся так же, как для хлеба из пшеничной муки.

Для выпечки хлеба на судах установлены пекарские шкафы электрические, которые состоят из трех рабочих камер. Каждая камера обогревается тэнами, время нагрева до температуры 280°C - 60 мин.

Хлеб следует выпекать из муки с хорошими хлебопекарскими свойствами. Хранить муку рекомендуется от 60 суток до 6 месяцев с

соблюдением температурного режима. При более длительном хранении качество муки снижается и ухудшаются ее пекарские свойства. Готовый остывший хлеб хранят в специально оборудованных шкафах на стеллажах, в целлофановых или полиэтиленовых мешках.

Примечание. Соль в опару не добавляют, чтобы не подавлять процесс размножения дрожжей при брожении. Оптимальная температура для жизнедеятельности дрожжей - 35-37°C, при температуре 55°C дрожжи погибают. Сухие дрожжи для набухания предварительно замачивают в теплой воде (25-30° С). 1 кг сухих дрожжей заменяет 3-3,5 кг прессованных.

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ И ХРАНЕНИЮ ХЛЕБА

Выпеченный хлеб должен сохранить свою форму, хорошо выпечен, корочка светло-коричневая, на изломе - белая или светло-серая или у ржаного темно-коричневая, без трещин и надломов. Мякиш пористый, пропеченный, эластичный, не липкий, не влажный, без комочков и следов непромеса, без пустот и закала, при легком надавливании быстро принимает первоначальную форму. Консистенция мягкая. Не допускаются посторонние привкусы и запахи. Вкус в меру соленый, запах - выпеченного теста.

Не допускается деформированный хлеб, непропеченный, подгорелый, с плесневелым запахом и запахом картофельной палочки.

Хранят остывший хлеб в помещении с деревянными полками. С них перед укладыванием хлеба сметают крошки, протирают тканью, смоченной в растворе уксуса (на 1 л воды столовая ложка уксуса), складывают на обработанные полки хлеб, накрывают сверху скатертью. Помещение для хранения хлеба должно быть чистым, сухим, светлым, хорошо вентилируемым, без плесени, не зараженным амбарными вредителями. Температура в нем должна поддерживаться на одном уровне - не ниже 6°C.

При хранении хлеб черствеет. На нем могут развиваться плесень и бактерии. Процесс черствения можно замедлить упаковкой хлеба в целлофановые мешки и замораживанием. Замороженный хлеб сохраняет пищевую и питательную ценность 3-4 месяца. Перед употреблением его размораживают в жарочном шкафу при 100 - 120°C. После разморозки хлеб сохраняет аромат и вкус свежего хлеба.

Плесень легко развивается при хранении хлеба во влажном или плохо проветриваемом помещении при 10°C и выше. Плесневелый хлеб приобретает неприятный запах и вкус, содержит ядовитые вещества. Пшеничный хлеб, выпеченный из муки, зараженной спорообразующими бактериями картофельной и сенной палочек, уже через сутки при 25°C и выше приобретает запах гнилых фруктов, становится липким, при разламывании тянется нитями. Такой хлеб несъедобен и уничтожается, а помещение, в котором хранились мука и хлеб, тщательно моется и дезинфицируется. При этом необходимо учитывать, что споры бактерий картофельной и сенной палочек термоустойчивы и не погибают при нагревании до 120°C, поэтому они полностью сохраняются в выпеченном хлебе, быстро размножаясь при 35 - 50°C.

Особенно интенсивно развиваются эти бактерии в летний период и в условиях тропиков, когда хлеб охлаждается медленно, а температура и влажность окружающей среды выше обычного. Если повар для получения мягкой корочки покроет выпеченный хлеб влажной тканью, он создаст дополнительную влажность, удлинит срок охлаждения, что приведет к более быстрому развитию бактерий в мякише. Поэтому корочку хлеба необходимо смазывать сливочным маслом или маргарином.

Предупредительными мерами против картофельной болезни хлеба является: быстрое охлаждение после выпечки, хранение при 20 - 25°C, повышение кислотности за счет приготовления теста опарным способом, приготовление опары заварным способом.

ФАРШИ

В разделе приводятся рецепты фаршей из картофеля, овощей, сушеных грибов, риса, субпродуктов, рыбы, мяса, творога, яблок. Эти фарши предназначены для приготовления мучных изделий - пирожков, ватрушек, кулебяк и др.

Нормы расхода продуктов в рецептурах даны на 1 кг выхода готового фарша с учетом потерь при порционировании: 1% - для мясных, овощных, творожных, грибных; 1,5% - для ливерных, рисовых, яблочных и 2% - для рыбных фаршей.

Муку, указанную в рецептурах, используют для приготовления белого соуса, которым заправляют фарш. Соус готовят на бульоне, полученном при варке или тушении мяса, рыбы, грибов и других продуктов, из которых готовят фарш. Для 1 кг фарша используют 100-150 г соуса. При этом выход фаршей не изменяется.

При изготовлении фаршей допускается заменять: репчатый лук - зеленым или сушеным луком; яйца - сухим яичным порошком или меланжем; свежую зелень петрушки, укропа, сельдерея - сушеной или соленой зеленью.

Сухой яичный порошок перед внесением в фарш смешивают с четырехкратным количеством воды и запекают до готовности в жарочном шкафу. Полученный омлет мелко режут. Фарш следует готовить в небольших количествах по мере реализации. Готовые фарши следует немедленно охладить, не допуская замерзания. Хранить фарш без охлаждения не разрешается.

Оставлять фарши на следующий день не допускается.

Наименование сырья и полуфабрикатов	Фарш мясной с луком		Фарш мясной с яйцом		Фарш мясной с рисом ¹		Фарш мясной с рисом и яйцом	
	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто	брутто	нетто
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Говядина (котлетное мясо) или свинина (котлетное мясо) или баранина, козлятина (котлетное мясо)	1709	1258	1477	1087	1359	1000	1207	888
Маргарин столовый	40	40	60	60	60	60	40	40
Лук репчатый	119	100	100	84	100	84	100	84
Масса пассерованного лука		50		42		42		42
Крупа рисовая	-	-	-	-	100	100	75	75
Масса вареного риса	-	-	-	-	-	280	-	210
Мука пшеничная	10	10	10	10	8	8	9	9
Яйца	-		3 1/4 шт.	129	-		2 3/20 шт.	86
Перец черный молотый	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Соль	10	10	10	10	10	10	10	10
Петрушка (зелень) ²	9	7			9	7	9	7
Выход	-	1000	-	1000	-	1000	-	1000

Первый способ приготовления мясного фарша с луком. Котлетное мясо промывают, нарезают на куски и обжаривают на жире, после чего мясо перекладывают в глубокую посуду, добавляют бульон или воду (15-20% к массе мяса) и тушат при слабом нагреве до готовности. Тушеное мясо и предварительно спассерованный лук измельчают в мясорубке. Пассерованную с жиром муку разводят бульоном, оставшимся после тушения мяса, и проваривают. Полученным белым соусом заправляют фарш, добавляют соль, перец, мелко нарезанную зелень и перемешивают.

¹ При изготовлении фаршей для блинчиков крупу рисовую допускается заменить крупой пшеничной или гречневой, или перловой с учетом их развариваемости.

² Фарш можно готовить без добавления зелени.

Второй способ приготовления фарша. Сырое мясо пропускают через мясорубку с двумя решетками. Фарш кладут на смазанный жиром глубокий противень слоем не более 3 см и, периодически помешивая, обжаривают до готовности в жарочном шкафу. Затем выделившийся из мяса сок сливают и готовят на нем белый соус. Обжаренное мясо смешивают с пассерованным луком и еще раз пропускают через мясорубку с мелкой решеткой. Фарш заправляют белым соусом, солью, перцем, мелко нарезанной зеленью и перемешивают.

При приготовлении мясных фаршей с яйцом, рисом или рисом и яйцом в готовый мясной фарш добавляют соответственно рубленые яйца или рассыпчатую рисовую кашу, или смесь яиц с рисовой кашей.

Фарш картофельный с грибами или луком

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	1017	740 ¹	1209	880*
Лук репчатый	214	90 ¹	310	130*
Грибы сушеные	90	180 ¹	-	-
Масло растительное	30	30	40	40
Соль	10	10	10	10
Выход	-	1000	-	1000

Очищенный картофель варят, отвар полностью сливают, затем картофель в горячем виде протирают, смешивают с пассерованным до готовности луком или вареными нарезанными грибами и луком.

Фарш из капусты

Наименование сырья и полуфабрикатов	Фарш из квашеной капусты		Фарш из белокочанной капусты	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста квашеная	1589	1112	-	-
Капуста белокочанная	-	-	1500	1200
Маргарин столовый	48	48	70	70
Масса готовой капусты	-	945	-	900
Яйца			2 1/2 шт.	100
или лук репчатый	95	80	238	200
Маргарин столовый	12	12	30	30
Масса пассерованного лука		40		100
Сахар	15	15	-	-
Перец черный молотый	0,2	0,2	0,2	0,2
Петрушка (зелень)	14	10	14	10
Соль	10	10	10	10
Выход	-	1000	-	1000

¹ Масса овощей и грибов указана после тепловой обработки.

Свежую очищенную промытую капусту шинкуют, затем кладут слоем не более 3 см на противень с растопленным жиром и жарят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180-200° С. Готовую капусту охлаждают, добавляют соль, пассерованный лук или сваренные вкрутую рубленые яйца, мелко нарезанную зелень петрушки. Солить капусту до жаренья, а также неохлажденную после жаренья нельзя, так как при этом из нее выделяется влага, что снижает качество фарша.

Если свежая капуста горчит, ее предварительно бланшируют в течение 3-5 мин., откидывают, обсушивают, а затем обжаривают. Свежую капусту при частом помешивании можно обжарить на плите.

Для приготовления фарша из квашеной капусты капусту перебирают, отжимают (если она очень кислая, ее следует промыть несколько раз в холодной воде и тщательно отжать), мелко режут, кладут в широкую посуду с толстым дном в разогретый маргарин слоем не более 3-4 см и при периодическом помешивании слегка обжаривают, затем добавляют небольшое количество жидкости (воды, бульона) - 5-6% от массы капусты и при слабом нагреве тушат до готовности. В конце тушения жидкость должна полностью испариться. В готовую капусту добавляют мелко нарезанный пассерованный лук, сахар, перец, соль, мелко нарезанную зелень петрушки и перемешивают.

Фарш из зеленого лука с яйцом

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Лук зеленый	-	-	1031	825
Маргарин столовый	-	-	70	70
Яйца	-	-	3 шт.	120
Петрушка (зелень)	-	-	20	15
Соль	-	-	12	12
Выход	-	-	-	1000

Зеленый лук очищают, промывают, обсушивают, мелко режут, соединяют с рублеными яйцами, растопленным маргарином, солью, мелко нарезанной зеленью и перемешивают.

Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников)

	I		II	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Творог	792	784	841	833
Яйца	2 шт.	80	2 шт.	80
Сахар	90	90	80	80
Мука пшеничная	40	40	40	40
Масло сливочное	40	40	0,1	0,1
Ванилин	0,1	0,1	-	-
Выход	-	1000	-	1000

Творог пропускают через протирочную машину. Затем добавляют яйца, муку, сахар, масло сливочное, ванилин и все тщательно перемешивают.

Фарш творожный (для блинчиков)		
	брутто	нетто
Творог	909	900
Яйца	9/10 шт.	36
Сахар	90	90
Выход	-	1000

Творог пропускают через протирочную машину, затем добавляют яйца, сахар и все тщательно перемешивают.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. ДСТУ 3862-99 Державний стандарт України. Громадське харчування. Терміни та визначення. - К.: Держстандарт, 1999. - 32 с.
2. МВТ 5061-89 «Медико-биологические требования и санитарные нормы качества продовольственного сырья и продуктов» от 01.08.1989
3. СанПиН 42-123-5777-91 от 19 марта 1991 г.
4. СанПиН 42-123-4117-86 от 25 марта 1998 г.
5. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий обществ, питания / Авт-сост.: А.И. Здобов, В.А. Цыганенко. - М.: «ИКТЦ «ЛАДА», К.: «Издательство «Арий», 2006. - 650 с.
6. Справочник квалификационных характеристик. Выпуск 67 "Водный транспорт", утвержденный приказом Минтранса от 21.08.2003 г. № 663;
6. Бучкарик М.С., Тимофеева В.Д., Ченгал З.А. Справочник судового повара. - Одесса: «Маяк», 1988. - 293 с.
7. Жуков А.Ф., Опрысник Б.В. Организация питания экипажей морских судов / Под общ. ред. Ю.В. Пащенко. Одесса, 2006.
8. Жукова И.Н. Греческая кухня. Вкусные рецепты. Изд. «Сталкер», 2001.-288 с.
9. Конвенция о питании и столовом обслуживании экипажей на борту судов, принятая в 1946 г., вступившая в силу в 1957 г.
10. Основные положения международной конвенции МАРПОЛ 73/78. Практическое применение на судне. - Одесса: 2005. - 22 стр.
11. Руководство по организации рационального питания экипажей судов транспортного флота / Сост. Л.И. Бабанская, А.Ф. Жуков, Д.П. Вивчарик, Ю.К. Грицаенко, А.В. Толстоноженко, К.О. Леонидова, И.В. Белоконов. - М.: ЦРИА «Морфлот», 1978. - 172 с.
12. Смоляр В.И. Рациональное питание. - Киев: «Наукова думка», - 1991.-365 с.
13. Стефаненко С.П.; Бевза С. С. Товарознавство харчових продуктів. - Вінниця: ДП «ДКФ», 2004. - 480 с.

Приложения

Приложение 1.

Рацион питания экипажей морских и речных судов
(утв. постановлением Правительства РФ от 7 декабря 2001 г. №861)

Наименование продукта	Норма на 1 человека	
	в сутки (г)	на 30 суток (кг)
Хлеб - всего	550	16.5
в том числе:		
ржаной	200	6
пшеничный	300	9
сдоба	50	1.5
Хлеб в пересчете на муку	375	11.25
Мука пшеничная	10	0.3
Крахмал	5	0.15
Крупы	60	1.8
Бобовые	20	0.6
Макаронные изделия	40	1.2
Масло сливочное	60	1.8
Сало свиное	10	0.3
Маргарин	10	0.3
Масло растительное	20	0.6
Молоко и молокопродукты - всего	200	6
в том числе:		
молоко	125	3.75
сметана	25	0.75
творог	30	0.9
сыр	20	0.6
Яйцо (штук)	1	30 шт.
Мясо и мясопродукты - всего	280	8.4
в том числе:		
мясо	250	7.5
колбасные изделия	20	0.6
консервы мясные	10	0.3
Рыба, рыбопродукты и морепродукты - всего	110	3.3
в том числе:		
рыба	60	1.8
сельдь	20	0.6
консервы рыбные	20	0.6
морепродукты	10	0.3
Сахар и кондитерские изделия	120	3.6
Чай	5	0.15
Кофе	3	0.09
Какао	2	0.06

Наименование продукта	Норма на 1 человека	
	в сутки (г)	на 30 суток (кг)
Картофель	400	12
Овощи - всего	500	15
в том числе:		
лук репчатый	60	1.8
зелень(в ассортименте)	80	2.4
помидоры свежие	50	1.5
огурцы свежие	50	1.5
капуста свежая	60	1.8
морковь	60	1.8
свекла	60	1.8
чеснок	5	0.15
томат-паста	25	0.75
соленья	50	1.5
Сухофрукты	30	0.9
Фрукты - всего	260	7.8
в том числе лимоны	10	0.3
Соки	100	3
Соль	30	0.9
Специи и приправы	8	0.24
Дрожжи свежие	15	0.45
Соусы промышленного производства	10	0.3

Т А Б Л И Ц А
количество продуктов, необходимых для питания
членов экипажа в зависимости от длительности рейса и
количества членов экипажа с запасом 15%.

Наименование продуктов по рации	Норма по рациону		Расчет с запасом 15%				
	на 1 чел. в день кг	на 1 чел. за 30 суток кг	на 1 чел.		на 23 чел.		
			на 1 день кг	на 1 месяц кг	на 1 день кг	на 1 месяц кг	на 3 месяца кг
Хлеб - всего	0.55000	16.500	0.633	18.975	0.633	436.425	1309.275
В т. ч.: ржаного, обойного формованного	0.40300	12.090	0.463	13.904	0.463	319.781	959.342
ситного пшеничного	0.37000	11.100	0.426	12.765	0.426	293.595	880.785
сдобной булки I сорт	0.03000	0.900	0.035	1.035	0.035	23.805	71.415
Муки - всего на хлеб	0.60000	18.000	0.690	20.700	0.690	476.100	1428.300
в т. ч.: ржаного, обойного	0.30200	9.060	0.347	10.419	0.347	239.637	718.911
ситного пшеничного	0.27500	8.250	0.316	9.488	0.316	218.213	654.638
пшеничной I сорт на булки	0.02400	0.720	0.028	0.828	0.028	19.044	57.132
Мука подболт. в/с	0.54000	16.200	0.621	18.630	0.621	428.490	1285.470
Мука картофельная (крахмал)	0.00500	0.150	0.006	0.173	0.006	3.968	11.903
Крупа разная и макароны	0.07600	2.280	0.087	2.622	0.087	60.306	180.918
в т. ч. овсяная	0.08000	2.400	0.092	2.760	0.092	63.480	190.440
Макароны I сорт	0.01700	0.510	0.020	0.587	0.020	13.490	40.469
Вермишель I сорт	0.00200	0.060	0.002	0.069	0.002	1.587	4.761
лапша прес. I сорт	0.00160	0.048	0.002	0.055	0.002	1.270	3.809
Рис	0.00200	0.060	0.002	0.069	0.002	1.587	4.761
Гречневая	0.02000	0.600	0.023	0.690	0.023	15.870	47.610
Фасоль	0.02000	0.600	0.023	0.690	0.023	15.870	47.610
Манная	0.00570	0.171	0.007	0.197	0.007	4.523	13.569
Жиры - всего	0.08500	2.550	0.098	2.933	0.098	67.448	202.343
в т. ч. масло жив. топленое в/с	0.00100	0.030	0.001	0.035	0.001	0.794	2.381
Масло сливочное н/с, в/с	0.01900	0.570	0.022	0.656	0.022	15.077	45.230

Наименование продуктов по рациону	Норма по рациону		Расчет с запасом 15%				
	на 1 чел. в день кг	на 1 чел. за 30 суток кг	на 1 чел.		на 23 чел.		
			на 1 день кг	на 1 месяц кг	на 1 день кг	на 1 месяц кг	на 3 месяца кг
Масло подсол- нечное нера- финированное	0.01500	0.450	0.017	0.518	0.017	11.903	35.708
Сало свиное топленое	0.02500	0.750	0.029	0.863	0.029	19.838	59.513
Сало шпиг бо- ков.	0.00400	0.120	0.005	0.138	0.005	3.174	9.522
Масло слив, несолен. I сорт	0.01000	0.300	0.012	0.345	0.012	7.935	23.805
Молочные про- дукты - всего	0.10000	3.000	0.115	3.450	0.115	79.350	238.050
в т. ч. молоко сухое, I сорт	0.01300	0.390	0.015	0.449	0.015	10.316	30.947
Молоко сгу- щенное слад- кое	0.02700	0.810	0.031	0.932	0.031	21.425	64.274
Молоко сгу- щенное не- сладкое	0.03200	0.960	0.037	1.104	0.037	25.392	76.176
Сметана	0.01100	0.330	0.013	0.380	0.013	8.729	26.186
Творог	0.01000	0.300	0.012	0.345	0.012	7.935	23.805
Меланж	0.00500	0.150	0.006	0.173	0.006	3.968	11.903
Мясопродукты - всего	0.20000	6.000	0.230	6.900	0.230	158.700	476.100
Грудинка сви- ная копченая	0.00500	0.150	0.006	0.173	0.006	3.968	11.903
Ветчина (око- рок) копченая	0.00300	0.090	0.003	0.104	0.003	2.381	7.142
Говядина 1 категории	0.05600	1.680	0.064	1.932	0.064	44.436	133.308
Говядина 2 категории	0.05500	1.650	0.063	1.898	0.063	43.643	130.928
Баранина 1 категории	0.01500	0.450	0.017	0.518	0.017	11.903	35.708
Свинина мяс- ная 1 категории	0.04200	1.260	0.048	1.449	0.048	33.327	99.981
Колбаса копче- ная украинская	0.00200	0.060	0.002	0.069	0.002	1.587	4.761
Замена кур: utki 1 катего- рии п/п	0.02000	0.600	0.023	0.690	0.023	15.870	47.610
Куры п/п 1 кате- гории	0.02000	0.600	0.023	0.690	0.023	15.870	47.610
или утки 2 кате- гории п/п	0.02000	0.600	0.023	0.690	0.023	15.870	47.610
или индейки 1 категории	0.02000	0.600	0.023	0.690	0.023	15.870	47.610

Наименование продуктовой рациону	Норма по рациону		Расчет с запасом 15%				
	на 1 чел. в день кг	на 1 чел. за 30 суток кг	на 1 чел.		на 23 чел.		
			на 1 день кг	на 1 месяц кг	на 1 день кг	на 1 месяц кг	на 3 месяца кг
Рыбпродукты - всего	0.09300	2.790	0.107	3.209	0.107	73.796	221.387
в т. ч. судак свеж. 1 сорт	0.01000	0.300	0.012	0.345	0.012	7.935	23.805
судак 2 сорта	0.01000	0.300	0.012	0.345	0.012	7.935	23.805
Замена судака: щука - филе	0.02000	0.600	0.023	0.690	0.023	15.870	47.610
или сайда - филе	0.02000	0.600	0.023	0.690	0.023	15.870	47.610
или треска - филе	0.02000	0.600	0.023	0.690	0.023	15.870	47.610
Сазан соленый 1 сорт	0.01000	0.300	0.012	0.345	0.012	7.935	23.805
Лещ св. 1 сорт	0.01600	0.480	0.018	0.552	0.018	12.696	38.088
Морской окунь 1 сорт	0.01300	0.390	0.015	0.449	0.015	10.316	30.947
Кета 1 сорт	0.01000	0.300	0.012	0.345	0.012	7.935	23.805
Сельдь т/о соленая 1 сорт	0.01000	0.300	0.012	0.345	0.012	7.935	23.605
Сельдь отл. 1 сорт	0.01300	0.390	0.015	0.449	0.015	10.316	30.947
Сахар - всего:	0.08000	2.400	0.092	2.760	0.092	63.480	190.440
в т. ч. рафинад	0.01600	0.480	0.018	0.552	0.018	12.696	38.088
песок	0.06300	1.890	0.072	2.174	0.072	49.991	149.972
Чай грузинский	0.00100	0.030	0.001	0.035	0.001	0.794	2.381
Кофе, какао - всего	0.00300	0.090	0.003	0.104	0.003	2.381	7.142
в т. ч. какао	0.00200	0.060	0.002	0.069	0.002	1.587	4.761
Кофе в/с	0.00100	0.030	0.001	0.035	0.001	0.794	2.381
Фрукты свежие - всего	0.15000	4.500	0.173	5.175	0.173	119.025	357.075
в т. ч. яблоки 1 сорт	0.14000	4.200	0.161	4.830	0.161	111.090	333.270
лимоны	0.00800	0.240	0.009	0.276	0.009	6.348	19.044
Фрукты суше- ные	0.01300	0.390	0.015	0.449	0.015	10.316	30.947
Чернослив	0.01600	0.480	0.018	0.552	0.018	12.696	38.088
Картофель и овощи	0.85500	25.650	0.983	29.498	0.983	678.443	2035.328
в т. ч. карто- фель свежий	0.41000	12.300	0.472	14.145	0.472	325.335	976.005
Лук репчатый	0.09000	2.700	0.104	3.105	0.104	71.415	214.245
Лук зеленый	0.00600	0.180	0.007	0.207	0.007	4.761	14.283
Лук порей	0.00300	0.090	0.003	0.104	0.003	2.381	7.142
Морковь	0.05000	1.500	0.058	1.725	0.058	39.675	119.025

Наименование продуктов по рациону	Норма по рациону		Расчет с запасом 15%				
	на 1 чел. в день кг	на 1 чел. за 30 суток кг	на 1 чел.		на 23 чел.		
			на 1 день кг	на 1 месяц кг	на 1 день кг	на 1 месяц кг	на 3 месяца кг
Свекла	0.04100	1.230	0.047	1.415	0.047	32.534	97.601
Петрушка	0.02200	0.660	0.025	0.759	0.025	17.457	52.371
Капуста свежая	0.06300	1.890	0.072	2.174	0.072	49.991	149.972
Капуста кваше- ная	0.05000	1.500	0.058	1.725	0.058	39.675	119.025
Укроп зеленый	0.00660	0.198	0.008	0.228	0.008	5.237	15.711
Репа, редька	0.01300	0.390	0.015	0.449	0.015	10.316	30.947
Огурцы соле- ные	0.05000	1.500	0.058	1.725	0.058	39.675	119.025
Томат, паста	0.03000	0.900	0.035	1.035	0.035	23.805	71.415
Зеленый горо- шек консерви- рованный	0.00600	0.180	0.007	0.207	0.007	4.761	14.283
Бобы, горох лущеный	0.00600	0.180	0.007	0.207	0.007	4.761	14.283
Салат	0.00400	0.120	0.005	0.138	0.005	3.174	9.522
Специи - всего	0.04700	1.410	0.054	1.622	0.054	37.295	111.884
в т. ч. чеснок	0.00500	0.150	0.006	0.173	0.006	3.968	11.903
лимонная ки- слота	0.00170	0.051	0.002	0.059	0.002	1.349	4.047
Уксусная эс- сенция 80%	0.00260	0.078	0.003	0.090	0.003	2.063	6.189
Корица, перец, гвоздика	0.00040	0.012	0.0005	0.014	0.0005	0.317	0.952
Лавровый лист	0.00033	0.010	0.0004	0.0011	0.0004	0.262	0.786
Горчица сухая	0.00330	0.099	0.004	0.114	0.004	2.619	7.856
Желатин 1 сорт	0.00020	0.006	0.0002	0.007	0.0002	0.159	0.476
Дрожжи	0.00330	0.099	0.004	0.114	0.004	2.619	7.856
Соль - всего	0.03000	0.900	0.035	1.035	0.035	23.805	71.415
Кисель клюк- венный	0.00200	0.060	0.002	0.069	0.002	1.587	4.761

Форма заявки на продукты

PROVISION ORDE

M/W _____

PORT. _____ DATE

SUPPLY _____ DATE

Posno	ArtNo	Description	UOM	Qty	Price	Total
№ п/п	№ по каталогу	Наименование	Ед. измерения	Количество	Цена за единицу	Сумма
1	2	3	4	5	6	7
	2	3		3		4
		meat:		мясо:		
ESG1031		bacon slab smoked		бекон целый копченный		LB/KG
ESG1032		bacon sliced		бекон нарезанный		LB/KG
ESG1033		beef chuck tender		говядина вырезка		LB/KG
ESG1034		beef liver		говяжья печень		LB/KG
ESG1035		beef sirloin b/less		говядина без костей (огузок)		LB/KG
ESG1036		beef short rib's		говядина на кости		LB/KG
ESG1036		beef top round b/less		говядина без костей		LB/KG
ESG1037		beef goos neck b/l		говядина передняя часть		LB/KG
ESG 1038		beef tripe		говяжий желудок		LB/KG
ESG1039		beef tenderlion's		говядина филе миньон		LB/KG
ESG1040		beef t-bone steake		говядина для стейка		LB/KG
ESG1037		beef tongue		говяжий язык		LB/KG
ESG1038		bolonga		молочная колбаса		LB/KG
ESG1040		chicken breast bone/in		куриная грудинка		LB/KG
ESG1140		chicken breast boneless		куриная котлета		LB/KG
ESG1041		chicken legs		куриные ножки		LB/KG
ESG1042		chicken whole		курица целая		LB/KG
ESG1043		chicken ground		фарш куриный		LB/KG
ESG1044		chicken gizzard-hearts		куриные пупки-сердца		LB/KG
ESG1045		cornish hen		цыплята		LB/KG
ESG1144		duckling		утка целая, потрошенная		LB/KG
ESG1145		fat salted russian style		сало соленое, по-русски		LB/KG
ESG1045		lamb leg bone/in		баранья нога на кости		LB/KG
ESG1145		lamb leg boneless		баранья нога без кости		LB/KG

ESG1146	lamb breast bone/in	баранья грудинка	LB/KG
ESG1148	lamb chuck	баранья отбивная на кости	LB/KG
ESG1046	lamb whole	баран целый	LB/KG
ESG1047	oxtails	хвосты	LB/KG
ESG1048	pork butts bonn in	свинина, вырезка, шея	LB/KG
ESG1049	pork cushion meat	свинина, вырезка, грудь	LB/KG
ESG1050	pork feet	свинные ножки (для холодца)	LB/KG
ESG1051	pork fresh picnics	свинина на жаркое	LB/KG
ESG1052	pork leg ham	свежий окорок ноги	LB/KG
ESG1053	pork loin b/less	свинина без костей (филей)	LB/KG
ESG1054	pork loin bone in	отбивная на кости	LB/KG
ESG1055	pork spare ribs	свинные ребра	LB/KG
ESG1056	pork tenderloins	отборная вырезка свинины	LB/KG
ESG1057	rabbit /cut up/	кролик	LB/KG
ESG1058	turkey	индюшка	LB/KG
ESG1059	veal bone in breast	супв. телячья грудинка	LB/KG
ESG1060	veal heart	телячье сердце	LB/KG
ESG1061	veal chuck	телячья вырезка	LB/KG

	sausages, ham:	колбасные изделия, окорок:	
ESG2034	basturma	бастурма	LB/KG
ESG2035	beef frankfurters	сосиски	LB/KG
ESG2036	black forest ham v/p	натур, копченая ветчина	LB/KG
ESG2037	black rib bacon v/p	копчен, бекон без кости	LB/KG
ESG2138	butts smoked v/p	копчен, окорок без кости	LB/KG
ESG2038	Canadian bacon	канадский бекон (ветчина)	LB/KG
ESG2039	chicken frankfurters	куриные сосиски	LB/KG
ESG2040	fine liverwurst	паштет печеночный	LB/KG
ESG2041	goose liverwurst	гусиный печеночный паштет	LB/KG
ESG2042	ham smoked	вяленый окорок	LB/KG
ESG2043	ham vac.pack	ветчина в вакуумной упак.	LB/KG
ESG2044	ham canned	ветчина в банках	LB/KG
ESG2045	hungarian salami	венгерская салями	LB/KG
ESG2046	kabanosy (hunters sausage)	охотничьи сосиски	LB/KG
ESG2047	kielbasa moskovskaya	колбаса	LB/KG

		московская	
ESG2048	kielbasa odesskay	колбаса одесская	LB/KG
ESG2049	kielbasa doctorskay wide	колбаса докторская шир.	LB/KG
ESG2050	kielbasa krestyanskay	колбаса крестьянская	LB/KG
ESG2051	kielbasa polish smoke	колбаса польская копче- ная	LB/KG
ESG1061	kielbasa chesnochnay	колбаса чесночная	LB/KG
ESG1062	kielbasa tsarskay	колбаса царская	LB/KG
ESG2052	mortadella natural wide	любительская широкая	LB/KG
ESG2053	red/black bologna	болонья (крас./черн. оболоч.)	LB/KG
ESG2153	veal rulet	телячий рулет	LB/KG
ESG2054	kielbasa turistskay	колбаса туристская	LB/KG
ESG2055	kielbasa russkaya dry	колбаса русская сухая	LB/KG
ESG2056	sardelki v/p	сардельки	LB/KG
ESG2059	ravioli, meat	пельмени сибирские	PACK
ESG1060	ravioli, chicken	пельмени куриные	PACK
ESG1061	vareniki cherry	вареники с вишней	PACK
ESG1062	veal sardelki v/p	телячьи сардельки	BOX

	fish:	свежая рыба:	
ESL3031	whiting fillets	филе белой рыбы	LB/KG
ESL3032	pollock fillet frozen	филе рыбы pollock	LB/KG
ESL3033	salmon in tins (24 tin)	красная рыба в банках	TIN
ESL3034	salmon fresh	красная рыба	LB/KG
ESL3035	floundet fillet	филе камбалы	LB/KG
ESL3036	squid fillet	филе кальмара	LB/KG
ESL3037	crab imitation	крабовые палочки	LB/KG
ESL3137	shrimp small cooking	креветки сервировочные	LB/KG
ESL3138	shrimp	креветки большие	LB/KG
ESL3038	cod fish fillet	филе трески	LB/KG
ESL3039	sturgeon frozen	осетрина свежемороженая	LB/KG
ESL3040	red snapper frozen	морской окунь мороженный	LB/KG
ESL3041	skumbria/mackerel frozen	скумбрия мороженая	LB/KG
ESL3141	fresh herring frozen	сельдь свежемороженая	LB/KG
ESL3042	natatenia fillet	филе рыбы свежеморож.	LB/KG

ESL4043	wolf fillet	филе рыбы свежеморож.	LB/KG
ESL4044	flounder whole	камбала целая	LB/KG
	fish smoked, delicatessen, canned:	рыба копченая, деликатесы, консервы:	
ESL5052	captain fish balyk	рыба-капитан балык	LB/KG
ESL5053	chubs large h/s	салака большая гор. копч.	LB/KG
ESL5054	chubs regular h/s	салака обыч. горяч, копч.	LB/KG
ESL5055	cod liver, 4 oz	печень трески	CN
ESL5056	dried chubs	салака сушеная	LB/KG
ESL5057	dried vobla	вобла сушеная	LB/KG
ESL5058	dry moiva	мойва сушеная	LB/KG
ESL5059	eel (vac. pack)	угорь (вакуум. упаковка)	LB/KG
ESL5060	herring in oil	сепьдь в масле	12/16 OZ.
ESL5061	herring salted russian	сельдь соленая по-русски	LB/KG
ESL5062	norw.salmon hand sliced	красная рыба нарезанная	LB/KG
ESL5063	sturgeon whole h/s	осетрина горяч, копчен.	LB/KG
ESL5064	salmon file cold/smoked	саламон холод, копчения	LB/KG
ESL5065	paltus (vac. pack)	палтус (вакуум. упаковка)	LB/KG
ESL5066	perch balyk	окунь балык	LB/KG
ESL5067	trout filets cold/smoked	форель филе хол. копчен.	LB/KG
ESL5068	trout filets hot/smoked	форель филе гор. копчен.	LB/KG
ESL5069	salmon caviar (1 lb/cn)	икра красная (1 кг) 1 сорт	LB/KG
ESL5070	salmon caviar (1 lb/cn)	икра красная (1 кг) 2 сорт	LB/KG
ESL5071	black caviar 1 lb	икра черная осетровая	LB/KG
ESL5072	sardines	сардины	TN
ESL5073	sayra	сайра бланшированная	TN
ESL5074	shprats	шпроты	TN
ESL5075	siomga-salmon c/s	семга-осетрина хол. копч.	LB/KG
ESL5076	skumbria-mackerel c/s	скумбрия холод, копчения	LB/KG
ESL5077	skumbria-mackerel h/s	скумбрия горяч.копчения	LB/KG
ESL5078	smoked herring (vac.)	сельдь копчен, (вак.упак.)	LB/KG
ESL5079	smoked rybetz	рыбец копченый	LB/KG
ESL5080	sterlyad	стерлядь	LB/KG
ESL5081	tuna in oil (48/pack)	туна (в масле)	TN
ESL5082	turbot (vac.pack)	морская камбала	LB/KG

	milk prod., butter, oil, eggs, yest, flour, bread:	молочные продукты, масло, яйца, дрожжи, мука, хлеб:	
ESL6031	butter unsalted	масло сливочное	LB/KG
ESL6032	bread «7 zeren»	хлеб «7 зерен»	EA
ESL6033	bread «borodinskiy»	хлеб бородинский	EA
ESL6034	bread «darnitskiy»	хлеб дарницкий	EA
ESL6035	bread «moskovsky»	хлеб батон белый	EA
ESL6036	bread «rozh»	хлеб ржаной	EA
ESL6037	bread white sliced	хлеб белый нарез.	EA
ESL6038	buttermilk (32oz. x 12)	кефир ассорти	BTL
ESL6039	cheese american sl/	сыр америк.	LB/KG
ESL6040	cheese cream	сыр - крем	LB/KG
ESL6041	cheese edam	сыр эдам	LB/KG
ESL6042	cheese feta	брынза	LB/KG
ESL6043	cheese hard german	сыр твердый german	LB/KG
ESL6044	cheese rossiysky	сыр хаварти (типа русский)	LB/KG
ESL6045	cheese smoked gouda	сыр копченый	LB/KG
ESL6145	cheese jacobo's italian	сыр	LB/KG
ESL1646	cheese madrigal	сыр	LB/KG
ESL6146	cheese mozzarella whole	сыр	LB/KG
ESL6147	cheese colby jack	сыр	LB/KG
ESL6148	cheese monterey jack	сыр	LB/KG
ESL6046	chocolate milk (32 oz.)	шоколадное молоко	BTL
ESL6047	cottage chese (5 lb.)	творог	LB/KG
ESL6048	eggs 15/box	яйца	DOZ
ESL6049	heavy cream	сливки	BTL
ESL6050	kefir life way	кефир натуральный	BTL/PLS
ESL6051	margarine	маргарин	LB/KG
ESL6052	milk condensed	молоко сгущенное	PACK
ESL6053	milk evaporated 120 oz.	молоко концентрирован.	PACK
ESL6054	milk long-life (12 in box)	молоко долгого хранения	OFART
ESL6055	ryazenka (russian kefir)	ряженка	BTL
ESL6056	sour cream (10 lbs.)	сметана	LB/KG
ESL6057	yogurt assort. (12'cs)	йогурт(ассорти)	CUP
ESL6058	corn oil	масло кукурузное	BTL
ESL6059	cooking oil	масло растительное	GAL
ESL6060	olive oil	масло оливковое	GAL
ESL6061	crossant deluxe 1/96	крюссант - рогастики	CASE
ESL6062	fruit pie-turnover 1/96	пирог с фрукт, начинкой	CASE
ESL6061	puff pastry 1/24 lb	тесто споеное	LB/KG

	dry foods, canned, spices:	сухие продукты, специи:	
ESL7051	apricots dry	абрикос сушеный	LB/KG
ESL7052	adjika hot 8.8 oz	аджика	CN
ESL7053	beans red dry	фасоль сухая	LB/KG
ESL7054	buckwheat (25kg/50kg bags)	гречка (25/50 кг в мешке)	LB/KG
ESL7155	citric acid 4 oz	лимонная кислота	PACK
ESL7055	cookies danish	печенье датское в банках	CN
ESL7056	cookies maria, 40's	печенье МАРИЯ, 40 пачек	PACK
ESL7057	cookies oreo (5.35 oz. x 12)	печенье орео	CASE
ESL7058	cookies - wafer	печенье вафельное	PACK
ESL7159	cookies - russia (200 gr.)	печенье русское, сухое	PACK
ESL7059	corn canned 24's case	кукуруза в банках	CASE
ESL7060	corn flakes chokolad	кукурузные хлопья (680 гр.)	PACK
ESL7061	corn flakes (680 gr.)	кукурузные хлопья (680 гр.)	PACK
ESL7061	dill pickles (720 gr.)	огурцы сопенье	JAR
ESL7062	dressing sauce	соус дня прессинга	JAR
ESL7063	dried fruit compote	сухофрукты для компота	LB/KG
ESL7064	fruit cocktail ilb	фруктовый коктейль, 1фнт	CAN
ESL7164	flour white (50 lbs. bag)	мука белая	LB/KG
ESL7065	flour rye (50 lbs. bag)	мука ржаная	LB/KG
ESL7066	halva plain	халва	LB/KG
ESL7067	horseradish red/white	хрен острый консер. 250гр.	JAR
ESL7068	horseradish muatard 8.8 oz	хреновая горчица 250 гр.	JAR
ESL7069-A	ice cream, variety, ind	мороженое эскимо, вафель.	CASE
ESL7069	ice cream, assorted (5 ot/pk)	мороженое	QT
ESL7070	ketchup	кетчуп	BTL
ESL7071	macaroni (any kind)	макароны (любые)	LB/KG
ESL7072	mannaya krupa	манная крупа	LB/KG
ESL7073	mayonaise admirat.	майонез в ппаст.канистрах	GAL
ESL7074	mayonaise extra 32 oz.	майонез в банках, 1 ltr	CAN
ESL7075	mixed vegetables	мороженые овощи	LB/KG

ESL7075-A	mixed fruit	мороженые фрукты разные	CASE
ESL7176	mushrooms marinated	грибы маринованные 900 гр	CN
ESL7177	mushrooms preserved 1ltr	грибы консервированные	CN
ESL7076	mustard spicy/russian stile	горчица	JAR
ESL7077	oats	овсянка	LB/KG
ESL7178	olive's black / green	оливки черные или зеленые	CN
ESL7179	olive's black 3 ltr can	оливки черные 3 л банка	CN
ESL7179	orange mix	концентрат сока апельсин	CN
ESL7077	peas split green / yellow	сухой горох	LB/KG
ESL7178	peas sweet canned	зеленый горошек	CASE
ESL7179	pepper red marinated	перец красный маринован.	CN
ESL7180	leche assorty	лече ассорти	CN
ESL7181	patissony salted	патиссоны соленые	CN
ESL7078	pepper black ground	перец черный молотый	LB/KG
ESL7079	prunes	чернослив	LB/KG
ESL7080	raisins	изюм	LB/KG
ESL7081	rice long grain	рис (длинный)	LB/KG
ESL7081-A	rice basmati	рис басмати	LB/KG
ESL7082	salt (25 lb. bag)	соль	BAG
ESL7083	sauce, chili	соус чили	CN
ESL7084	sauce, garlic	соус чесночный	CN
ESL7085	sauce, tabasco (12'cs)	соус табаско	BTL
ESL7186	spices assorty (meat, fish)	специи для мяса и рыбы	JAR
ESL7086	spaghetti	спагетти (макароны)	LB/KG
ESL7180	sardines	сардины в масле	CN
ESL7181	shprats	шпроты в масле	CN
ESL7087	spinach frozen	шпинат мороженный	LB/KG
ESL7087	sugar fine powder	сахарная пудра	LB/KG
ESL7088	sugar	сахар	LB/KG
ESL7089	tomato paste 7 lb	томатная паста	CN
ESL7090	vanilla	ваниль	LB/KG
ESL7091	vinegar (white)	уксус	GAL
ESL7092	yeast (dry / fresh)	дрожжи (сухие / обычные)	LB/KG
ESL7093	russian pickles	соленые огурцы в ведре	PAH.
ESL7094	pickled tomatoes	соленые помидоры в ведре	PAH.
ESL7095	cabbage salted	соленая капуста	PAH.
ESL7096	mushroom's salted	грузди соленые	PAH.
ESL7097	water melon salted	арбуз соленый	PAH.
ESL7098	apple salted / vinegar	яблоки моченые	PAH.

	tea, coffee, chocolates, nuts, jams etc:	чай, кофе, шоколад, орехи, варенье и др.	
ESL8051	candy (1 lb./pack)	конфеты - карамель	PK
ESL8052	candy (6/300 gr.)	конфеты 300 гр.	PK
ESL8053	cashew nuts (6 oz. x 12)	орешки пикантные	CN
ESL8054	chocol. hershey bar (36's)	шоколадки «херши»	PK
ESL8055	chocol. almond joy (36's)	шоколад с миндалем	PK
ESL8056	chocolate mars bar (24's)	шоколадки «марс»	CS
ESL8057	coffee «folgers» (8oz.)	кофе «фолгерс» (растворимый)	CN
ESL8058	coffee «folgers» (ground) 39 oz.	кофе «фолгерс» (заваривать)	CN
ESL8059	coffee «nescafe» (8 oz. x 12)	кофе «нескафе» (растворимый)	NN

	juices, water, syrups:	соки, вода, сироп:	
ESL8115	juice apple (46 oz. x 12)	сок яблочный	LT
ESL8116	juice orange (32 oz. x 12)	сок апельсиновый	TN
ESL8117	juice pineapple (46 oz. x 12)	сок ананасовый	TN
ESL8117	juice current (32 oz. x 12)	сок черная смородина	TN
ESL8118	juice tomato (46 oz. x 12)	сок томатный	TN
ESL8119	juice v-8veget. (10 oz. x 24)	сок овощной	CASE
ESL8219	kvas gasir. 1.25lt x 6 btl	квас газиров. 1.25л x 6 бут.	BTL
ESL8120	mineral water seltzer	минер, газир. вода	LTR
ESL8121	mineral water 0.5ltr x1 Obt	минер, газир. вода 0.5 ltrx 10	BTL
ESL8122	mineral water 0.5 x 10btl	минер, газир. вода 0.5 x 10 btl	BTL
ESL8123	min- water»borjomi»0.5x20bt	боржоми 0.5 x 20 btl или 1л x 12	1.29
ESL8121	spring water (6gal x 1 case)	родниковая вода	CASE
ESL8122	coca-cola (24 tin)	кока-кола (24 банки)	CASE
ESL8123	pepsi-cola (24 tin)	пепси-кола (24 банки)	CASE
ESL8124	pepsi-cola (2 ltr.)	кока-кола (2 литра)	BTL
ESL8125	sprite (24 tin)	спрайт (24 банки)	CASE
ESL8126	syrop, fruit flavored	сироп фруктовый	GAL

Приложение 4

Преобразование английских и американских единиц
в метрические

Меры длины

1 фут = 12 дюймов	304,8 мм
1 ярд = 3 фута = 36 дюймов	91,44 см
1 миля = 1 760 ярдов = 5 280 футов	1 609 м
1 морская миля = 6 080 футов	1 853,2 м

Меры площади

1 дюйм / кв	6,45 см/кв
1 фут/кв = 144 дюйма/кв	0,093 м/кв
1 ярд/кв = 9 футов/кв = 1 296 дюймов/кв	0,836 м/кв
1 акр/кв = 4 840 ярдов/кв = 43 560 футов/кв	4,047 м/кв
1 миля/кв = 640 акров/кв	258,99 м/кв

Меры объема сыпучих тел

1 англ. пинта = 1,03 амер. пинта	0,57 л
1 англ. кварта = 2 англ. пинты = 1,03 амер. кварты	1,14 л
1 англ. бушель = 32 англ. кварты = 1,03 амер. бушелей	36,37 л
1 амер. пинта = 0,969 англ. Пинт	0,55 л
1 амер. кварта = 2 амер. пинты = 0,969 англ. кварты	1,101 л
1 амер. бушель = 32 амер. кварты = 0,969 англ. бушелей	32,24 л

Меры объема

1 дюйм/куб	16,39 см/куб
1 фут/куб = 1,728 дюймов/куб	0,028 м/куб
1 ярд/куб = 27 футов/куб	0,76 м/куб
1 корд = 128 футов/куб	3,624 м/куб
1 баррель сухой	115,628 дм/куб
1 баррель нефтяной	158,98 дм/куб

Меры веса

1 англ. гран	64,8 мг
1 англ. драхма = 27,34 грана	1,77 г
1 англ. унция = 16 англ. драхм = 437,5 грана	28,35 г
1 англ. фунт = 16 англ. унций = 256 англ. драхм = = 7000 англ. гран	453,6 г
1 англ. центнер = 112 англ. фунтов	50,8 кг
1 амер. центнер = 100 англ. фунтов	45,36 кг
1 англ. тонна = 20 англ. центнеров = 2240 англ. фунтов	1,016 т
1 амер. тонна = 20 амер. центнеров = 2000 англ. фунтов	0,907 т
1 гран (монетный, аптекарский) = 1 англ. гран	64,8 мг
1 драхма (аптекарская) = 60 гранов	3,89 г
1 унция (монетная, аптекарская) = 8 драхм (аптекарских) = 480 гранов	31,1 г

1 фунт (монетный, аптекарский) =
= 12 унций (монетных, аптек.) 373,2 г

Меры объема жидких тел

1 англ. унция	0,028 л
1 англ. пинта = 20 англ. унций = 1,2 амер. пинты	0,57 л
1 англ. кварта = 2 англ. пинты = 40 англ. унций = = 1,2 амер. кварталы	1,14 л
1 англ. галлон = 4 англ. кварталы = 8 англ. пинт - = 160 англ. унций = 1,2 амер. галлона	4,55 л
1 амер. унция	0,029 л
1 амер. пинта = 16 амер. унций = 0,83 англ. пинты	
1 амер. кварта = 2 амер. пинты = 32 амер. унций = = 0,83 англ. кварталы	0,946 л
1 амер. галлон = 4 амер. кварталы = 0,83 англ. галлона	3,79 л

Форма акта инвентаризации

MW

DATE

PROVISIONS INVENTORY

№№	DESCRIPTION	UNIT	QUANTITI	PRICE	AMOUNT
1	2	3	4	5	6

OUTGING COOK

INCOMING COOK

MASTER OF MW

Сроки хранения скоропортящихся продуктов
в судовых условиях

Наименование продуктов	Темпера- тура про- дуктовое		Относительная влажность, %	Циркуляция, объемов в час	Продолжитель- ность хранения не более
	от	ДО			
<i>Мясо и мясопродукты</i>					
Говядина охлажденная жирная	-0,5	+0,5	80-85	2-4	15 сут.
Говядина охлажденная тощая	0	+0,5	80-85	2-4	15 «
Свинина охлажденная	-2	-1	80-85	2-4	15 «
Баранина, телятина охлажден- ные	-1	+ 1	80-85	2-4	15 «
Мясо мороженое	- 10	-18	87-92	0-2	10 мес.
Колбасы, сосиски и сардельки вареные	+2	0	70-75	0-2	До 3 сут.
Бекон	+2	0	75-80	2-4	20 «
Копченое мясо	-1	+ 1	75-80	3-5	6 мес.
Копченые языки и колбасы	-1	-0,5	80-85	2-4	6 «
Сушеная и соленая говядина	0	+ 1	70-75,	2-4	3 «
Сушеная и соленая свинина	-6	-5	80-85	2-4	6 «
Лярд	+2	+4	75-80	.	3 «
Шпиг компаунд	-10	-8	80-85	.	6 «
Мясные консервы	0+1	+2	75-80	0,2	12 «
<i>Птица и дичь</i>					
Птица охлажденная	- 1	-0,5	80-85	4-6	До 10-20 сут.
Птица мороженая:					
куры	- 18	-8	85-90	2-4	До 9 мес.
утки	- 18	- 10	85-90	2-4	До 8 «
гуси	- 18	- 10	85-90	2-4	До 8 «
индейки	- 18	-8	85-90	2-4	До 9 «
дичь	- 18	-8	85-90	2-4	До 8 «
<i>Рыба и рыбопродукты</i>					
Рыба охлажденная	-2	1	95-100	2-4	2 сут.
Рыбное филе охлажденное	-2	-1	95-100	2-4	3 «
Икра паюсная	-4	-2	85-90	2-4	8 мес.
Икра зернистая	-2,5	-1,5	85-90	2-4	3 «
Рыба жирная мороженая	- 18	-20	95-90	2-4	4 «
Рыба мороженая тощая	- 18	-12	95-90	2-4	9 «
Рыбное филе мороженое	-20	-18	90	2-4	6 «
Рыба соленая	-2,0	0	85-90	2-4	8 «
Сельди в тузлуке	-4,0	-4,0	90-95	2-4	8 «

Рыба сушеная и вяленая	+2	+4	75-80	4-6	12 «
Рыба холодного копчения	-2,0	+2,0	85-90	4-6	6 мес.
Консервы рыбные	+1	+15	80-85	2-4	12 «
<i>Молочные продукты и яйца</i>					
Яйца охлажденные	-1	-0,5	80-85	2-6	До 8-12 мес.
Яйца мороженые	-18	-12	80-85	1-2	До 12 «
Яичный порошок	0	-1	70-75	2-4	До 6 «
Молоко сгущенное	+1	+2	75-80	1-2	До 6-42 «
Сыры мягкие	+2	+4	80-85	2-6	До 2-6 «
Масло (долгосрочного хранения)	-18	-8	85-90	2-4	До 10 мес.
Масло (краткосрочного хранения)	-1	+4	75-80	2-6	До 45 сут.
Молоко мороженое	-18	-10	85-90	1-2	До 7 мес.
Сливки мороженые	-18	-10	85-90	1-2	До 7 «
<i>Овощи и фрукты</i>					
Картофель	+4	+2	80-85	4-8	6-10 мес.
Капуста обыкновенная	+1	-2	85-90	4-6	1-4 «
Лук репчатый	+2	0	75-80	4-6	1-3 «
Чеснок сухой	+1	0	75-80	2-4	6-8 «
Свекла, морковь, брюква	+1	0	80-90	4-6	2-6 «
Редис, репа	+1	0	85-90	4-6	2-4 «
Томаты зрелые	+1	0	80-90	4-6	10-15 «
Томаты зеленые	+10	+5	85-90	4-6	20-30 «
Баклажаны	+2	+1	80-90	4-6	15-30 «
Огурцы, кабачки	+2	+1	80-90	2-4	10 сут.
Бобы, горох	+1	+0,5	80-85	4-6	10-20 сут.
Перец	+1,5	+0,5	80-85	4-6	30 сут.
Кукуруза	+0,5	-0,5	80-85	2-4	15-30 сут.
Овощные консервы	+3	+1	70-75	4-6	8-10 мес.
Мороженые овощи	-15	-18	80-85	1-2	4-8 «
Мандарины	+2	+3	85	2-4	До 6 мес.
Апельсины	+4	+5	85	2-4	До 6 «
Лимоны	+6	+7	85	2-4	До 6 «
Персики	0	+0,5	85	2-4	До 1-2 мес.
Абрикосы	0	+0,5	85	2-4	До 1-2 «
Яблоки	+2	+4	85	2-4	До 6-8 мес.
Груши	+2	+4	85	2-4	До 6-8 «
Виноград	0	+2	80-90	2-4	До 6-8 «

Приложение 7

Условия и сроки хранения скоропортящихся продуктов
 СанПиН 42-123-4117-86 от 25.03.1998 г., утвержденный
 Главным государственным санитарным врачом
 Российской Федерации (в ред. от 21.01.99 г.)

Наименование продукции	Срок хранения, ч	Температура хранения, °С
Мясная продукция		
Полуфабрикаты из говядины, свинины, баранины (козлятины):		
Крупнокусковые	48	От + 2 до + 6
Мясо фасованное (от 0,25 до 1 кг)	36	От + 2 до + 6
Жаркое особое, мясное ассорти	18	От + 2 до + 6
Порционные без панировки (вырезка; бифштекс натуральный; лангет; антрекот; ромштекс; говядина, баранина, свинина духовая; эскалоп, шницель и др.)	36	«
Порционные в панировке (ромштекс, котлета натуральная из баранины и свинины, шницель)	31	«
Мелкокусковые (бефстроганов, азу, поджарка, гуляш, говядина для тушения, мясо для шашлыка и др.)	24	«
Жаркое особое, мясное ассорти	18	«
Кости пищевые	24	От + 2 до + 6
Субпродукты:		
охлажденные	24	От + 2 до + 6
замороженные	48	От + 2 до + 6
Шашлык маринованный (полуфабрикат)	24	От + 2 до + 6
Полуфабрикаты мясные рубленые:		
шницель натуральный, котлеты натуральные, бифштекс, котлеты московские, домашние, киевские, люля-кебаб	12	От + 2 до + 6
бифштекс замороженный	48	От + 2 до + 6
котлеты говяжьи, обезжиренные и школьные, биточки говяжьи, кнели	12	От + 2 до + 6
мясные, комбинированные (котлеты мясо-растительные, мясо-картофельные, мясо-капустные и др.)	12	От + 2 до + 6
Фарши мясные, вырабатываемые мясоперерабатывающими предприятиями общественного питания:		
натуральный (диетический и др.)	12	От + 2 до + 6
замороженный	18	От + 2 до + 6

комбинированный мясной особый с добавлением соевого белка	48	Ниже 0
фарш для голубцов ленивых	12	Ниже 0
Фарш мясной, вырабатываемый предприятиями торговли и общественного питания	6	«
Пельмени, фрикадельки мясные замороженные	48	Не выше -5
Полуфабрикаты из птицы и кроликов		
Мясо охлажденное птицы и кроликов фасованное	48	От + 2 до + 6
Мясо птицы и кроликов замороженное	72	От + 2 до + 6
Полуфабрикаты из мяса птицы (тушка, подготовленная к кулинарной обработке, окорочок, филе, четвертина задняя, цыплята-табака и любительские, бедро, голень, грудинка)	48	От + 2 до + 6
Наборы для студня, рагу, суповой	12	От + 2 до + 6
Полуфабрикаты рубленые из мяса птицы (котлеты пожарские куриные, кнели куриные, котлеты особые из кур и индейки, куриные школьные и др.)	12	От + 2 до + 6
Субпродукты птицы и кроликов и полуфабрикаты из них	24	От + 2 до + 6
Кулинарные изделия из говядины, свинины, баранины (козлятины)		
Мясо отварное:		
вырабатываемое централизованно на заготовочных предприятиях общественного питания (крупным куском для холодных блюд; крупным куском, нарезанное на порции для первых и вторых блюд, в желе)	24	От +2 до + 6
Мясо отварное, приготовленное на всех предприятиях общественного питания, кроме заготовочных	12	«
Мясо жареное, вырабатываемое на заготовочных предприятиях общественного питания (говядина и свинина, жаренные крупным куском для холодных блюд; говядина и свинина, жаренные крупным куском, нарезанные на порции для вторых блюд, в желе)	48	От +2 до + 6
Мясо жаренное приготовленное на всех предприятиях общественного питания, кроме заготовочных	24	От + 2 до + 6
Мясо шпигованное тушеное (крупным куском, нарезанное на порции для вторых блюд, в желе)	24	От + 2 до + 6

Субпродукты мясные отварные (язык, вымя, сердце, почки, мозги)	18	От + 2 до + 6
Печень жареная	24	От +2 до + 6
Кулинарные изделия из рубленого мяса жареные (котлеты, бифштексы, биточки, шницели)	12	От + 2 до + 6
Студни мясные и мясо заливное	12	От +2 до + 6
Паштеты из мяса, печени и птицы, вырабатываемые промышленностью	24	От 0 до +2
Паштеты из мяса и печени, вырабатываемые предприятиями общественного питания	6	От + 2 до + 6
Пищевые бульоны, вырабатываемые предприятиями мясной промышленности:		
концентрированный	24	От + 2 до + 6
жидкий	6	От + 2 до + 6
Бульоны с желатином (полуфабрикаты):		
мясной	48	От + 2 до + 6
куриный	24	От + 2 до + 6
Бульон куриный костный (полуфабрикат)	24	От + 2 до + 6
Бульоны костные концентрированные (полуфабрикаты)	48	От + 2 до + 6

Кулинарные изделия из птицы и кроликов		
Тушки уток и цыплят запеченные	48	От + 2 до + 6
Тушки птицы копченые, копчено-запеченные и копчено-вареные	72	От + 2 до + 6
Мясо птицы и кроликов жареное:		
вырабатываемое централизованно на заготовочных предприятиях общественного питания и птицеперерабатывающей промышленности	48	От + 2 до + 6
приготовленное на всех предприятиях общественного питания, кроме заготовочных	24	От + 2 до + 6
Птица отварная тушками:		
вырабатываемая централизованно на заготовочных предприятиях общественного питания и птицеперерабатывающей промышленности	24	От + 2 до + 6
приготовленная на всех предприятиях общественного питания, кроме заготовочных	18	От + 2 до + 6
Птица отварная, нарубленная порциями, в желе	24	От +2 до +6
Мякоть птицы отварная в форме брикета	24	От +2 до +6
Котлеты из мяса птицы	12	От +2 до +6
Яйца вареные	24	От +2 до +6

Колбасы и колбасные изделия		
Холодец в оболочке	36	От +2 до +6
Зельцы:		
высшего сорта	48	От +2 до +6
первого и второго сортов	24	От +2 до +6
третьего сорта и особый второго сорта	12	От +2 до +6
Рулеты: из рубца третьего сорта, новый и красный третьего сорта	12	От +2 до +6
Колбасы вареные:		
высшего сорта	72	От +2 до +6
первого и второго сортов	48	От +2 до +6
третьего сорта	24	От +2 до +6
Сосиски и сардельки высшего, первого и второго сортов	48	От +2 до +6
Хлебы мясные:		
высшего сорта	72	От +2 до +6
первого и второго сортов	48	От +2 до +6
Колбасы ливерные:		
высшего и первого сортов	48	От +2 до +6
второго сорта	24	От +2 до +6
третьего сорта	12	От +2 до +6
Колбасы кровяные:		
первого и второго сортов	24	От +2 до +6
третьего сорта	12	От +2 до +6
копченая первого сорта	48	От +2 до +6
Вареные изделия в оболочке (ветчина ассорти, ветчина для завтрака, ветчина в оболочке и др.)	72	От +2 до +6
Колбасы вареные с добавлением субпродуктов, сардельки белковые и субпродуктовые	24	От +2 до +6
Фасованные колбасные изделия, упакованные в полимерную пленку под вакуумом; колбасы вареные, продукты из свинины, говядины и баранины вареные	48	От +2 до +6
Колбаса ливерная растительная (с добавлением крупы)	12	От +2 до +6
Колбаски для детского питания	36	От +2 до +6
Колбасы вареные высшего сорта из птицы	72	От +2 до +6
Колбасы вареные из птицы первого сорта, сосиски	48	От +2 до +6
Рыбная продукция и морепродукты		
Полуфабрикаты:		
рыба всех наименований охлажденная	48	От 0 до -2

рыба и рыбные товары всех наименований мороженые и глазированные	24	От 0 до -2
рыба специальной разделки незамороженная	24	От -2 до +2
рыба порционная в сухарях	12	От +2 до +6
шашлыки и поджарка	24	От -2 до +2
котлеты, биточки, фарш, зразы рыбо-картофельные, блинчики (без замораживания)	12	От -2 до +2
котлеты, голубцы и фарш замороженные	72	От -4 до -6
пельмени рыбные замороженные	48	От -4 до -6

Кулинарные изделия		
Рыба всех наименований:		
жареная	36	От +2 до +6
печеная	48	От +2 до +6
отварная	24	От +2 до +6
Рыба фаршированная	24	От +2 до +6
Изделия рубленые из соленой рыбы (сельди, скумбрии, сардины и др.)	24	От +2 до +6
Котлеты из рыбы всех наименований	12	От +2 до +6
Фрикадельки, тефтели рыбные с соусом томатным	48	От +2 до +6
Рыба всех наименований и рулеты горячего копчения	48	От +2 до +6
Колбаски рыбные вареные	48	От +2 до +6
Зельцы: «Рыбацкий», «Особый» и др.	12	От +2 до +6
Раки и креветки вареные	12	От +2 до +6
Крабовые палочки	48	От +2 до +6
Кальмар с овощами в сметанном соусе, отбивные из кальмара, котлеты из альмара	24	От +2 до +6
Кальмар в маринаде	48	От +2 до +6
Кулинарные изделия промышленного производства из белковой пасты «Океан»	24	«
Масла рыбные и икорные всех наименований	24	От +2 до +6
Рыба заливная	24	От -2 до +2
Пасты рыбные в полимерной потребительской таре	24	От -2 до +2
Вторые рыбные блюда в потребительской таре:		
без замораживания	12	От -2 до +2
замороженные	24	От -4 до -6
Паста белковая мороженая «Океан»	72	От -1 до -3

Молочные и кисломолочные продукты		
Молоко пастеризованное, сливки, ацидо-филин	36	От +2 до +6
Кефир	36	От +2 до +6
Простокваша	24	От +2 до +6
Напитки из сыворотки (квас молочный, «Новый», сывороточный напиток с томатным соком)	48	От +2 до +6
Пахта свежая и напитки из нее	36	От +2 до +6
Кумыс натуральный (из кобыльего молока), кумыс из коровьего молока	48	От +2 до +6
Сметана	72	От +2 до +6
Диетическая сметана	48	От +2 до +6
Творог:		
жирный и обезжиренный, диетический	36	От +2 до +6
крестьянский 5%-ный	24	От +2 до +6
Сырники соевые, соевая простокваша	12	От +2 до +6
Творожные полуфабрикаты: сырники, тесто для сырников, вареников ленивых, полуфабрикат для запеканки творожной с изюмом	24	От +2 до +6
Вареники с творогом	24	Не выше -5
Сырничково-творожные изделия	36	От 0 до +2
Запеканка и пудинг из творога. Кулинарные творожные изделия, вырабатываемые на заготовочных предприятиях общественного питания	48	От +2 до +6
Изделия творожные, кулинарные, вырабатываемые на всех предприятиях общественного питания, кроме заготовочных: пудинг творожный жирный и полужирный	24	«
зразы творожные с изюмом жирные и полужирные	36	От +2 до +6
Сыр «Домашний»	36	От +2 до +6
Сыры сливочные в коробочках из полистирола и других полимерных материалов:		От +2 до +6
сладкий, фруктовый	48	От +2 до +6
острый, советский, рокфор	72	От +2 до +6
Сыры мягкие и рассольные без созревания:		
«Моале»	48	От +2 до +6
клинковый	36	От +2 до +6
Сырная масса «Кавказ»	48	От +2 до +6
Масло сырное	48	От +2 до +6
Масло сливочное брусочками	6	От +2 до +6
Напитки сливочные	24	От +2 до +6
Напиток «Южный»	24	От +2 до +6

Напитки «Любительский», «Снежок»	36	От +2 до +6
Продукты для детского питания:		
детский кефир в бутылках	24	«
в пакетах	36	«
детский творог	24	«
ацидофильная смесь «Малютка» в бутылках	24	«
в пакетах	36	«
Продукция детских молочных кухонь	24	«
Гуманизированное молоко «Виталакт ДМ» для детей грудного возраста	36	«
Молоко гуманизированное «Виталакт обогащенный»	36	«
«Виталакт кисломолочный» для детского и диетического питания	48	«

Овощные продукты		
Полуфабрикаты		
Картофель сырой очищенный сульфитированный	48	От +2 до +6
Капуста белокочанная свежая зачищенная	12	От +2 до +6
Морковь, свекла, лук репчатый сырые очищенные	24	От +2 до +6
Редис, редька обработанная, нарезанные	12	От +2 до +6
Петрушка обработанная:		
зелень	18	От +2 до +6
корень	24	От +2 до +6
Сельдерей обработанный:		
зелень	18	От +2 до +6
корень	24	От +2 до +6
Лук зеленый и укроп обработанные, эстрагон (зелень) обработанный	18	От +2 до +6
Пастернак (корень) обработанный	24	От +2 до +6

Полуфабрикаты, прошедшие тепловую обработку		
Запеканка капустная, морковная, овощная, картофельная с мясом	18	От +2 до +6
Биточки (котлеты) капустные, морковные, свекольные, картофельные	18	От +2 до +6
Шницель капустный, фарш капустный, фарш морковный	12	От + 2 до +6
Огурцы соленые нарезанные припущенные	24	От + 2 до +6
Капуста белокочанная свежая нарезанная бланшированная	12	От + 2 до +6
Капуста квашеная тушеная для первых блюд	72	От + 2 до +6
Лук, морковь пассерованные	48	От + 2 до +6

Соусы концентрированные:		
красный основной и томатный	72	От + 2 до +6
белый основной, сметанный, яблочный	48	От + 2 до +6
Голубцы-полуфабрикаты (овощные, с мясом и рисом, с рыбой и рисом, с творогом и рисом, с пшеном и шпиком)	12	От + 2 до +6
Голубцы-полуфабрикаты с мясом и рисом, приготовленные в столовых	6	От + 2 до +6
Салат из капусты квашеной	24	От + 2 до +6
Овощи отварные очищенные:		
морковь и свекла	24	От + 2 до +6
картофель	18	От + 2 до +6
Овощи отварные очищенные нарезанные:		
морковь и свекла	18	От + 2 до +6
картофель	12	От + 2 до +6
Салаты (мясной, столичный, рыбный) в незаправленном виде	12	От + 2 до +6
Салаты, винегреты всех наименований в незаправленном виде, приготовленные в столовых	6	От + 2 до +6
Овощи отварные неочищенные	6	От +2 до +6

Мучные продукты		
Полуфабрикаты		
Тесто дрожжевое для пирожков печеных и жареных, для кулебяк, пирогов и других мучных изделий	9	От + 2 до +6
Тесто слоеное пресное для тортов, пирожных и других мучных изделий	24	От +2 до +6
Тесто песочное для тортов и пирожных	36	От +2 до +6
Тесто для вареников ленивых	24	От +2 до +6
Заготовки для блинчиков	24	От +2 до +6
Блинчики с фаршем:		
мясным, творожным, яблочным	12	От +2 до +6
с джемом и повидлом	16	От +2 до + 6

Кулинарные изделия		
Сырные палочки	72	От +2 до +6
Ватрушки, сочники, пироги полуоткрытые из дрожжевого теста:		
с творогом	24	От +2 до +6
с повидлом и фруктовыми начинками	24	«
Чебуреки, беляши, пирожки столовые, жареные, печеные, кулебяки, расстегаи	24	От +2 до +6
(с мясом, яйцами, творогом, капустой, ливером и др.)	3	«

Крупяные продукты		
Полуфабрикаты		
Биточки (котлеты) манные, пшениные (полуфабрикаты)	18	От +2 до +6

Кулинарные изделия		
Запеканка манная, рисовая, рисовая с творогом	12	От +2 до +6
Пудинг молочный, рисовый	24	От +2 до +6
Крупеник с творогом жирным и полужирным	24	От +2 до +6
Плов фруктовый	24	От +2 до +6

Мучные кондитерские изделия, сладкие блюда, напитки		
Торты и пирожные:		
без отделки кремом, с белково-взбивным кремом или с фруктовой-отделкой	72	От +2 до +6
со сливочным кремом, в том числе пирожное «Картошка»	36	«
с заварным кремом, с кремом из взбитых сливок	6	«
Рулеты бисквитные:		
с кремом	36	От +2 до +6
с творогом	24	«
Желе, самбуки, муссы	24	От +2 до +6
Кремы сливочные и творожные фруктовые	24	От +2 до +6
Сливки взбитые	6	От +2 до +6
Торт творожный	24	От +2 до +6
Квасы, вырабатываемые промышленно-стью:		
квас хлебный непастеризованный	48	От +2 до +6
квас «Московский»	72	«
Безалкогольные негазированные напитки (лимонный, вишневый без консерванта), вырабатываемые промышленностью	48	«

Быстрозамороженные продукты		
Салаты и закуски		
Салаты из краснокочанной капусты, из свеклы с хреном, овощная закуска с томатом	24	От 0 до +4

Вторые блюда и гарниры		
Гуляш из говядины,	96	Не выше -5
Говядина тушеная, мясо по-домашнему, бефстроганов, тефтели, биточки	48	Не выше 0
«Здоровье» (без соуса и в соусе)	48	«

Бифштекс, сардельки	48	Не выше 0
Сосиски, колбаса, блинчики (по-крестьянски, кавказские, с капустой, с творогом, с фруктовой начинкой)	48	«
Крокеты, котлеты крестьянские (в соусе и без соуса), фарш для крокетов	48	Не выше -5
Капуста квашеная тушеная, свежая тушеная	24	От 0 до +4

ФОРМА УЧЕТА ПРОДУКТОВ
STANDARD ITEM LIST (INCLUDING BONDED)

STEM	DESCRIPTION	UNIT
Frozen Meat, Poultry, Processed Meat		
Frozen Fish, Seafood, Tinned Fish		
Vegetables, Fresh		
Vegetables, Frozen		
Dried Vegetables		
Tinned Vegetables		
Fresh Fruits		
Dried Fruits / Nuts		
Tinned Fruits		
Rice / Pasta		
Cereals / Flours / Breads		
Dairy Products / Oils & Fats		
Sauces / Pickles / Soups		
Spices		
Bakery Products / Jams		
Coffee/Tea/Juices		

BONDED STORES

Приложение 10.А
(справочное)

Таблица А1
контролируемые показатели загрязнений химической и
биологической природы в различных группах сырья

Группа показателей	Показатели загрязнений химической и			биологической природы		
	токсичные элементы	микотоксины	антибиотики	гормональные препараты	нитрозамины	пестициды
Мясные продукты:						
Мясо и птица свежие, охлажденные и мороженые	+	+	+	+	+	+
Колбасы и кулинарные изделия из мяса и птицы	+	+	-	+	+	+
Консервы из мяса и птицы	+	+	-	+	+	+
Субпродукты сельскохозяйственных животных и птиц	+	+	+	+	-	-
Яйца, яичный порошок	+	-	+	+	-	+
Молоко и молочные-продукты:						
Молоко, кисломолочные продукты, молоко сгущенное, стерилизованное в банках, молоко и молочные изделия сухие	+	+	+	+	-	+
Рыба, рыбные и другие продукты моря:						
Рыба свежая, охлажденная и мороженая; рыбные консервы и пресервы	+	-	-	-	+	+
Кулинарные изделия	+	-	-	-	+	+
Моллюски и ракообразные	+	-	-	-	-	-
Икра	-	-	-	-	-	+
Хлебобулочные и мукомольно-крупяные изделия:						
Зерновые	+	+	-	-	+	+
Зернобобовые, крупы, мука, хлебобулочные изделия, хлеб, бараночные и сахарные изделия	+	+	-	-	-	+
Сахар и кондитерские изделия:						
Сахар-песок	+	-	-	-	-	+

Кондитерские сахаристые изделия:						
Орехи (миндаль, грецкий орех, земляной орех, фисташки, орех серый калифорнийский, орех пекан)	+	+				+
Конфеты и подобные изделия, кофе	+	+				
Какао, какао-порошок, шоколад	+	+	-	-	-	+
Печенье	+	-	-	-	-	-
Флодоовощная продукция:						
Овощи, картофель, фрукты, виноград, ягоды свежие, сушеные и концентрированные	+	+			+	+
Специи и пряности	+	-	-	-	-	+
Чай	+	+	-	-	-	+
Грибы свежие и сушеные, консервированные в стеклянной таре	+					+
Консервированные фрукты, ягоды, овощи	+	+			+	+
Жировые продукты:						
Масло растительное, маргарин	+	+	-	-	-	+
Масло коровье, жиры животные	+	+	+	+	-	+
Напитки и продукты брожения:						
Минеральные воды, напитки на настоях и эссенциях	+					
Пиво, вино, водка и другие спиртные напитки	+					
Другие продукты:						
Пектин, желатин, крахмал, соль поваренная	+					
Отруби пшеничные	+	+	-	-	-	+

Примечание. Данные приведены из «Медико-биологических требований и санитарных норм качества продовольственного сырья и пищевых продуктов», утвержденных Минздравом СССР 1 августа 1989 г. N 5061-89

Условные обозначения: «+» - контролируемые и «-» - не контролируемые показатели

**Приложение 10.Б
(обязательное)**

**Таблица Б1
НОРМИРУЕМЫЕ ФИЗИКО-ХИМИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ
КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ**

Наименование кулинарной продукции	Массовая доля				Показатель вложе- ния сырья	Общая (титруемая) кислотность	Щелочность	Свежесть
	влаги или сухих веществ	жира	сахара	Поваренной соли				
Полуфабрикаты из:								
картофеля и овощей	+	+	-	+	-	+	-	-
круп	+	+	+	-	-	-	-	-
творога	+	+	+	+	-	+	-	-
рыбы	+	+	-	+*	-	-	-	+
мяса	-	-	-	-	-	-	-	+
птицы	-	-	-	+*	-	-	-	+
натуральной рубле- ной массы мяса	+							+
котлетной массы мяса, птицы, рыбы	+	+		+	+			+
муки	+	+	+	+*	-	+	+	-
бульоны пищевые	+	+	-	+	-	-	-	-
соусы концентриро- ванные	+	+				+		
Кулинарные изделия из:								
картофеля и овощей	+	+	-	+	-	-	-	-
крупы	+	+	+	-	-	-	-	-
творога	+	+	+	+	-	+	-	-
котлетной массы мяса, птицы, рыбы				+	+	+		
мяса, птицы, рыбы	-	-	-	+	-	-	-	-
муки	+	+	+	-	-	+	+	-
мягкое мороженое	+	+	+	-	-	-	-	-
Блюда:								
холодные (закуски)	+	+	-	-	-	-	-	-
супы	+	+	-	-	-	-	-	-
сладкие супы	+	+	+	-	-	-	-	-
из котлетной массы рыбы	+	-	-	-	+	-	-	+
из рубленого мяса	+	-	-	+	-	-		+
из котлетной массы								

мяса	+	-	-	+	+	-	-	+
из картофеля, овощей	+	+						
Блюда из:								
круп и макаронных изделий на молоке	+	+	+		+			
без молока	+	+	+	-	-	-	-	-
яиц	+	+	+	-	-	+	-	-
творога	+	+	+	-	-	+	-	-
мучные	+	+	-	-	-	-	-	-
сладкие	+	+	+	-	-	-	-	-
муссы на манной крупе	+	+	+	-	+	-	-	-

* Массовая доля поваренной соли определяется в полуфабрикатах из фиксированной рыбы, в полуфабрикатах из птицы при ее посоле в солевом растворе, пельменях.

Примечание - При приготовлении кулинарной продукции во фритюре устанавливают качество фритюра.

При использовании в процессе приготовления вредных для здоровья химических веществ устанавливают их нормы: в сульфитированном картофеле определяют остаточное количество сернистого ангидрида.

В кулинарной продукции, выработанной с применением копчения, дополнительно нормируют содержание нитритов. Данные приведены из «Медико-биологических требований и санитарных норм качества продовольственного сырья и пищевых продуктов», утвержденных Минздравом СССР 1 августа 1989 г. N 5061-89.

Условные обозначения:

Знак «+» - нормируемые показатели и «-» - ненормируемые показатели.

Приложение 10.В
(справочное)

Таблица В1
МИКРОБИОЛОГИЧЕСКИЕ ПОКАЗАТЕЛИ
НЕСТАНДАРТИЗИРОВАННОЙ КУЛИНАРНОЙ ПРОДУКЦИИ

Группа кулинарной продукции	Количество мезофильных аэр. и факультативных анаэробных микроорганизмов КЧЕ в 1 г, не более	Масса продукта, г, в котором не допускается				Примечание
		БГКП (количественно)	Staphylococcus aureus	Proteus	Патогенные микроорганизмы, в т.ч. сальмонеллы	
Кулинарная продукция из натуральных кусков мяса без соусов (жареные, отварные говядина, свинина, баранина, птица, изделия из субпродуктов)	1x10 ⁴	1,0	1,0	0,1	25	
Кулинарная продукция из рубленого мяса с соусом, блинчики с начинкой из мяса и овощей	2x10 ⁴	1,0	1,0	0,1	25	
Салаты и винегреты из вареных овощей в незаправленном виде и без добавления соленых огурцов	10 ³	1,0	1,0	0,1	25	
Салаты из сырых овощей и с добавлением фруктов	10 ⁴	0,1	1,0	-	25	Е. coli в 1,0 г не допускаются
Компоты	5x10 ²	1,0	-	-	50	
Кисели	5x10 ²	1,0	-	-	50	
Напитки, изготавливаемые на предприятиях общественного питания	5x10 ²	1,0	-	-	50	Е. coli не допускаются в 10 г

Примечание. Данные приведены из «Медико-биологических требований и санитарных норм качества продовольственного сырья и пищевых продуктов», утвержденных Минздравом СССР 1 августа 1989 г. N 5061-89

На заметку

На заметку

На заметку

Н.Г. Лукьянова, А.П. Степурко

Справочник судового повара

Справочник судового повара / Авт.-сост. Н.Г. Лукьянова. - Одесса: «Издательский центр «Студия Негоциант», 2008. - 328 с.

В книге освещены вопросы организации рационального питания экипажей судов. Даны рекомендации по составлению меню, расчету сырья для меню и рецептуры по приготовлению блюд.

Справочник разработан в соответствии с Международной конвенцией «Конвенция о питании и столовом обслуживании (экипажей на борту судов)», 1946 г. с поправками.

Справочник предназначен для судовых поваров, работников системы ресторанного сервиса, а также учащихся кулинарных училищ, колледжей, техникумов.

ISBN 978-966-691-245-2

Автор-составитель: Н.Г. Лукьянова, А. П. Степурко
Ответственный за выпуск: Л.И. Штекель
Технический редактор В.Е. Климова

Сдано в набор 20.11.2007. Подписано в печать 20.10.2008.
Формат А-5. Печать офсетная. Бумага офсетная.
Издательский центр «Студия «Негоциант».
Украина, 65014, г.Одесса, ул. Дерибасовская, 1, а/я 90.
Тел./факс: 7860677, 7860422.

Напечатано с оригинал-макета в типографии
г. Белгород-Днестровского

В книге освещены вопросы организации рационального питания экипажей судов. Даны рекомендации по составлению меню, расчету сырья для меню и рецептуры приготовления блюд.

Справочник разработан в соответствии с Международной конвенцией «Конвенция о питании и столовом обслуживании (экипажей на борту судов)», 1946 г. с поправками. Справочник предназначен для судовых поваров, работников системы ресторанного сервиса, а также учащихся кулинарных училищ, колледжей, техникумов.