СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ

СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ПРЕДПРИЯТИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

КОМИТЕТ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО ТОРГОВЛЕ

СБОРНИК ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ

СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ПРЕДПРИЯТИЙ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

Издательство "Хлебпродинформ"

Москва
1996

Составители: Ананина В.А., Ахиба С.Л., Лапшина В.Т., Мальгина Р.М., Соколов В.Л., Рубан А.П., Ясюченя З.И.

Под редакцией Ф.Л. МАРЧУКА

Сборник технологических нормативов — Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания является переработанным изданием Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий издания 1981-1983 гг и Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий национальных кухонь народов России для предприятий общественного питания издания 1982 года.

С учетом требований ГОСТа Р 50763-95 «Общественное питание Кулинарная продукция, реализуемая населению Общие технические условия», Основных правил производства и реализации продукции (услуг) общественного питания и введением новых критериев в оценке качества продукции и ее безопасности, расширения прав субъектов рынка в сфере общественного питания в Сборник внесены изменения и дополнения

Сборник относится к технологической документации и содержит единые требования к технологическим процессам, готовой продукции массового изготовления, определяющие их безопасность, а также нормы расчетов выхода полуфабрикатов, готовых изделий для предприятий общественного питания.

Сборник технологических нормативов предназначен для предприятий общественного питания всех организационно-правовых форм хозяйствования

ISBN 5-88676-044-X

© Комитет Российской Федерации по торговле, 1996 г
© Художественное оформление С К Пекарской, 1996 г
© «Хлебпродинформ», 1996 г

ВВЕДЕНИЕ

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий составлен из рецептур блюд, применяемых на предприятиях общественного питания из традиционного сырья с включением блюд массового приготовления национальных кухонь народов России

Сборник является технологическим документом для специалистов и предпринимателей всех типов предприятий сферы общественного питания

Особенностью переработанного издания является расширение прав производителей продукции по свободному применению наборов всех компонентов, входящих в рецептуры блюд и кулинарных изделий, не допускающего ухудшения вкусовых достоинств продукции, комплексность в подборе рецептур блюд и кулинарных изделий, сокращения регламентирующих показателей по качеству продукции.

В соответствии с законами Российской Федерации "О защите прав потребителей", "О стандартизации", "О сертификации продукции и услуг", требованиями ГОСТ Р 50763-95 "Общественное питание Кулинарная продукция, реализуемая населению Общие технические условия" в сфере общественного питания устанавливается обязательное соблюдение технологических режимов при приготовлении продукции и обеспечение ее безопасности для здоровья потребителей

Показателями качества безопасности в рецептурах Сборника являются правила технологии приготовления блюд и изделий, последовательность технологических процессов, температурный режим, взаимозаменяемость продуктов, кулинарное назначение мясных полуфабрикатов

Критерии безопасности кулинарной продукции определяются также нормируемыми микробиологическими показателями в соответствии с "Медико-биологическими требованиями и санитарными нормами качества продовольственного сырья и продуктов", утвержденными 01.09 89 № 5061-89 (раздел "Кулинарные изделия")

Вместе с тем, требования Сборника по органолептическим показателям — нарезка продуктов (кроме мясных, рыбных полуфабрикатов), входящих в состав блюд, компоненты для оформления блюд и изделий отнесены к рекомендательным, другие показатели органолептики сохраняются для характеристики качества продукции.

Рекомендательный подход допускается в применении указанных в Сборнике норм отпуска порций блюд (изделий), в том числе соусов и гарниров

При разработке новых блюд и кулинарных изделий с применением нормируемых пищевых добавок (красители, консерванты, стабилизаторы) рецептуры и технология приготовления продукции согласовываются с органами Санэпиднадзора на безопасность

Нормы вложения продуктов массой брутто в рецептурах рассчитаны на стандартное сырье следующих кондиций.

говядина, баранина, козлятина (без ножек) — I категории, свинина — мясная, субпродукты — мороженые; сельскохозяйственная птица (куры, цыплята, бройлеры-цыплята, гуси, утки, индейки) — полупотрошеная II категории, кролик — потрошеный II категории,

рыба — мороженая, крупная или всех размеров, неразделанная, для картофеля приняты нормы отходов, рассчитанные на сезон по 31 октября (с нормами отходов — 25%), для моркови и свеклы — до 1 января (с нормами отходов — 20%) На остальные периоды года нормы отходов картофеля и овощей даны в Приложении № 24

В рецептурах предусмотрено использование томатного пюре с содержанием сухих веществ 12%, яиц куриных средней массой 40 г без скорлупы

Обязательным условием для качественного приготовления полуфабрикатов, блюд и кулинарных изделий на предприятиях общественного питания является использование сырья, отвечающего требованиям государственных и отраслевых стандартов, технических условий, медико-биологических и санитарных норм качества продовольственного сырья и пищевых продуктов и другой действующей нормативно-технической документации.

При использовании стандартного сырья, отличающегося от предусмотренного в рецептурах, норма вложения сырья должна определяться в соответствии с таблицами, приведенными в приложении.

В случае поступления новых видов пищевых продуктов, в том числе и импортных товаров, нормы отходов и потерь при технологической обработке этого сырья определяются предприятиями самостоятельно путем контрольных проработок.

Рецептуры традиционных блюд и изделий оставлены как и ранее в трех вариантах по набору сырья и выходу готовой продукции, а рецептуры национальных блюд представлены одним оптимальным вариантом

Предприятию предоставлено право выбора варианта рецептур

При необходимости в рецептурах блюд и изделий может быть проведена замена тех или иных компонентов блюда, которые приведены в таблице "Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд" или в описании технологии приготовления блюд

На новые фирменные изделия разрабатываются стандарты предприятий или технико-технологические карты, которые утверждаются руководителем предприятия

В рецептурах блюд и изделий указаны нормы вложения продуктов массой брутто, нормы вложения продуктов массой нетто, выход отдельных готовых компонентов и блюда в целом

Нормы выхода полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении, охлаждении, порционировании.

В рецептурах супов, соусов, сладких блюд (компоты, кисели и др), напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выкипание.

Рецептуры салатов, винегретов, супов, гарниров, соусов, сладких блюд, большинства напитков, не требующих индивидуального приготовления и оформления, приведены в Сборнике в расчете на 1 кг или 1 л, что позволяет определить выход порции блюда с учетом спроса потребителей и конкретных условий работы предприятий.

В Сборник включены нормативные материалы, позволяющие определить расход сырья, выход полуфабрикатов и готовых блюд, размеры потерь при тепловой обработке блюд и кулинарных изделий, приведены также таблицы продолжительности тепловой обработки некоторых продуктов

При приготовлении, хранении, отпуске и оценке качества полуфабрикатов и готовых блюд следует строго соблюдать "Санитарные правила для предприятий общественного питания "СанПиН 42-123-5777-91, утвержденные Минздравом СССР и Минторгом СССР 19 марта 1991 г., и "Условия, сроки хранения особо скоропортящихся продуктов" I 42-123-41 17-86, утвержденные Минздравом СССР 20 июня 1986г.

В Сборнике приводятся рекомендации по отпуску и оформлению блюд, которые могут быть изменены с учетом сложившихся условий работы предприятия

На изделия, отмеченные в Сборнике звездочкой, даны промышленные рецептуры, и какое-либо изменение их недопустимо

Помимо изложенных основных указаний, приведенных во введении, следует учитывать и дополнительные, помещенные в каждом разделе Сборника

ХАРАКТЕРИСТИКИ ТРЕБОВАНИЙ К БЛЮДАМ И ИЗДЕЛИЯМ

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

К холодным блюдам относятся бутерброды, салаты, винегреты, разнообразные изделия из рыбы, мяса, птицы, субпродуктов, грибов и др, которые употребляются в холодном виде

Обработку используемых продуктов для блюд и закусок необходимо производить в строгом соответствии с установленными санитарными правилами

Для салатов и винегретов картофель, свеклу, морковь промывают, варят в кожице, затем очищают Для других холодных блюд морковь, свеклу и другие корнеплоды очищают, нарезают и припускают в небольшом количестве воды до готовности. Свеклу припускают с добавлением уксуса.

Морковь, репу, редьку, сельдерей (корень) и другие корнеплоды, используемые для приготовления блюд в сыром виде, моют, очищают от кожицы и промывают Перец сладкий промывают, прорезают мякоть вокруг стебля и удаляют его вместе с семенами; для салатов перец ошпаривают. Лук зеленый, салат, укроп, зелень петрушки, кинзы, сельдерея перебирают, удаляют посторонние примеси, загнившие листья и промывают в большом количестве воды. Репчатый лук очищают, срезая у луковицы донце и шейку, удаляя сухие листья У чеснока обрезают верхушку и донце, очищают его от кожицы, затем делят головку на дольки (зубки), с которых снимают оболочку

Белокочанную и краснокочанную капусту после удаления верхних загрязненных и загнивших листьев разрезают на две или четыре части 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 капусту в кипящей подсоленной воде

Свежие и соленые огурцы промывают Огурцы с огрубевшей кожицей очищают Помидоры свежие промывают, вырезают место прикрепления плодоножки У редиса отрезают остатки ботвы и корня, белый редис очищают от кожицы

Очистка от кожицы картофеля, моркови, свеклы, удаление в капусте верхних листьев и кочерыжки особенно важно, так как снижает содержание нитратов в них в среднем на 10%

Наибольшее количество нитратов извлекается при варке очищенных измельченных овощей при закладке их в холодную воду

При изготовлении холодных блюд и закусок необходимо соблюдать следующие основные требования

продукты, используемые для приготовления, должны быть предварительно охлаждены до температуры от +8 до +10° С;

овощные наборы для салатов, винегретов, закусок, гарниров из вареных овощей можно приготавливать не более чем за 1—2 ч до отпуска и хранить в охлажденном месте,

салаты из свежих овощей, не требующие дополнительной кулинарной обработки (помидоры, огурцы и т д), готовятся порциями непосредственно перед отпуском,

перемешивать продукты следует осторожно, чтобы сохранить форму нарезки продуктов,

заправлять салаты, закуски, гарниры к холодным блюдам следует непосредственно перед отпуском

При массовой реализации салаты, винегреты, другие холодные блюда должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемые прилавки-витрины по мере реализации

Запрещается оставлять на следующий день салаты и винегреты, паштеты, заливные блюда и другие скоропортящиеся холодные блюда

Большинство рецептур на салаты рассчитано на выход 1000 г, что дает возможность определять наиболее приемлемую норму отпуска блюд с учетом спроса обслуживаемого контингента на эту продукцию. Наиболее рациональная норма отпуска салатов 100—150 г

Выход блюд и закусок, рецептуры которых приведены на одну порцию, могут быть уменьшены

К холодным блюдам можно дополнительно подавать гарниры из овощей, ягод, фруктов в количестве 30—50 г, а также зеленый лук, зелень петрушки, сельдерея, укроп по 2—5 г нетто на порцию

Для оформления блюда отбирают продукты, входящие в его состав, фигурно нарезают их Продукты, предназначенные для оформления, не рекомендуется заливать сметаной, майонезом, соусом

Салаты и винегреты при отпуске укладывают горкой в порционную посуду (салатники, вазочки)

Для подачи холодных блюд из овощей, рыбы, мяса можно использовать фарфоровые вазы и блюда, селедочницы, лотки

Салаты, закуски можно подавать в корзиночках, валованах, приготовляемых из сдобного, слоеного, песочного и других видов теста

БУТЕРБРОДЫ

В эту группу изделий включены открытые и закрытые бутерброды

Гастрономические и другие продукты для бутербродов подготавливают следующим образом с колбас удаляют шпагат и концы оболочек Без оболочки колбаса портится быстрее, и поэтому оболочку удаляют только с предназначенной для нарезания части батона[1] Колбасы, у которых оболочка снимается с трудом, опускают на 1—2 мин в горячую воду, разрезают оболочку вдоль и удаляют ее У окорока удаляют шкуру и кости, мякоть разделывают на куски по соединительным прослойкам Корейку и грудинку зачищают от шкуры и костей Отварные и жареные мясопродукты охлаждают Сыр разрезают на крупные куски прямоугольной или треугольной формы, очищают от корки

Очищенную колбасу нарезают толстые батоны — поперек по одному или половине куска, а тонкие батоны — наискось по 2—3 куска на бутерброд Подготовленные куски окорока, корейки, грудинки, а также отварные и жареные мясопродуты нарезают поперек волокон широкими тонкими кусками толщиной 3—4 мм, равномерно распределяя жировую прослойку Сыр нарезают ломтиками толщиной 2—3 мм

Соленую рыбу (семгу, кету и др) пластуют вдоль позвоночника С части, предназначенной для нарезки, удаляют позвоночник и реберные кости Нарезают рыбу без кожи, начиная с хвоста, по 1—2 кусочка на бутерброд

Балыки перед нарезкой зачищают от кожи, костей или хрящей

Звенья вареной осетровой рыбы зачищают от хрящей, охлаждают и нарезают кусками без кожи толщиной 3—4 мм

Сельдь разделывают на филе (мякоть) Для этого у предварительно обезглавленной тушки отрезают край брюшка и удаляют внутренности, затем снимают кожу, предварительно надрезав ее вдоль спинки, и отделяют мякоть от позвоночника и реберных костей Если сельдь очень соленая, то ее предварительно вымачивают в холодной воде (10—12 ч)

Кильку, хамсу и другую мелкую рыбу пряного посола очищают от специй, удаляют голову, внутренности, хвостовой плавник и позвоночник

---

[1] Это относится и к другим гастрономическим продуктам (окороку, сыру, соленой рыбе и др), имеющим на поверхности шкуру, кожу и т д

Масло сливочное зачищают и нарезают на кусочки различной геометрической формы с гофрированной или гладкой поверхностью

Для открытых бутербродов используют хлеб из пшеничной или ржаной муки, а также из смеси той и другой

На ржаном хлебе рекомендуется готовить бутерброды с жирными продуктами (шпик, корейка и др), а также с продуктами резко выраженного вкуса и запаха (сельдь, килька и др)

Указанную в рецептурах норму хлеба 30 г можно уменьшить до 20 г или увеличить до 40 г на порцию, соответственно изменив выход бутербродов.

Хлеб нарезают ломтиками толщиной 1—1,5 см На него укладывают тонкие кусочки основного продукта (мяса, колбасы, сыра и др), стараясь покрыть ими всю поверхность ломтика хлеба

Зернистую икру кладут на хлеб горкой, паюсную нарезают кусочками квадратной, прямоугольной и другой формы

Открытые бутерброды с джемом, повидлом, сыром, паштетом, рыбными консервами, икрой осетровых и лососевых рыб готовят со сливочным маслом

Отпускать их можно и без масла В этом случае выход бутербродов соответственно уменьшается

Со сливочным маслом можно отпускать бутерброды с вареной колбасой и солеными рыбными продуктами, увеличивая соответственно выход бутербродов

При изготовлении бутербродов с сыром и другими продуктами масло намазывают на хлеб ровным слоем, бутерброд с икрой, кильками, сельдью, джемом, повидлом можно оформить маслом, расположив его сбоку от основного продукта

Бутерброды с жареными и другими мясными продуктами можно приготовить с салатом из сырых овощей, который укладывают на середину кусочка мяса Норма салата 10—20 г

Открытые бутерброды можно украшать салатом, шпинатом, веточками петрушки, укропа, ломтиками помидора, свежего или соленого огурца, редиса, кусочками свежего или маринованного сладкого перца и др При этом соответственно увеличивают выход

Закрытые бутерброды отличаются от открытых тем, что их приготавливают с двумя ломтиками хлеба, на один из которых кладут какой-либо продукт и накрывают его другим

Для закрытых бутербродов используют преимущественно мелкоштучный пшеничный хлеб (городские, школьные и другие булочки) Допускается использование батонов, а также формового пшеничного и ржаного хлеба

Указанную в рецептурах норму хлеба 50 г можо увеличить до 100 г на порцию, соответственно увеличив выход бутерброда

Мелкоштучный хлеб разрезают вдоль на две половины так, чтобы они не распались

Формовой хлеб и батоны нарезают по два ломтика на бутерброд. Каждую половину булочки или ломтика хлеба намазывают маслом, если оно предусмотрено рецептурой, и вкладывают подготовленный продукт

Продукты, предназначенные для бутербродов, нарезают не ранее чем за 30—40 мин до отпуска и хранят на холоде

	БРУТТО	НЕТТО
1. Бутерброд с морковью и сыром		
Морковь	31	25
Чеснок	1,3	1
Сыр плавленый	10,5	10
Масло сливочное или маргарин	5	5
Хлеб	20	20
Петрушка (зелень)	1,4	1
Выход	—	60

Сырую очищенную морковь, чеснок, сыр натирают, добавляют соль, перец черный молотый и перемешивают На смазанный маслом или маргарином ломтик хлеба укладывают приготовленную массу, оформляют зеленью

2. Бутерброд «Пикантный»

	БРУТТО	НЕТТО
Хлеб	25	25
Маргарин (для обжарки хлеба)	4	4
Масса обжаренного хлеба	—	20
Чеснок	0,3	0,2
Сыр	11	10[1]
Сметана или майонез	10	10
Выход	—	40

[1] Масса тертого сыра.

Ломтик хлеба обжаривают на маргарике и натирают чесноком. Сыр натирают и смешивают со сметаной или майонезом. Массу наносят на подготовленный ломтик хлеба и запекают в течение 1—2 мин.

3. Бутерброд с творогом и изюмом

	БРУТТО	НЕТТО
Творог	20,3	20
Изюм	4,1	4
Масло сливочное или маргарин	5	5
Яйца	1/5 шт.	8
Булочка кунцевская	1/2 шт.	25
Выход	—	60

Творог протирают, смешивают с подготовленным изюмом Творожную массу из кондитерского мешка отсаживают на булочку, смазанную маслом или маргарином, сверху посыпают мелко рубленными вареными яйцами.

4. Ассорти рыбное на хлебе

	БРУТТО	НЕТТО
Икра кетовая, зернистая или паюсная	10,2	10
Осетр	23	14
или севрюга	22	14
Масса отварной рыбы	—	10
или семга соленая	14	10
или лосось каспийский, балтийский, озерный соленый, или кета соленая	15	10
Лук зеленый	6	5
Масло сливочное	5	5
Хлеб	30	30
Выход	—	60

Подготовленную рыбу нарезают тонкими кусочками. Хлеб намазывают маслом, укладывают на него рыбу, икру и украшают шинкованным зеленым луком

5. Ассорти мясное на хлебе

	БРУТТО	НЕТТО
Окорок копчено-вареный [1] и вареный [1]	13	10
Свинина	18	15
или говядина	20	15
Жир животный топленый пищевой	0,4	0,4
Масса жареных мясных продуктов	—	10
или язык говяжий	17	17
Масса отварного языка	—	10
или колбаса сырокопченая	10	10
или колбаса полукопченая	10	10
Масло сливочное	5	5
Хлеб	30	30
Выход	—	55

[1] Норма закладки дана на окорок со шкурой и костями

На ломтик хлеба укладывают окорок, жареные мясные продукты, или язык, или колбасу, нарезанные тонкими кусочками, оформляют сливочным маслом.

БАНКЕТНЫЕ ЗАКУСКИ

В этот раздел включены канапе, корзиночки, волованы

Канапе — это маленькие фигурные бутерброды, которые красиво оформляют и подают в качестве закуски Для их приготовления, кроме хлеба или небольших фигурных крутонов, выпеченных из слоеного и других видов теста, используют несколько видов разнообразных рыбных, мясных и других продуктов

Из рыбных продуктов для приготовления канапе можно использовать зернистую, паюсную и кетовую икру, балычные изделия, рыбу соленую, горячего и холодного копчения, а также разнообразные рыбные консервы

Из мясных продуктов можно использовать ветчину, различные колбасы, вареные и жареные мясные продукты, а также и другие мясные гастрономические и кулинарные изделия

Подбираемые для канапе продукты должны сочетаться по внешнему виду, цвету и вкусу Для оформления применяют сливочное масло, масляные смеси (№ 562, 563), майонез, свежие и маринованные огурцы, красный перец, зелень, вареные яйца, лимон, фрукты и т. д

Соленые рыбные продукты хорошо сочетаются с яйцом, а ветчина, буженина и некоторые другие мясные продукты — с неострыми сырами (советский, российский, голландский и др) Сыры можно использовать для канапе и в качестве основного продукта

Сливочное масло для канапе размягчают и взбивают.

Канапе обычно приготавливают на пшеничном хлебе и только для некоторых их видов (с килькой, бужениной) используют ржаной. С хлеба срезают корки, нарезают его полосами толщиной 0,5 см, шириной 5—6 см или фигурно (выемкой), подсушивают в жарочном шкафу или тостере и охлаждают.

По краям подготовленного хлеба, покрытого сливочным маслом, по всей длине укладывают полоски основного продукта, между которыми из кондитерского мешка, используя различные насадки, выпускают сливочное масло, масляные смеси или майонез. Полосы оформляют дополнительными продуктами и разрезают их на бутерброды различной формы (прямоугольники, ромбы, треугольники).

Готовые канапе охлаждают, давая маслу затвердеть

Отпускают из расчета 3—5 шт на порцию

Корзиночки (тарталетки) № 705 приготавливают из сдобного или слоеного теста с выходом 12—25 г, а волованы № 704 из слоеного теста с выходом 10—20 г

Корзиночки и волованы наполняют различными продуктами, кулинарными изделиями (волованы с икрой, с салатом, с паштетом из печени и т д)

Для фуршетного стола может быть уменьшен выход наполненных корзиночек до 25 г, а волованов до 20 г

Закусочные бутерброды, корзиночки и волованы укладывают на блюдо, подбирая их так, чтобы они красиво сочетались по форме и цвету Под каждый бутерброд и волован хорошо положить салфетку

Канапе с мясными гастрономическими изделиями и сыром

Наименование продуктов	Канапе							
	с сыром № 6		с сыром и окороком № 7		с буженниной и окороком № 8		с паштетом № 9	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Хлеб пшеничный	45	30	45	30	45	30	45	30
Масло сливочное	15	15	10	10	5	5	10	10
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями)	—	—	20	15	20	15	—	—
Паштет из печени № 103	—	—	—	—	—	—	—	20
Буженина	—	—	—	—	20	20	—	—
Сыр	27	25	16,5	15	—	—	—	—
Огурцы маринованные	—	—	—	—	18	10	—	—
или свежие	—	—	—	—	13	10	—	—
или перец маринованный	20	10	—	—	20	10	20	10
Яйца	—	—	1/4 шт.	10	—	—	1/4 шт.	10
Выход	3—5 шт.	80	3—5 шт.	80	3—5 шт.	80	3—5 шт.	80

6. Канапе с сыром. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла, сверху укладывают ломтики сыра так, чтобы они полностью закрывали хлеб На середину ломтиков сыра при помощи кондитерского мешка наносят рисунок из сливочного масла и оформляют зеленью и перцем

7. Канапе с сыром и окороком. Длинные полоски сыра и окорока укладывают по краям кусочков намазанного маслом хлеба, между ними располагают мелко нарубленные яйца и зелень Оформляют маслом

8. Канапе с буженины и окороком. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла Буженину и окорок укладывают полосками по краям хлеба Середину оформляют огурцом или перцем и измельченной зеленью Эти канапе можно готовить на ржаном хлебе

9. Канапе с паштетом. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла Из корнетика выпускают паштет Оформляют перцем, рублеными яйцами и зеленью

10. Канапе с икрой и севрюгой. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла Ломтики севрюги укладывают так, чтобы они полностью закрывали хлеб На середину помещают горкой икру, оформляют свежим огурцом и зеленым луком

Канапе с икрой и рыбными гастрономическими изделиями

Наименование продуктов	Канапе							
	с икрой и севрюгой № 10		с икрой, семгой и осетром № 11		с паюсной икрой № 12		с килькой и яйцом № 13	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Хлеб пшеничный	45	30	45	30	45	30	—	—
Хлеб ржаной	—	—	—	—	—	—	45	30
Масло сливочное	10	10	10	10	10	10	10	10
Икра кетовая	10,2	10	—	—	—	—	—	—
Севрюга горячего копчения	21	15	—	—	—	—	—	—
Икра паюсная	—	—	10,2	10	10,2	10	—	—
Семга соленая	—	—	21	15	—	—	—	—
Осетр	—	—	35	21	—	—	—	—
Масса отварного осетра	—	—	—	15	—	—	—	—
Яйца	—	—	—	—	2/5 шт.	15	1/4 шт.	10
Кильки	—	—	—	—	—	—	44	20
Огурцы свежие	19	15	—	—	19	15	13	10
Выход	3—5 шт.	80	3—5 шт.	80	3—5 шт.	80	3—5 шт.	80

11 Канапе с икрой, семгой и осетром. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла, сверху укладывают икру, семгу и осетр Оформляют маслом и зеленым луком Полоски хлеба нарезают на прямоугольники, треугольники, ромбы и т д

12. Канапе с паюсной икрой. Полосы подготовленного хлеба покрывают тонким слоем сливочного масла Сверху укладывают икру, кружочки очищенного огурца и рубленые яйца Шинкованный зеленый лук располагают по краям Полоски хлеба нарезают на кусочки различной геометрической формы.

13. Канапе с килькой и яйцом. На гренок круглой формы из ржаного хлеба укладывают кружочек яйца, на него кружочек свежего очищенного огурца, а сверху — филе кильки в виде кольца Середину оформляют шинкованным луком.

14, 18. Корзиночки или волованы с салатом Выпеченные корзиночки или волованы наполняют готовыми салатами (столичный, с птицей или дичью, мясной, с рыбой горячего копчения или морепродуктами (с крабами), рыбный, яичный), оформляют продуктами, входящими в состав салата, и зеленью

15. Корзиночки с паштетом. Корзиночки наполняют готовым паштетом из печени, поверхность которого оформляют яйцом, майонезом с корнишонами и зеленью

16. Корзиночки с языком или ветчиной. Корзиночки наполняют мелко нарезанным языком или ветчиной, заправленными майонезом с корнишонами, оформляют зеленью

17. Корзиночки с крабами, креветками, кальмарами или морским гребешком. Подготовленные морепродукты укладывают в корзиночки и оформляют зеленью.

19. Волованы с икрой. Икру укладывают в волован, оформляют сливочным маслом в виде цветочка, свежим очищенным огурцом, яйцом и зеленым луком.

20. Волованы с курицей. Мякоть отварных кур без кожи нарезают соломкой, заправляют майонезом, укладывают в волован и посыпают зеленью.

Корзиночки и волованы с различными продуктами и кулинарными изделиями

Наименование продуктов и изделий	Корзиночки с салатом № 14		Корзиночки с паштетом № 15		Корзиночки с языком или ветчиной № 16		Корзиночки с крабами, креветками, кальмарами или морским гребешком № 17		Волованы с салатом № 18	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Корзиночки № 709	2—4 шт.	50	2—4 шт.	50	2—4 шт.	50	2—4 шт.	50	—	—
или волованы № 708	—	—	—	—	—	—	—	—	2—4 шт.	40
Салат №№ 47, 51, 54, 55, 63	—	50	—	—	—	—	—	—	—	40
Паштет из печени № 103	—	—	—	35	—	—	—	—	—	—
Язык отварной или окорок копчено-вареный (со шкуркой и костями) [1]	—	—	—	—	—	40	—	—	—	—
Морепродукты под майонезом № 346	—	—	—	—	—	—	—	50	—	—
Яйца	—	—	1/4 шт.	10	—	—	—	—	—	—
Соус № 567	—	—	—	5	—	10	—	—	—	—
Выход	2—4 шт.	100	2—4 шт.	100	2—4 шт.	100	2—4 шт.	100	2—4 шт.	80

[1] *Расход сырья массой брутто* см. табл. 11 и 25.

Волованы с различными гастрономическими товарами

Наименование продуктов	Волованы							
	с икрой № 19		с курицей № 20		с окороком № 21		с семгой или кетой № 22	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Волованы № 708	2—4 шт.	40	2—4 шт.	40	2—4 шт.	40	2—4 шт.	40
Икра зернистая, или паюсная, или кетовая	15,3	15	—	—	—	—	—	—
Курица отварная (мякоть) [1]	—	—	—	30	—	—	—	—
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями)	—	—	—	—	33	25	—	—

[1] Расход сырья см. табл 17.

Окончание табл.

Наименование продуктов	Волованы							
	с икрой № 19		*с курицей* № 20		*с окороком* № 21		*с семгой или кетой* № 22	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Кета соленая	—	—	—	—	—	—	31	20
или семга соленая	—	—	—	—	—	—	28	20
Масло сливочное	5	5	—	—	—	—	10	10
Огурцы свежие	13	10	—	—	—	—	13	10
Яйца	1/4 шт.	10	—	—	—	—	—	—
Майонез	—	—	10	10	—	—	—	—
Майонез с хреном № 568	—	—	—	—	—	15	—	—
Выход	2—4 шт.	80	2—4 шт.	80	2—4 шт.	80	2—4 шт.	80

21. Волованы с окороком. Готовят, как волованы с курицей, но вместо майонеза используют майонез с хреном.

22. Волованы с семгой или кетой. Мякоть семги или кеты нарезают брусочками, укладывают кольцами в волованы, в середину кладут кусочки свежего очищенного огурца, масло и оформляют зеленым луком.

САЛАТЫ И ВИНЕГРЕТЫ

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
23. Салат «Весна»						
Салат	292	210	292	210	292	210
Редис красный обрезной	215	200	215	200	215	200
Огурцы свежие	188	150	250	200	250	200
Лук зеленый	188	150	125	100	175	140
Яйца	$2^1/_2$ шт.	100	$2^1/_2$ шт.	100	$1^1/_2$ шт.	60
Сметана	200	200	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	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.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
24. Салат из сырых овощей						
Морковь	169	135	175	140	200	160
Репа	167	125	—	—	—	—
Сельдерей молодой (корень)	61	50	85	70	—	—
или петрушка (корень)	67	50	93	70	—	—
Помидоры свежие	206	175	271	230	294	250
Огурцы свежие	219	175	288	230	313	250
Капуста белокочанная свежая	125	100	175	140	188	150
Сметана или майонез	250	250	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	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

25. Салат «Летний»						
Картофель молодой	160	128/120[1]	186	149/140[1]	266	213/200[1]
Огурцы свежие	213	170	263	210	263	210
Помидоры свежие	188	160	235	200	235	200
Лук зеленый	150	120	169	135	125	100
Фасоль стручковая консервированная	133	80	108	65	—	—
или горошек зеленый консервированный	123	80	100	65	—	—
Яйца	3 шт.	120	1 1/2 шт.	60	2 1/2 шт.	100
Сметана	240	240	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

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 в количестве 5 г на порцию, соответственно уменьшив закладку сметаны При отпуске салат оформляют дольками яиц и посыпают зеленым луком.

26. Салат витаминный						
1-й вариант						
Яблоки свежие	199	175	227	200	227	200
Помидоры	206	175	271	230	294	250
Огурцы свежие	125	100	169	135	250	200

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	94	75	125	100	188	150
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	95	40
Сахар	15	15	13	13	10	10
Сметана	250	250	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	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

27. Салат витаминный

2-й вариант

Капуста белокочанная	250	200	250	200	313	250
Морковь	200	160	200	160	125	100
Лук зеленый	63	50	56	45	125	100
Перец сладкий	—	—	—	—	200	150
Горошек зеленый консервированный	—	—	—	—	308	200
Яблоки свежие	273	240	273	240	—	—
Компот из плодов консервированных	160	160	160	160	—	—
Лимон (для сока)	83	35	83	35	100	42
Масло растительное	30	30	—	—	—	—
Сметана	120	120	160	160	150	150
Сахар	30	30	30	30	50	50
Мадера	10	10	—	—	—	—
Выход	—	1000	—	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).

	БРУТТО	НЕТТО
28. Салат из маринованной свеклы с яблоками		
Маринованная свекла № 81	—	610
Яблоки свежие	227	200
Сметана	200	200
Выход	—	1000

К маринованной свекле добавляют яблоки с удаленным семенным гнездом, нарезанные тонкими ломтиками, и перемешивают При отпуске салат поливают сметаной

29. Салат из свеклы с сыром и чесноком

	НЕТТО	БРУТТО
Свекла свежая	906	710[1]
или свекла маринованная № 81	—	710
Сыр	165	150[2]
или брынза	156	150[2]
Чеснок	3,2	2,5
Майонез	150	150
Выход	—	1000

[1] Масса вареной очищенной свеклы.
[2] Масса тертого сыра и брынзы.

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

30. Салат из свеклы с черносливом, орехами, чесноком

Свекла	77	60[1]
Чернослив	12	9[2]
Орехи грецкие	24	11
Майонез	20	20
Чеснок	3	2
Выход	—	100

[1] Масса вареной очищенной свеклы.
[2] Масса чернослива без косточки.

Вареную очищенную свеклу нарезают соломкой. Подготовленный чернослив заливают горячей водой и оставляют в ней до полного набухания, затем удаляют косточку и нарезают. Ядра орехов и чеснок измельчают. Свеклу соединяют с черносливом, орехами, чесноком и заправляют майонезом.
При отпуске можно оформить зеленью.

31. Салат сезонный

Лук-порей зеленый	62,5	50
Редька	143	100
Капуста белокочанная свежая	594	300
Морковь	100	80
Яблоки свежие	315	220
Картофель	151	110
Майонез	150	150
Петрушка (зелень)	27	20
Выход	—	1000

[1] Масса вареного очищенного картофеля

Подготовленный лук, редьку, морковь, вареный очищенный картофель, яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом нарезают соломкой Капусту шинкуют, посыпают солью и перетирают. Подготовленные овощи и яблоки соединяют, перемешивают и заправляют майонезом

Салат укладывают горкой, украшают ломтиками моркови, яблок и зеленью петрушки

32. Салат из тыквы по-чувашски

	БРУТТО	НЕТТО
Тыква свежая	407	285
Мед	165	165
Репа	373	280
или брюква	359	280
Яблоки свежие	318	280
Выход	—	1000

Подготовленную тыкву, репу или брюкву, яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают тонкими ломтиками Тыкву смешивают с медом, выдерживают 35—40 мин, соединяют с репой или брюквой, яблоками, тщательно перемешивают, укладывают горкой, украшают ломтиками яблок.

33. Салат из белокочанной капусты с яблоками и сельдереем

Капуста белокочанная свежая	1171	937/590 [1]
Яблоки свежие	214	150
Сельдерей молодой (корень)	159	130
Уксус 3%-ный	70	70
Сахар	25	25
Масло растительное	50	50
Выход	—	1000

[1] В числителе указана масса капусты нетто, в знаменателе — масса стертой с солью капусты.

Подготовленную капусту шинкуют, посыпают солью (15 г на 1 кг) и перетирают до выделения сока и мягкой консистенции Яблоки без кожицы (с удаленным семенным гнездом) и очищенный сельдерей нарезают соломкой Капусту, яблоки, сельдерей соединяют, добавляют уксус, сахар, масло растительное, перемешивают и оставляют на 30 мин. После этого салат укладывают горкой и отпускают.

34. Салат из моркови с орехами и медом

Морковь	900	720
Орехи фундук	234	117/110 [1]
Мед	100	100
Клюква	125	85 [2]
Выход	—	1000

[1] В числителе указана масса орехов нетто, в знаменателе — масса жареных орехов

[2] Масса сока

Очищенную морковь нарезают соломкой Орехи очищают от скорлупы, измельчают и обжаривают Подготовленные морковь, орехи соединяют с медом и клюквенным соком, перемешивают

При отпуске салат можно оформить целыми ягодами клюквы, посыпать рублеными орехами

35. Салат овощной с яблоками и сладким перцем

	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	29	20
Помидоры	29	25
Огурцы соленые	31	25
Лук репчатый	18	15
Перец сладкий	27	20
Чеснок	3	2
Майонез	20	20
Петрушка (зелень)	3	2
Выход	—	125

Очищенные от кожицы яблоки и огурцы нарезают ломтиками, сладкий перец — соломкой, лук репчатый — полукольцами, помидоры — ломтиками, чеснок измельчают Подготовленные компоненты соединяют, заправляют майонезом

При отпуске салат оформляют зеленью

36. Салат из репы

Репа	1000	750/690 [1]
Петрушка (зелень)	34	25
Укроп	34	25
Лук зеленый	50	40
Масса салата	—	780
Заправка		
масло растительное	75	75
горчица столовая	6	6
уксук 3%-ный	100	100
соль	4	4
сахар	50	50
перец черный молотый	0,5	0,5
Масса заправки	—	230
Выход	—	1000

[1] В числителе указана масса репы нетто, в знаменателе — масса припущенной репы

Репу очищают, нарезают ломтиками, припускают в подсоленной воде в течение 10—15 мин и охлаждают

Подготовленные зелень петрушки и укроп мелко нарезают, лук зеленый шинкуют Припущенную репу соединяют с зеленью петрушки, зеленым луком и укропом, заправляют заправкой и перемешивают.

Для заправки готовую горчицу растирают с солью и сахаром, разводят уксусом, добавляют масло растительное, перец черный молотый и тщательно перемешивают

Салат укладывают горкой и отпускают

37. Салат овощной с редькой и яблоками

	Брутто	Нетто
Морковь	256	205
Редька	286	200
Капуста белокочанная свежая	256	205
Яблоки	227	200
Майонез или сметана	200	200
Выход	—	1000

Подготовленные сырые морковь, редьку (предварительно бланшированную), яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают соломкой, капусту шинкуют, перетирают с солью Овощи соединяют, заправляют майонезом или сметаной

При отпуске оформляют яблоками.

38. Салат из редьки и картофеля по-кабардински

Редька свежая	471	330
Лук репчатый	119	100
Картофель	227	165[1]
Яйца	4 1/2 шт	180
Сметана	225	225
Петрушка (зелень)	27	20
Выход	—	1000

[1] Масса вареного очищенного картофеля

Подготовленную редьку нарезают соломкой, вареный очищенный картофель — тонкими брусочками, подготовленный лук репчатый — полукольцами. Сваренные вкрутую яйца рубят (50% нормы оставляют на оформление салата) Нарезанные овощи и яйца соединяют, добавляют сметану, перемешивают и укладывают горкой.

При отпуске оформляют дольками яиц и веточками зелени петрушки.

39. Салат картофельный с яблоками

	I		II		III	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Картофель	357	260[1]	564	410[1]	495	360[1]
Яблоки свежие	214	150	236	165	286	200
Сельдерей *молодой* (корень)	183	150	122	100	122	100
Салат	278	200	188	135	208	150
Сметана или заправка для салатов № 572	250	250	200	200	200	200
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареного очищенного картофеля

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.

40. Салат из картофеля с редькой и яблоками

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	234	170 [1]
Морковь	214	170 [1]
Редька	100	70
Лук репчатый	119	100
или лук зеленый	125	100
Яблоки свежие	179	125
Майонез или сметана	225	225
Яйца	3¾ шт.	150
Выход	—	1000

[1] Масса вареных очищенных овощей.

Вареные очищенные картофель, морковь нарезают ломтиками. Подготовленную (предварительно бланшированную) редьку, яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, нарезают ломтиками, лук — полукольцами Овощи соединяют, заправляют частью майонеза и перемешивают.

При отпуске поливают оставшимся майонезом, оформляют дольками яйца. Можно посыпать мелко нарезанной зеленью (2—3 г нетто на порцию).

41. Салат картофельный с грибами и брусникой (национальное блюдо республики Коми)

Картофель	495	360 [1]
Лук репчатый	119	100
Грибы соленые (в бочковой таре)	366	300
Брусника свежая	167	150
Масло растительное	100	100
Выход	—	1000

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

Вареный очищенный картофель нарезают ломтиками, лук репчатый — полукольцами

Грибы отделяют от рассола и промывают. Крупные грибы режут на 2—4 части

Нарезанный картофель соединяют с подготовленными луком репчатым, грибами и брусникой. Салат заправляют растительным маслом

При отпуске можно посыпать мелко нарезанным укропом (3 г нетто на порцию).

42. Салат картофельный с грибами и клюквой

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	467	340 [1]
Грибы соленые (в бочковой таре)	244	200
Клюква	137	130
Капуста квашеная	293	205
Сыр	71	65
Масло растительное	65	65
Выход	—	1000

[1] Масса вареного очищенного картофеля.

Вареный очищенный картофель, подготовленные грибы, сыр нарезают ломтиками. Капусту квашеную перебирают, промывают в холодной воде, если она очень кислая, отжимают и мелко нарезают. Клюкву перебирают и промывают. Нарезанные картофель, сыр, грибы соединяют, добавляют клюкву и капусту, заправляют растительным маслом и перемешивают.

При отпуске салат оформляют сыром и грибами.

43. Салат из шампиньонов

Шампиньоны	79	60/30 [1]
Масло сливочное или маргарин	5	5
Яйца	1/2 шт	20
Помидоры	35	30
Яблоки свежие	34	30
Сметана	40	40
Выход	—	150

[1] В числителе указана масса шампиньонов нетто, в знаменателе — масса готовых грибов.

Подготовленные шампиньоны припускают, нарезают ломтиками, прогревают в сливочном масле или маргарине, охлаждают. Яйца, сваренные вкрутую, помидоры и яблоки (без семенного гнезда) нарезают соломкой. Готовые шампиньоны соединяют с нарезанными помидорами, яблоками, яйцами, заправляют сметаной.

При отпуске можно посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки

44. Салат из капусты с грибами

Капуста белокочанная свежая	1477	745 [1]
Грибы сушеные	70	140 [2]
Лук репчатый	95	80
Масло растительное	35	35
Масса пассерованного лука с грибами	—	180
Лимон	83	35 [3]
Сахар	30	30
Специи	27	20
Выход	—	1000

[1] Масса капусты стертой с солью
[2] Масса вареных грибов.
[3] Масса сока.

Подготовленную капусту нарезают соломкой, посыпают солью и перетирают Подготовленные грибы варят до готовности, охлаждают, нарезают соломкой Лук репчатый шинкуют, пассеруют на масле растительном, добавляют вареные грибы и жарят вместе с луком еще 10—15 мин Капусту соединяют с пассерованным луком и грибами, добавляют лимонный сок, сахар, перец черный молотый и перемешивают

Салат укладывают горкой и украшают зеленью.

45. Салат «Петровский» грибной с квашеной капустой и огурцами

	БРУТТО	НЕТТО
Грибы соленые (в бочковой таре)	329	270
Огурцы соленые	338	270
Лук репчатый	202	170
Капуста квашеная	286	200
Масло растительное	100	100
Выход	—	1000

Грибы соленые отделяют от рассола, промывают, нарезают ломтиками Соленые огурцы, очищенные от кожицы, нарезают ломтиками, лук репчатый шинкуют Капусту квашеную перебирают (промывают, если она очень кислая), отжимают и мелко нарезают Все компоненты соединяют, заправляют растительным маслом и перемешивают

При отпуске можно оформить зеленью (2—3 г нетто на порцию)

46. Салат по-деревенски

Картофель	103	75 [1]
Грибы белые свежие	44	25 [2]
Лук репчатый	24	20
Капуста квашеная	29	20
Заправка для салатов № 572	—	20
Выход	—	1000

[1] Масса вареного очищенного картофеля
[2] Масса вареных грибов

Вареный очищенный картофель нарезают ломтиками, подготовленную квашеную капусту измельчают Свежие грибы отваривают, нарезают ломтиками Нарезанные картофель, грибы и капусту соединяют, заправляют заправкой.

При отпуске можно оформить зеленью

47. Салат рыбный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Окунь морской [1]	74	49	56	37	45	30
или сом (кроме океанического)	109	49	82	37	67	30
или ледяная рыба	111	50	84	38	69	31
или мерланг [1]	68	49	51	37	42	30

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса припущенной рыбы	—	40	—	30	—	25
Картофель	27	20[1]	41	30[1]	55	40[2]
Огурцы свежие или соленые	31	25	31	25	38	30
Помидоры свежие	29	25	29	25	18	15
Салат	14	10	14	10	14	10
или горошек зеленый консервированный	15	10	15	10	15	10
Майонез	30	30	30	30	30	30
Соус Южный	5	5	5	5	4	4
Выход	—	150	—	150	—	150

[1] Масса вареного очищенного картофеля

Рыбу разделывают на филе без кожи и костей и припускают Припущенную рыбу охлаждают и нарезают тонкими ломтиками Огурцы и картофель, нарезанные тонкими ломтиками, смешивают с частью нарезанного зеленого салата или с зеленым горошком, добавляют рыбу, заправляют частью майонеза с соусом Южный Салат укладывают горкой, оформляют ломтиками рыбы, помидоров, салатом, поливают оставшимся майонезом.

Соус Южный можно заменить майонезом.

48. Салат «Ак-идель» (салат рыбный с рисом — башкирское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Окунь морской[1]	92	61
или ледяная рыба	140	63
или хек тихоокеанский	139	61
или мерланг[1]	85	61
Масса припущенной рыбы	—	50
Крупа рисовая	9	25[2]
Уксус 3%-ный	5	5
Соль	0,6	0,6
Огурцы соленые	13	10
Майонез	40	40
Выход	—	125

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные

[2] Масса рассыпчатого риса

Рыбу, разделанную на филе без кожи и костей, припускают и охлаждают. Варят рассыпчатый рис с добавлением соли и уксуса Подготовленные очищенные от кожицы огурцы и рыбу нарезают ломтиками. Все компоненты соединяют, заправляют майонезом и перемешивают Салат укладывают горкой, оформляют ломтиками рыбы, соленого огурца Можно посыпать мелко нарезанной зеленью

49. Салат из белокочанной капусты с сельдью и шпиком

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная свежая	563	450
Шпик	167	160/145 [1]
Сельдь	625	300 [2]
Заправка		
уксус 3%-ный	70	70
сахар	10	10
соль	5	5
Масса заправки	—	85
Петрушка (зелень)	41	30
Выход	—	1000

[1] Масса жареного шпика

[2] Норма закладки дана на сельдь соленую (пряную) неразделанную среднего размера.

Подготовленную капусту шинкуют, бланшируют, откидывают на дуршлаг и дают воде полностью стечь Свиной шпик нарезают соломкой, сельдь разделывают на филе (мякоть) и нарезают мелкими кусочками.

Из смеси уксуса, сахара и соли готовят заправку.

Капусту соединяют со шпиком, сельдью, добавляют перец черный молотый, заливают заправкой и перемешивают

Салат укладывают горкой и посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки.

50. Салат «Осенний» из свежих овощей с рыбой

Капуста белокочанная свежая	375	300
Капуста брюссельская свежая (кочанчики)	169	110
Редис белый обрезной	123	80
Морковь	100	80
Яблоки свежие	114	80
Окунь морской горячего копчения [1]	240	180
или треска горячего копчения [1]	277	180
Лимон	119	50
Майонез	100	100
Петрушка (зелень)	41	30
Выход	—	1000

[1] Норма закладки дана на рыбу потрошеную обезглавленную крупную

[2] Масса сока

Подготовленную белокочанную капусту шинкуют, кочанчики брюссельской капусты нарезают на 2—4 части, редис и морковь — соломкой. Промытые яблоки очищают от кожицы, удаляют семенное гнездо и нарезают также соломкой

Рыбу горячего копчения разделывают на филе (мякоть) и нарезают кусочками Овощи, яблоки, рыбу соединяют, добавляют отжатый из лимона сок, майонез, соль и перемешивают.

Салат укладывают горкой, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
51. Салат мясной				
Говядина	65	48	43	32
или баранина	66	47	43	31
или свинина	59	50	39	33
или телятина	71	47	47	31
или язык говяжий	51	51	34	34
Масса отварных мясных продуктов	—	30	—	20
Картофель	55	40 [1]	76	55 [1]
Огурцы свежие или соленые	38	30	38	30
Яйца	3/8 шт.	15	1/4 шт.	10
Крабы [2]	6	5	—	—
Салат	—	—	8	6
Майонез	30	30	30	30
Соус Южный	8	8	5	5
Выход	—	150	—	150

[1] Масса вареного очищенного картофеля.
[2] Консервы.

Вареные мясные продукты, картофель и свежие или соленые огурцы режут тонкими ломтиками, заправляют частью майонеза с добавлением соуса Южного; 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.

	БРУТТО	НЕТТО
52. Салат по-коми-пермяцки (из квашеной капусты с мясом)		
Говядина (грудная, лопаточная, подлопаточная части)	548	403
или свинина (лопаточная часть)	489	417
Масса отварных мясных продуктов	—	250
Капуста квашеная	871	610
Лук репчатый	119	100
Масло растительное	50	50
Выход	—	1000

Мясо варят, затем нарезают кубиками размером 8×8 мм Квашеную капусту перебирают (промывают в холодной воде, если она очень кислая), отжимают и мелко нарезают. Подготовленный репчатый лук мелко нарезают. Мясо, капусту и лук соединяют, заправляют растительным маслом и перемешивают

53. Салат «Острый» из картофеля с ветчиной и чесноком

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	620	465
Масса вареного картофеля	—	450
Ветчина в оболочке или в форме	102	100
или колбаса вареная	103	100
Чеснок	26	20
Масло растительное	70	70
Огурцы соленые [1]	200	180
Помидоры консервированные (целые)	200	100
Горошек зеленый консервированный	92	60
Петрушка (зелень)	41	30
Выход	—	1000

[1] Норма закладки дана на огурцы неочищенные

Предварительно очищенный и нарезанный соломкой картофель припускают в небольшом количестве жидкости или варят на пару Готовый картофель охлаждают

Подготовленную колбасу или ветчину нарезают соломкой Очищенный чеснок мелко нарезают. Вареный картофель соединяют с нарезанной колбасой или ветчиной, добавляют чеснок, перец красный молотый, соль, масло растительное и перемешивают

Салат укладывают горкой и оформляют солеными огурцами, консервированными помидорами, горошком зеленым и зеленью петрушки

54. Салат столичный

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	152	105	115	79
или индейка	129	95	97	71
или фазан	112	74	85	56
или рябчик	112	74	85	56
или куропатка серая	112	74	85	56
или тетерев	116	74	88	56
Масса вареной мякоти птицы и дичи	—	40	—	30
Картофель	27	20 [1]	48	35 [1]
Огурцы соленые или свежие	25	20	38	30
Салат	14	10	14	10
Крабы [2]	6	5	—	—
Яйца	3/8 шт	15	1/4 шт	10
Майонез	45	45	40	40
Выход	—	150	—	150

[1] Масса вареного очищенного картофеля
[2] Консервы

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 № 51 Вместо крабов можно использовать раковые шейки Салат можно отпускать без крабов, соответственно уменьшив выход

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
55. Салат с птицей или дичью				
Курица	115	79	115	79
или индейка	97	71	97	71
или рябчик	85	56	85	56
или куропатка серая	85	56	85	56
или тетерев	88	56	88	56
Масса вареной мякоти птицы и дичи	—	30	—	30
Картофель	27	20[1]	34	25[1]
Огурцы свежие или соленые	13	10	25	20
Капуста цветная свежая	21	11	21	11
Масса вареной цветной капусты	—	10	—	10
Помидоры свежие	18	15	12	10
Сельдерей молодой (корень)	6	5	6	5
Фасоль стручковая консервированная	8	5	—	—
Горошек зеленый консервированный	15	10	31	20
Спаржа	23	17	—	—
Масса вареной спаржи	—	15	—	—
Майонез	5	5	5	5
Заправка для салатов № 572	—	25	—	25
Выход	—	150	—	150

[1] Масса вареного очищенного картофеля

Птицу или дичь готовят, как указано в рец № 439 Мякоть вареной птицы или дичи без кожи, вареный картофель, свежие огурцы и помидоры нарезают ломтиками, сельдерей — соломкой Отварную цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, а спаржу нарезают на кусочки длиной 2—3 см Часть нарезанных овощей и мякоть птицы или дичи заправляют майонезом, оформляют кусочками птицы или дичи и оставшимися овощами, которые перед отпуском поливают заправкой При отсутствии спаржи блюдо можно отпускать и без нее, соответственно увеличив норму закладки остальных продуктов

Салаты-коктейли — это смеси различных готовых к употреблению продуктов в сочетании с соусами, заправками, зеленью, пряностями Салаты-коктейли подразделяют на закусочные и десертные

При приготовлении салатов-коктейлей продукты нарезают или мелкими кубиками, или тонкими ломтиками, или соломкой, укладывают слоями

Набор компонентов в салатах-коктейлях обычно не перемешивают Заправляют соусами и заправками непосредственно перед отпуском Для оформления применяют различную зелень (салат зеленый, зелень петрушки, укроп), ягоды

в целом виде, дольки или кружочки апельсина, лимона, которые надевают на край бокала, фужера.

Подают салаты-коктейли в стеклянной посуде (фужеры, широкие бокалы, неглубокие конические стаканы, креманки и вазочки).

56. Салат-коктейль овощной

	БРУТТО	НЕТТО
Огурцы свежие	25	20
Помидоры свежие	24	20
Горошек зеленый консервированный	31	20
Капуста цветная	33	15[1]
Перец сладкий консервированный	10	5
Заправка для салатов № 572	—	20
Петрушка (зелень)	3	2
Выход	—	100

[1] Масса отварной цветной капусты.

Очищенные от кожицы огурцы нарезают соломкой, подготовленные помидоры — ломтиками, цветную капусту отваривают в подсоленной воде и разбирают на мелкие соцветия.

В фужер кладут нарезанные огурцы, затем слой помидоров, сверху цветную капусту Салат поливают заправкой.

При отпуске оформляют перцем консервированным и зеленью петрушки.

57. Салат-коктейль рыбный

Судак (филе, выпускаемое промышленностью)	53	49/40[1]
Грибы белые свежие	35	20[2]
Огурцы маринованные (в банках)	46	25
Майонез	30	30
Перец сладкий маринованный (в банках)	10	5
Лимон	8	7
Петрушка (зелень)	3	2
Выход	—	125

[1] Масса припущенного судака.
[2] Масса вареных грибов.

Филе судака припускают, охлаждают, нарезают ломтиками, грибы отваривают Грибы и огурцы нарезают соломкой Подготовленные продукты слоями кладут в фужер, поливают майонезом

При отпуске оформляют перцем, лимоном, зеленью петрушки.

58. Салат-коктейль с ветчиной и сыром

Сыр	22	20
Ветчина в форме	20,4	20
Огурцы свежие	25	20
Яйца	1/4 шт	10
Майонез	15	15

	БРУТТО	НЕТТО
Сметана	10	10
Перец сладкий маринованный (в банках)	10	5
Петрушка (зелень)	3	2
Выход	—	100

Подготовленные огурцы, очищенные от кожицы, сыр и ветчину нарезают соломкой и укладывают в фужер (креманку) слоями, поливают смесью майонеза и сметаны.

При отпуске оформляют перцем сладким, яйцом и зеленью петрушки

59. Салат-коктейль с курицей и фруктами

Курица	119	79/30 [1]
Яблоки	29	20
Апельсины	45	30
Лимонный сок	20	20
Орехи (ядро)	10	10
Петрушка (зелень)	3	2
Выход	—	110

[1] Масса вареной мякоти без кожи

Подготовленную курицу заливают горячей водой и варят при слабом кипении, периодически снимая пену Вареную курицу охлаждают, мякоть отделяют, нарезают мелкими кубиками Яблоки очищают от кожицы, удаляют семенное гнездо, нарезают соломкой, апельсины — ломтиками, орехи измельчают. Подготовленные продукты кладут в фужер поочередно слоями, поливают лимонным соком.

При отпуске оформляют зеленью

60. Винегрет овощной

Картофель	289	210 [1]
Свекла	191	150 [1]
Морковь	126	100 [1]
Огурцы соленые [2]	188	150
Капуста квашеная [2]	214	150
Лук зеленый	188	150
или лук репчатый	179	150
Заправка для салатов № 572 или масло растительное	100	100
Выход	—	1000

[1] Масса вареных очищенных овощей

[2] Огурцы соленые можно заменить капустой квашеной, капусту квашеную можно заменить огурцами солеными.

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

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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
61. Винегрет с сельдью						
Винегрет № 60	—	150	—	115	—	75
Сельдь	104	50	73	35	52	25
Выход	—	200	—	150	—	100

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

	БРУТТО	НЕТТО
62. Винегрет из фруктов и овощей		
Яблоки свежие	143	100
Груши свежие	137	100
Морковь свежая	100	80
Огурцы свежие [1]	105	100
Картофель	344	250 [2]
Сельдерей молодой (корень)	49	40
Петрушка (зелень)	54	40
Горошек зеленый консервированный	77	50
Сахар	30	30
Лимон	95	40 [3]
Майонез	120	120
Салат	14	10
Апельсины	75	50
Выход	—	1000

[1] Огурцы с огрубевшей кожицей очищают
[2] Масса вареного очищенного картофеля
[3] Масса сока

Очищенные яблоки и груши (с удаленным семенным гнездом), морковь и вареный картофель, огурцы с кожицей нарезают тонкими ломтиками Подготовленную зелень петрушки и корень сельдерея мелко нарезают

Фрукты, овощи, зелень соединяют и смешивают с горошком зеленым консервированным, добавляют соль, сахар, сок лимона и заправляют майонезом

Салат укладывают горкой и оформляют листьями салата, дольками апельсина

63 Салат яичный		
Яйца	11 шт	440
Огурцы соленые	338	270
Лук репчатый	131	110
Горчица	—	30
Майонез	200	200
Выход	—	1000

Яйца варят вкрутую, огурцы очищают. Яйца, огурцы, репчатый лук мелко режут, добавляют готовую горчицу, майонез и перемешивают.

64. Яйца под майонезом с гарниром

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1 шт	40	1/2 шт	20
Картофель	21	15[1]	21	15[1]
Морковь	13	10[1]	13	10[1]
Огурцы соленые	13	10	19	15
Помидоры свежие	18	15	12	10
Горошек зеленый консервированный	15	10	—	—
Масса гарнира	—	60	—	50
Желе № 574	—	10	—	—
Майонез	40	40	30	30
Соус Южный	4	4	3	3
Выход	—	150	—	100

[1] Масса вареных очищенных овощей.

Подготовленные овощи нарезают тонкими ломтиками, заправляют частью майонеза (15—20 г) и соусом Южный Заправленные овощи раскладывают на порции, сверху помещают половинки вареных яиц и 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

65. Яйца, фаршированные сельдью и луком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт	20	—	—
Сельдь	21	10	10	5	—	—
Лук репчатый	12	10	6	5	—	—
или лук зеленый	13	10	6	5	—	—
Масса фаршированного яйца	—	60	—	30	—	—
Масло сливочное	5	5	—	—	—	—
Горошек зеленый консервированный	46	30	38	25	—	—
Огурцы свежие	31	25	25	20	—	—
Помидоры свежие	29	25	24	20	—	—
Майонез	10	10	10	10	—	—
Выход	—	150	—	100	—	—

Яйцо, сваренное вкрутую, разрезают вдоль, удаляют желток, протирают его и соединяют с мякотью сельди и луком, пропущенным через мясорубку (сельдь предварительно вымачивают) Полученную массу заправляют 1/2 частью майонеза, а затем укладывают в белок вместо желтка, с нижней части белка срезают небольшой кусочек так, чтобы яйцо было устойчивым, и поливают оставшимся майонезом Рядом с яйцом укладывают овощи

Допускается отпускать блюдо без овощей, соответственно уменьшив его выход Можно использовать овощные гарниры № 523—526

	БРУТТО	НЕТТО
66. Сыр слоеный		
Сыр	296	280[1]
Ветчина в форме или в оболочке	286	280
Крем творожный	—	360
Желе мясное № 574	—	80
Выход	—	1000

[2] Масса тертого сыра.

Крем творожный		
Творог	162	162
Масло сливочное	113	113
Желатин	9	9
Вода	70	70
Орехи грецкие	40	18
Чеснок	3	2
Выход	—	360

Ветчину нарезают тонкими ломтиками, укладывают в лоток ровным слоем, сверху кладут слой творожного крема, затем вновь слой ветчины и далее слои повторяются Поверхность слоеного сыра заливают мясными желе и охлаждают

Для крема творожного творог протирают, соединяют с размягченным маслом сливочным, перемешивают. Подготовленный желатин заливают восьмикратным количеством охлажденной кипяченой воды и оставляют для набухания в течение 1—1,5 ч, затем желатин растворяют при слабом нагреве, процеживают и постепенно вводят в творожно-масляную массу, добавляют мелко нарубленные грецкие орехи, чеснок, соль и тщательно вымешивают.

При отпуске сыр нарезают на порции по 75—100 г.

67. Закуска из плавленого сыра с яйцом и майонезом		
Сыр плавленый	73	70
Яйца	1/2 шт.	20
Майонез	20	20
Чеснок	3	2
Петрушка (зелень)	3	2
Выход	—	110

Подготовленные плавленый сыр, чеснок, сваренное вкрутую яйцо пропускают через мясорубку Массу заправляют майонезом и охлаждают.

При отпуске закуску оформляют зеленью петрушки

68. Сыр картофельный		
Картофель	137	100[1]
Творог	101	100

[1] Масса вареного очищенного картофеля

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца (желтки)	1/8 шт	5
Тмин	3	3
Выход	—	205

Вареный очищенный картофель охлаждают, пропускают через мясорубку, соединяют с желтками яиц, творогом, солью, тмином и тщательно перемешивают Готовую массу укладывают на полотняную салфетку и оставляют под прессом на 2 ч

Готовый сыр нарезают порциями по 50—75 г и отпускают Можно подать отдельно сметану (20—30 г на порцию) или сливки (100 г на порцию)

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

69. Баклажаны тушеные с помидорами

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

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
70. Помидоры, фаршированные яйцом и луком				
Помидоры свежие	147	125	118	100
Яйца	3/4 шт	30	1/2 шт	20
Лук зеленый	38	30	25	20
или лук репчатый	36	30	24	20
Майонез или сметана	15	15	10	10
Соус Южный или Восточный	3	3	2	2
Выход	—	200	—	150

Верхнюю часть помидора частично подрезают так, чтобы она образовала крышечку. В нижней части помидора делают углубление для фарша, вынимая часть мякоти Помидоры посыпают солью и перцем и наполняют фаршем, при отпуске поливают майонезом или сметаной с добавлением соуса Южный или Восточный и посыпают зеленью.

Для приготовления фарша охлажденные, сваренные вкрутую яйца рубят, добавляют измельченную мякоть помидора и нашинкованный лук

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
71. Помидоры, фаршированные грибами				
Помидоры свежие	147	125	118	100
Грибы соленые	49	40	30	25
или грибы маринованные	49	40	30	25
Лук зеленый	31	25	25	20
или лук репчатый	30	25	24	20
Заправка для салатов № 572 или майонез	15	15	10	10
Выход	—	200	—	150

Помидоры для фарширования подготавливают так же, как и в рец. № 70.

Для фарша мелко нарезанные грибы соединяют с измельченной мякотью помидоров и нашинкованным луком Фаршем заполняют помидоры При отпуске поливают майонезом или заправкой

	БРУТТО	НЕТТО
72. Помидоры, фаршированные творогом		
Помидоры свежие	729	620
Творог	323	320[1]
Молоко	47	45[2]
Петрушка (зелень) или укроп	34	25
Выход	—	1000

[1] Творог используется только пастеризованный

[2] Масса кипяченого охлажденного молока.

Творог протирают У помидор делают углубление для фарша, вынимая часть мякоти

Протертый творог соединяют с измельченной мякотью помидора, добавляют кипяченое охлажденное молоко, мелко нарезанную зелень петрушки или укропа, соль и тщательно перемешивают

Помидоры, подготовленные для фарширования, наполняют творожным фаршем и оформляют зеленью петрушки или укропа

Фаршированные помидоры можно полить при подаче сметаной (15 г на порцию)

73. Икра баклажанная

	БРУТТО	НЕТТО
Баклажаны свежие	1438	1050[1]
Лук репчатый	161	110
Масло растительное	56	56
Томатное пюре	110	110
Уксус 3%-ный	32	32
Чеснок	6	5
Выход	—	1000

[1] Масса запеченных балкажанов.

Промытые балкажаны 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.

74. Икра кабачковая

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кабачки	—	—	1693	1354/880[1]	1343	1074/698
Капуста свежая	—	—	—	—	275	220
Лук репчатый	—	—	143	120	131	110
Томатное пюре	—	—	110	110	110	110
Масло растительное	—	—	50	50	50	50
Уксус 3%-ный	—	—	30	30	30	30
Выход	—	—	—	1000	—	1000

[1] В графе нетто в числителе указана масса нетто, в знаменателе — масса готовых продуктов.

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

75. Икра свекольная или морковная

	БРУТТО	НЕТТО
Свекла свежая	957	750[1]
или морковь	942	750[1]
Лук репчатый	208	175
Томатное пюре	275	275
Масло растительное	75	75

[1] Масса вареных очищенных овощей.

	БРУТТО	НЕТТО
Уксус 3%-ный	15	15
Сахар	12	12
Выход	—	1000

Свеклу или морковь отваривают, очищают от кожицы и измельчают Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре Измельченные овощи соединяют с пассерованным луком, добавляют специи, уксус, сахар, прогревают и охлаждают

Отпускают по 75—100 г на порцию

76. Икра овощная закусочная

Свекла	338	265[1]
Морковь	331	265
Редька	379	265
Лук репчатый	226	190
Чеснок	12	9
Масло растительное	45	45
Выход	—	1000

[1] Масса вареной очищенной свеклы.

Очищенную вареную свеклу протирают Подготовленные морковь и редьку (предварительно бланшированную) протирают в сыром виде Все компоненты соединяют, добавляют мелко нарезанные репчатый лук и чеснок, соль, заправляют растительным маслом и перемешивают

Отпускают икру по 100 г на порцию

77. Закуска свекольная с орехами

Свекла	912	715[1]
Чеснок	19	15
Орехи грецкие	233	105
Сахар	5	5
Кислота лимонная	3	3
Сметана	160	160
Укроп или петрушка (зелень)	9	7
Выход	—	1000

[1] Масса вареной очищенной свеклы.

Вареную очищенную свеклу нарезают соломкой, растворяют в выделившемся соке лимонную кислоту Подготовленный чеснок, грецкие орехи измельчают, соединяют со свеклой, добавляют сахар, соль, перец, лимонную кислоту, заправляют сметаной и перемешивают

При отпуске оформляют мелко нарезанной зеленью

78. Острая закуска

	БРУТТО	НЕТТО
Перец сладкий	413	310
Перец горький (стручковый)	—	100[1]
Помидоры свежие	353	300
Чеснок	128	100
Орехи грецкие	356	160/150[2]
Масло растительное	60	60
Выход	—	1000

[1] Нормы отходов и потерь при холодной обработке определяются путем контрольных проработок

[2] В числителе указана масса орехов нетто, в знаменателе — масса жареных орехов

Подготовленные перец сладкий и перец горький нарезают соломкой, добавляют часть чеснока, разделенного на мелкие дольки

Спелые помидоры разрезают на четвертины и пропускают через мясорубку вместе с оставшимся чесноком

Подготовленные помидоры и перец соединяют, добавляют измельченные жареные грецкие орехи, масло растительное, соль и перемешивают

До подачи хранят в холодильнике в закрытой посуде

Подают как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира к блюдам из мяса и мясопродуктов

79. Закуска овощная с чесноком (марийское национальное блюдо)

Морковь	563	450/306[1]
Лук репчатый	500	420/210[2]
Помидоры свежие	598	508/320[2]
Масло растительное	95	95
Вода	95	95
Мука пшеничная	10	10
Сахар	25	25
Чеснок	38	30
Выход	—	1000

[1] В числителе указана масса овощей нетто, в знаменателе — масса пассерованных овощей

[2] В числителе указана масса помидоров нетто, в знаменателе — масса жареных помидоров

Сырую очищенную морковь нарезают соломкой, лук репчатый — полукольцами и пассеруют на растительном масле Помидоры свежие, нарезанные дольками, обжаривают Овощи кладут в посуду, добавляют пассерованную муку, разведенную водой, соль, специи и тушат В конце тушения добавляют сахар и мелко рубленный чеснок

Отпускают закуску в холодном виде по 75—100 г на порцию

Можно оформить веточками зелени

	БРУТТО	НЕТТО
80. Маринованная капуста		
Капуста белокочанная свежая	938	750
Масло растительное	100	100
Перец красный молотый	1	1
Уксус 3%-ный	100	100
Сахар	35	35
Соль	30	30
Выход	—	1000

Подготовленную капусту нарезают мелкими шашками, ошпаривают, затем дают полностью стечь воде В масло растительное, нагретое до температуры 120—130° С, кладут перец красный молотый, уксус, сахар, соль и перемешивают Подготовленную капусту заливают полученной смесью, тщательно перемешивают и оставляют на 4 ч.

Маринованную капусту отпускают как самостоятельное блюдо, а также используют для приготовления салатов.

81. Маринованная свекла		
Свекла	1276	1000[1]
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

[1] Масса вареной очищенной свеклы.

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

Маринад в горячую воду кладут перец, корицу, соль, гвоздику, 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

82. Грибы с квашеной капустой		
Грибы соленые (в бочковой таре)	488	400
Капуста квашеная	429	300
Лук репчатый	143	120
Сахар	50	50
Масло растительное	100	100
Петрушка (зелень)	54	40
Выход	—	1000

Грибы соленые отделяют от рассола, промывают, нарезают ломтиками. Капусту квашеную измельчают Подготовленный репчатый лук шинкуют. Грибы соединяют с капустой квашеной, луком репчатым, затем добавляют сахар, перец черный молотый, масло растительное и перемешивают.

Салат укладывают горкой и посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ, РЫБНЫХ ГАСТРОНОМИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ

Свежую рыбу для холодных блюд разделывают 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 используют маслины в количестве 5—10 г на порцию

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
83. Сельдь с гарниром						
Сельдь	104	50	73	35	52	25
Яйца	1/4 шт.	10	1/4 шт.	10	—	—
Гарнир №№ 522, 523, 524	—	100	—	75	—	50
Заправка для салатов № 572	—	20	—	15	—	10
Выход	—	180	—	135	—	85

Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками и гарнируют различными сырыми или отварными овощами, нарезанными мелкими кубиками, и кружочком вареного яйца Гарнир укладывают, чередуя овощи по цвету Перед отпуском сельдь и гарнир поливают заправкой Блюдо можно отпускать и без яйца, уменьшив соответственно выход.

84. Сельдь рубленая						
Сельдь	938	450	938	450	1042	500
Хлеб пшеничный 1 с	90	90	140	140	175	175
Молоко или вода	90	90	140	140	175	175
Лук репчатый	143	120	143	120	143	120

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки свежие	214	150	143	100	—	—
Масло растительное	—	—	—	—	50	50
Масло сливочное	100	100	50	50	—	—
Уксус 3%-ный	30	30	30	30	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Филе сельди (мякоть), яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, репчатый лук нарезают, добавляют замоченный и отжатый белый хлеб и пропускают через мясорубку В полученную массу добавляют масло, уксус и выбивают При отпуске готовую массу формуют в виде сельди

Отпускают порциями по 50—100 г

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
85. Рыба под майонезом				
Осетр	160	96	107	64
или севрюга	150	96	100	64
или окунь морской [1]	130	91	87	61
Масса припущенной рыбы	—	75	—	50
Майонез	—	35	—	25
Заправка для салатов № 572	—	15	—	10
Гарнир №№ 514, 516	—	75	—	75
Выход	—	200	—	160

[1] Норма закладки дана на окунь морской потрошеный обезглавленный

Осетровую рыбу варят звеньями с кожей и хрящами, как указано в рец № 301 Рыбу с костным скелетом разделывают на филе с кожей, без реберных костей и готовят, как указано в рец № 300

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

86. Рыба заливная с гарниром				
Осетр	160	96	107	64
или севрюга	150	96	100	64
или сом	192	96	128	64
или кета	157	91	105	61
Масса отварной рыбы	—	75	—	50
Лимон	5,5	5	5,5	5
Петрушка (зелень)	2	1,5	2	1,5
Морковь	6	5	6	5
Желе № 574	—	125	—	100

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса заливной рыбы	—	200	—	150
Гарнир № 513 или № 515	—	50	—	50
Соус № 569	—	25	—	15
Выход	—	275	—	215

Осетровую рыбу варят звеньями с кожей и хрящами, как указано в рец № 301. Рыбу с костным скелетом разделывают на филе с кожей без реберных костей и готовят, как указано в рец № 300

На тонкий слой налитого в противень и застывшего желе укладывают порционные куски вареной или припущенной охлажденной рыбы так, чтобы между кусками рыбы оставались небольшие промежутки. Каждую порцию рыбы украшают зеленью петрушки, дольками лимона и вареной карбованной морковью Затем украшения закрепляют охлажденным желе, приготовленным на рыбном бульоне, и дают застыть После этого рыбу заливают оставшимся желе, чтобы слой его над куском рыбы был 0,5—0,8 см При отпуске заливную рыбу нарезают на порции, оставляя вокруг каждого куска слой желе Подают заливную рыбу с соусом хрен, с овощным гарниром или без него, а также можно без соуса и гарнира

87. Жареная рыба под маринадом

Окунь морской [1]	127	89	85	60
или муксун	165	89	111	60
или навага дальневосточная	148	90	98	60
Мука пшеничная	5	5	3	3
Масло растительное	5	5	4	4
Масса жареной рыбы	—	75	—	50
Маринад № 570	—	75	—	50
Лук зеленый	13	10	6	5
Выход	—	160	—	105

[1] Норма закладки дана на окунь морской потрошеный обезглавленный

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

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

88. Галантин из рыбы

	БРУТТО	НЕТТО
Треска (филе необесшкуренное, выпускаемое промышленностью)	57	55
Хлеб пшеничный	2	2
Молоко	3	3
Лук репчатый	8	6
Масло сливочное или маргарин	5	5
Яйца	1/8 шт.	5
Чеснок	3	2

	БРУТТО	НЕТТО
Масса полуфабриката	—	75
Масса готового рулета	—	50
Помидоры свежие	41	35
Соус № 569	15	15
Выход	—	100

С подготовленного филе снимают кожу, мякоть нарезают, пропускают через мясорубку, добавляют размоченный в молоке пшеничный хлеб, еще раз пропускают через мясорубку, соединяют с мелко нарезанным пассерованным луком репчатым, вводят размягченное масло сливочное или маргарин, добавляют взбитые яйца, соль, перец и все тщательно перемешивают.

На целлофан кладут снятую с рыбы кожу, на нее укладывают фарш, заворачивают в виде рулета, варят в подсоленной воде, охлаждают под прессом

Подают со свежими помидорами, нарезанными дольками, и соусом хрен, оформляют зеленью петрушки

89. Сельдь по-московски с яблоками и луком

Сельдь	83	40
Лук репчатый	24	20
Яблоки	29	20
Лук зеленый	4	3
Сметана	20	20
Выход	—	100

Сельдь разделывают на филе без кожи и костей, нарезают тонкими кусочками, кладут в селедочницу. Лук репчатый нарезают кольцами, яблоки очищают от кожицы и семенного гнезда, нарезают ломтиками. Сверху на сельдь кладут лук репчатый, затем яблоки и поливают сметаной.

При отпуске посыпают зеленым луком.

90. Сельдь рубленая с орехами

Сельдь	938	450 [1]
Яйца (желтки)	2/5 шт.	16
Масло сливочное	100	100
Хлеб пшеничный	120	100
Молоко	100	100
Орехи грецкие	356	160/150 [2]
Лук репчатый	119	100
Выход	—	1000

[1] Норма закладки дана на сельдь неразделанную среднего размера

[2] В числителе указана масса орехов нетто, в знаменателе — масса жареных орехов

Сельдь разделывают на филе (мякоть) и нарезают, яйца варят вкрутую и отделяют желтки, хлеб зачищают от корок и замачивают в молоке, отжимают Орехи очищают, измельчают и поджаривают, лук репчатый шинкуют. Все компоненты и желтки яиц пропускают два раза через мясорубку с частой

решеткой К полученной массе добавляют размягченное сливочное масло, тщательно перемешивают и выбивают

Массу формуют в виде сельди и охлаждают.

При отпуске сельдь посыпают рублеными орехами Можно дополнительно подать свежие овощи, зелень петрушки

	БРУТТО	НЕТТО
91. Форшмак картофельный с сельдью		
Картофель	619	450 [1]
Сельдь	438	210 [2]
Лук репчатый	119	100
Петрушка (зелень)	54	40
Масло растительное	100	100
Майонез	50	50
Масса готового форшмака	—	930
Яйца	1 шт	40
Петрушка (зелень)	41	30
Выход	—	1000

[1] Масса вареного протертого картофеля

[2] Норма закладки дана на сельдь неразделанную среднего размера

Очищенный картофель варят в воде до готовности, воду сливают, картофель подсушивают и горячим протирают, затем охлаждают. Сельдь, разделанную на филе (мякоть), и подготовленный репчатый лук нарезают, пропускают через мясорубку. Протертый картофель соединяют с подготовленной массой, добавляют мелко нарезанную зелень петрушки, масло растительное и тщательно перемешивают.

Готовую массу формуют в виде батона, поверхность смазывают майонезом, ставят в жарочный шкаф для запекания на 3—5 мин.

При отпуске посыпают сваренными вкрутую рублеными яйцами, мелко нарезанной зеленью петрушки.

Отпускают в холодном виде по 100—150 г на порцию

92. Паштет рыбный		
Хек тихоокеанский	103	73/60 [1]
Масло сливочное	20	20
Яйца	1/2 шт.	20
Выход	—	100

[1] В числителе указана масса нетто, в знаменателе — масса припущенной рыбы

Рыбу разделывают на филе без кожи и костей, припускают, охлаждают. Припущенную рыбу пропускают через мясорубку, добавляют соль, перец, масло сливочное (1/3 часть масла сливочного можно оставить для оформления) и перемешивают. Формуют в виде батона и охлаждают.

При отпуске оформляют маслом и рубленым яйцом.

	БРУТТО	НЕТТО
93. Строганина из рыбы (национальное блюдо народов Севера)		
Нельма	175	100
или омуль	179	100
Соль	2	2
Перец черный молотый	0,01	0,01
или соус томатный острый (промышленного производства)	50	50
Выход с солью и перцем или с соусом	—	100
	—	150

У свежей быстрозамороженной рыбы удаляют чешую и снимают кожу. Затем с целой тушки острым ножом строгают тонкой стружкой пластины длиной 25—30 мм

При отпуске к рыбе подают соль и перец или соус томатный острый

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

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
94. Поросенок отварной с хреном				
Поросенок	166	133	125	100
Масса отварного поросенка	—	100	—	75
Гарнир №№ 513, 517, 522	—	75	—	50
Соус № 569	—	25	—	15
Выход	—	200	—	140

Подготовленных поросят завертывают в салфетку или пергамент, перевязывают, заливают холодной водой и варят при слабом кипении 50—60 мин В конце варки кладут соль (8—10 г на 1 л бульона) Сваренного поросенка охлаждают в бульоне, разрубают вдоль на две части, которые затем нарубают поперек по 1—2 куска на порцию Подают с гарниром и соусом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
95. Филе птицы или дичи под майонезом						
Курица	155	107	104	72	—	—
или рябчик, или куропатка серая	211	139	141	93	—	—
или тетерев	217	139	145	93	—	—
или фазан	211	139	141	93	—	—
Масса отварного филе птицы или дичи	—	75[1]	—	50[1]	—	—
Гарнир №№ 513, 515	—	75	—	50	—	—
Соус №№ 564, 566	—	40	—	35	—	—
Выход	—	190	—	135		

[1] Масса вареного филе птицы или дичи без кожи

Птицу или дичь готовят, как указано в рец. № 441

Филе снимают и зачищают от кожи Овощи нарезают мелкими кубиками Половину овощей заправляют частью майонеза, укладывают на блюдо горкой, а сверху — *филе птицы, которое заливают майонезом или майонезом с желе.* Оставшиеся овощи, нарезанные кубиками, укладывают рядом с филе

96. Заливное из птицы или дичи, или мясных продуктов в форме						
Курица	286	197	190	131	—	—
Масса отварной курицы	—	75	—	50	—	—
или фазан (в шт)	1/4	1/4	1/5	1/5	—	—
или рябчик (в шт)	3/4	3/4	1/2	1/2	—	—
или куропатка серая (в шт)	3/4	3/4	1/2	1/2	—	—
или тетерев (в шт)	1/4	1/4	1/6	1/6	—	—
или мясное ассорти телятина	59	39	47	31	—	—
Масса отварной телятины	—	25	—	20	—	—
окорок копчено-вареный (со шкурой и костями) тамбовский, воронежский	33	25	20		—	—
язык говяжий	42	42	25	25	—	—
или язык свиной	42	42	25	25	—	—
или язык бараний	48	48	29	29	—	—
Масса вареного языка	—	25	—	15	—	—
Масса готовых продуктов	—	75	—	50	—	—
Желе мясное № 574	—	100	—	75	—	—
Яйцо	1/3 шт.	13	1/4 шт.	10	—	—
Морковь	19	15	13	10	—	—
Огурцы	31	25	13	10	—	—
Помидоры свежие	29	25	24	20	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Горошек зеленый консервированный	23	15	15	10	—	—
Капуста цветная маринованная	27	15	18	10	—	—
Салат	21	15	14	10	—	—
Соус № 569	–	30	—	20	–	—
Выход	—	328	—	225	—	—

Мясные продукты готовят, как указано в рец. №№ 357, 358, 439.

Мякоть птицы, или дичи, или телятины и язык нарезают тонкими ломтиками.

В форму наливают желе и охлаждают. Когда оно застынет у стенок формы слоем 1 см, незастывшую часть желе сливают в два-три приема, наполняют форму тонко нарезанными ломтиками птицы или дичи, или мясным ассорти, а также фигурно нарезанными овощами и салатом Каждый слой продуктов заливают желе и охлаждают

Заливное готовят в порционных формах.

Перед подачей форму опускают на несколько секунд в горячую воду и выкладывают заливное на блюдо

Заливное можно готовить без соуса и гарнира

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
97. Курица фаршированная (галантин) или поросенок фаршированный				
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 готовой фаршированной курицы или поросенка	—	75	—	—
Гарнир №№ 513—516	—	50	—	—
Соус №№ 567—569	—	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 сырые яйца, молоко и выбивают В фарш кладут нарезанный мелкими кубиками шпик, фисташки или зеленый горошек, соль, перец, мускатный орех и перемешивают Полученным фаршем наполняют

кожу, зашивают разрез и придают изделию форму целой тушки, завертывают 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 придания формы.

При отпуске курицу режут по 1—2 куска на порцию, гарнируют, соус подают отдельно.

У обработанного поросенка, разрезанного вдоль туловища (по брюшку), удаляют кости Разрез частично зашивают, через оставшееся отверстие наполняют поросенка фаршем, после чего отверстие зашивают. Фарш приготавливают так же, как и для курицы фаршированной, но вместо мякоти кур используют мякоть поросенка Подготовленного поросенка завертывают в салфетку или пергамент и перевязывают 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

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
98. Филе из кур или дичи фаршированное				
Курица	147	53	—	—
или рябчик	1/3 шт.	53	—	—
или куропатка	1/3 шт.	53	—	—
или фазан	1/8 шт.	53	—	—
или тетерев	1/8 шт.	53	—	—
или перепела (в шт)	1	1	—	—
или дрозды (в шт)	1	1	—	—
Печень (телячья)	51	45	—	—
Шпик	14	13	—	—
Морковь	5	4	—	—
Сельдерей молодой (корень)	2,5	2	—	—
Лук репчатый	5	4	—	—
Мадера	5	5	—	—
Мускатный орех	0,5	0,5	—	—
Перец черный молотый	0,02	0,02	—	—
Масса фарша	—	41	—	—
Масса припущенного фаршированного филе	—	80	—	—
Желатин	2	2	—	—
Масса желе	—	20	—	—
Гарнир № 521	—	50	—	—
Соус № 564 или № 567	—	30	—	—
Выход	—	180	—	—

На шпике обжаривают нарезанные коренья, лук и печень, затем обжаренные продукты дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой. В фарш добавляют мускатный орех в порошке, перец, мадеру и тщательно перемешивают Печень телячью можно заменить печенью куриной.

На зачищенное и тонко отбитое филе птицы или дичи кладут фарш, края филе завертывают, придают ему цилиндрическую форму и припускают до готовности Затем охлаждают и заливают желе слоем 1—2 мм, приготовленным из куриного бульона с добавлением желатина.

Подают по 1—2 штуки на порцию

Перепелов и дроздов, которые весят в среднем 50 г, фаршированными подают по 2—3 штуки на порцию.

99. Рулет мясной с черносливом

	БРУТТО	НЕТТО
Вырезка (замороженная блоками)	65	55
Горчица	1	1
Курица	33	12
Чернослив	18	14
Масса полуфабриката	—	80
Масло сливочное или маргарин	5	5
Масса готового рулета	—	50
Желе мясное № 574	—	30
Салат		
яблоки	11	10
помидоры	24	20
огурцы свежие	25	20
морковь	13	10
заправка для салатов № 572	15	15
Масса салата	—	75
Выход	—	150

Масса мякоти без кожи
Масса чернослива без косточки

Подготовленную вырезку нарезают на порционные куски, слегка отбивают и смазывают горчицей У курицы срезают мякоть и отбивают Подготовленный чернослив заливают горячей водой и выдерживают до набухания плодов, затем удаляют косточки На мясо кладут отбитое куриное филе, затем чернослив, сворачивают в виде рулета, посыпают солью, перцем и обжаривают, доводят до готовности в жарочном шкафу. После охлаждения глазируют мясным желе

Отпускают с салатом из овощей и плодов

Для салата у яблок удаляют семенное гнездо, огурцы свежие очищают от кожицы Подготовленные яблоки, помидоры, огурцы свежие, морковь нарезают соломкой, смешивают и заливают заправкой для салата

100. Закуска «Уральский рулет»

Говядина (верхний и внутренний куски тазобедренной части)	131	92
Окорок	39	25
Яйца	3/8 шт	15
Молоко	7	7
Маргарин	1	1
Масса готового омлета	—	20
Масса полуфабриката	—	137
Кулинарный жир	10	10
Масса жареных изделий	—	105
Петрушка (зелень)	4	3
Гарнир № 522	—	50
Выход	—	155

Порционные куски говядины отбивают, посыпают солью, перцем черным молотым, кладут на них нарезанный тонкими пластинками окорок, омлет, приготовленный из яиц и молока, заворачивают в виде рулета, перевязывают шпагатом, обжаривают основным способом, доводят до готовности в жарочном шкафу, после чего удаляют шпагат

При отпуске готовое изделие нарезают на кусочки (по 2—3 на порцию), украшают зеленью На гарнир подают огурцы маринованные или помидоры соленые

101. Рулет из курицы со свининой и черносливом

	БРУТТО	НЕТТО
Курица	229	110[1]
Свинина (тазобедренная часть)	53	45
Чернослив	15	23/17[2]
Масса полуфабриката	—	170
Масса готового рулета	—	100
Гарнир № 514, 519	—	50
Выход	—	150

[1] Мякоть с кожей

[2] В числителе указана масса набухшего чернослива с косточкой, в знаменателе — масса набухшего чернослива без косточек

С обработанных тушек кур снимают мякоть вместе с кожей, мякоть отделяют так, чтобы по всей поверхности оставался ровный слой мякоти Мякоть укладывают кожей вниз, сверху кладут отбитые куски свинины, посыпают солью, перцем, затем кладут подготовленный набухший чернослив без косточки, заворачивают рулетом, завертывают в целлофан и варят в подсоленной воде около 1—1,5 ч Готовый рулет кладут под пресс и охлаждают

При отпуске рулет нарезают на порции (по 2—3 куска), гарнируют, оформляют мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа

Рулет можно оформить соусом майонез с желе (30 г на порцию) Гарниры — свежие или маринованные овощи и плоды

102. Корнетики с муссом ветчинным

Ветчина формовая	102	100
Масло сливочное	10	10
Сыр	11	10
Сливки	10	10
Лимон	17	7[1]
Желе мясное № 574	—	20
Масло сливочное	4	4
Перец сладкий маринованный (в банках)	10	5
Выход	—	165

[1] Масса сока

Ветчину нарезают тонкими ломтиками, свертывают конусом и заполняют ветчинным муссом, сверху покрывают тонким слоем мясного желе и охлаждают Когда желе застынет, из размягченного масла с помощью корнетика наносят на поверхность рисунок в виде сеточки

Для мусса часть ветчины пропускают через мясорубку, растирают с маслом сливочным, добавляют тертый сыр, соль, специи, сливки, лимонный сок и перемешивают

При отпуске можно оформить зеленью

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
103. Паштет из печени						
Печень говяжья	1063	882/600[1]	1240	1029/700[1]	1329	1103/750[1]
или печень свиная, или баранья, или телячья	1002	882/600[1]	1169	1029/700[1]	1253	1103/750[1]
Масло сливочное	100	100	75	75	50	50
Шпик	156	150	104	100	52	50
Лук репчатый	119	100/50[1]	119	100/50[1]	119	100/50[1]
Морковь	93	74/50[1]	93	74/50[1]	93	74/50[1]
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Молоко или бульон	50	50	50	50	50	50
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] В графе нетто в числителе указана масса продуктов нетто, в знаменателе — масса готового продукта.

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

104. Студень говяжий						
Говядина II категории (котлетное мясо)	—	—	400	400/170[1]	—	—
или рубцы	—	—	400	380/200[1]	—	—
или голова говяжья	—	—	800	200[2]	—	—
или голова баранья	—	—	600	210[2]	—	—
Путовый сустав говяжий	—	—	400	136[2]	600	204[2]
или ноги бараньи	—	—	400	168[2]	600	252[2]
или уши говяжьи	—	—	200	180[2]	400	360[2]
или губы говяжьи	—	—	250	175[2]	400	280[2]
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 числителе — масса продуктов брутто, в знаменателе — масса отварных продуктов

[2] Масса отварных продуктов.

Обработанные субпродукты рубят, промывают, заливают холодной водой в количестве 2 л на 1 кг продукта и варят при слабом кипении в течение 6—8 ч, периодически снимая жир Если для приготовления студня используется мясо,

то его добавляют через 3—4 ч после закладки субпродуктов За 1 ч до окончания варки кладут овощи и специи У сварившихся субпродуктов отделяют кости, хрящи и сухожилия.

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 № 569

Студень можно готовить без чеснока

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
105. Студень свиной						
Свинина обрезная (котлетное мясо)	—	—	360	360/180[1]	—	—
или рубцы	—	—	400	380/200[1]	—	—
или голова свиная	—	—	455	446/200[2]	—	—
Ноги свиные	—	—	400	180[2]	600	260[2]
или уши свиные	—	—	200	180[2]	400	360[2]
или губы говяжьи (без челюстных костей)	—	—	250	175[2]	400	280[2]
Овощи и специи, как в рец. № 104						
Выход	—	—	—	1000	—	1000

[1] В числителе — масса продуктов брутто, в знаменателе — масса отварных продуктов.

[2] Масса отварных продуктов

Студень готовят и отпускают, как описано в рецептуре № 104

Свиное мясо варят 2—2,5 ч, подготовленные субпродукты (ноги, рубец, головы) — 6 ч, губы и уши — 3—3,5 ч

	БРУТТО	НЕТТО
106. Студень из субпродуктов птицы		
Головы, ноги, крылья, шеи, желудки	—	1500
Желатин	15	15
Овощи и специи, как в рец. № 104 (кол III)		
Выход	—	1000

Обработанные субпродукты заливают холодной водой в количестве 1,5 л на килограмм продукта и варят при слабом кипении в течение 4 ч, периодически снимая жир Далее готовят и отпускают, как описано в рец. № 104.

107. Холодец по-домашнему		
Путовый сустав говяжий	400	136[1]
Говядина I категории (котлетное мясо)	186	85[2]
Курица	712	472/180[3]
Морковь	38	30

[1] Масса отварной мякоти

[2] Масса отварного мяса.

[3] В числителе указана масса продукта нетто, в знаменателе — масса вареной мякоти

	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	41	35
Чеснок	5,1	4
Петрушка (корень)	33	25
Выход		1000

Обработанный путовыи сустав разрубают, заливают холодной водой (2 л на 1 кг продукта) и варят при слабом кипении в течение 6—8 ч, периодически снимая жир и пену Через 3—4 ч закладывают говядину и курицу и варят до готовности За 30 мин до окончания варки в бульон кладут подготовленные овощи и специи Сваренное мясо, куры, путовый сустав вынимают из бульона (у кур удаляют кости, у путового сустава — кости и сухожилия) и мелко нарезают или пропускают через мясорубку

В процеженный бульон кладут измельченные мясные продукты, соль (20—22 г на 1 кг холодца) и варят 10—20 мин В конце варки добавляют растертый чеснок Холодец разливают в лотки или формы и охлаждают до застывания

Отпускают холодец по 100—150 г на порцию с соусом хрен № 569 (20—30 г)

Холодец можно готовить без чеснока

СУПЫ

Перечень супов, представленных в Сборнике рецептур, разнообразен В него включены заправочные, пюреобразные, прозрачные, холодные и сладкие супы

В большинстве своем рецептуры рассчитаны на выход 1000 г, при этом норма порции супа может быть от 200 до 500 г

Рецептуры супов, приготовляемых индивидуально, приведены на выход одной порции При варке супов в горшочках выход порции должен соответствовать емкости посуды

В рецептурах, где не указан вид бульона, можно использовать любой бульон (костный, мясокостный, мясной, из птицы, рыбы и др)

Нормы закладки мясных, рыбных и других продуктов, а также сметаны на порцию супа (500 г) приведены в приложении 1

В ряде блюд нормы закладки мясных, рыбных продуктов включены непосредственно в рецептуры и указаны в сносках При этом выход супа увеличивается соответственно массе этих продуктов в готовом виде

При уменьшении порции супа закладку мясных и рыбных продуктов можно оставить без изменения или соответственно уменьшить

Сведения, которые необходимо знать для правильного приготовления супов

1. Нормы жира указаны в рецептурах на вегетарианские супы При изготовлении супов на костном бульоне или с говядиной, бараниной, свининой, гусем, уткой и другими мясопродуктами норма вложения жира, указанная в рецептуре, не должна превышать 10 г на 1000 г супа Жир используется для пассерования овощей

2 В рецептурах горячих супов не предусмотрена закладка сметаны, используемой при отпуске блюд, кроме «Солянок» Норма закладки сметаны (10 г на порцию) указана в таблице 1

3 Нормы закладки основных овощей (картофеля, капусты, свеклы и т п), указанные в рецептурах, могут быть изменены (увеличены или уменьшены), но не более чем на 10—15%, при условии сохранения общей массы закладываемых овощей

При отсутствии овощей, которые входят в рецептуру в небольшом количестве, например, репа, брюква, сельдерей, пастернак и т п , они могут быть заменены другими соответствующими овощами, входящими в рецептуру

В помещенных ниже рецептурах не указывается норма закладки перца сладкого Для улучшения вкуса супов рекомендуется добавлять его в борщи, щи и овощные супы массой 20—40 г нетто на 1000 г супа, при этом соответственно уменьшается закладка других овощей

4 Замена одних продуктов другими должна производиться в соответствии с таблицей 26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд»

5 Специи и соль в рецептурах не указаны, но их следует вводить во все супы, кроме молочных, пюреобразных и сладких, в следующем количестве перец горошком — 0,1 г, лавровый лист — 0,04 г и соль — 6—10 г на 1000 г супа, норма закладки соли в молочные супы — 6 г, в пюреобразные — 6—10 г на 1000 г супа Специи и соль кладут в суп за 5—10 мин до окончания варки

6 Зелень (петрушка, укроп, сельдерей) также не указана в рецептурах, но ее следует добавлять мелконарезанной во все супы, кроме молочных, сладких, некоторых пюреобразных, для улучшения их вкуса в количестве 2—3 г нетто на порцию

7 Овощи для заправочных супов нарезают соответственно установленной форме для каждого вида супа

8 Морковь, репу, лук, томатное пюре перед закладкой в супы пассеруют. Это улучшает вкусовые качества и внешний вид супа Петрушку и сельдерей следует класть в суп сырыми за 20—25 мин до окончания варки Стручки сладкого перца перед использованием промывают, надрезают мякоть вокруг стебля и удаляют его вместе с семенами Затем перец мелко шинкуют и закладывают в суп в пассерованном или сыром виде

9 Для пассерования овощей целесообразно использовать следующие жиры кулинарные («Белорусский», «Украинский», растительное сало), жир животный топленый пищевой, топленое масло, сливочное масло (для приготовления солянок) и др, а также жиры, снятые с бульонов в процессе их варки Для грибных, рыбных, вегетарианских супов можно использовать растительные жиры

10 При приготовлении супов следует строго придерживаться установленных сроков варки продуктов, закладывать их в котел в необходимой последовательности, так как при длительной варке теряется значительная часть витаминов, снижаются вкусовые качества супов, а картофель, овощи и другие продукты перевариваются, теряют свою форму

11 При варке супов, в которые входят соленые огурцы, уксус или щавель, в первую очередь закладывают картофель И только через некоторое время — продукты, содержащие кислоту, так как картофель под действием кислоты плохо разваривается. Необходимо, чтобы после закладки каждого вида продукта бульон снова быстро закипал

12 Варить супы следует при слабом кипении, так как при бурном кипении вместе с паром улетучиваются ароматические вещества, содержащиеся в овощах, кроме того, овощи сильно развариваются, изменяя форму

13 Муку для заправки супов используют высшего и 1-го сорта Муку просеивают, пассеруют без жира до светло-желтого цвета, охлаждают, разводят небольшим количеством холодного бульона или овощного отвара (4 л на 1 кг муки), размешивают веничком для получения однородной массы, процеживают Заправляют ею суп за 5—10 мин до окончания варки

14 При приготовлении супов с мясными и рыбными продуктами их кладут в прогретом виде в порционную посуду с супом перед отпуском.

Горячие супы отпускают при температуре 75° С, они могут находиться на мармите или горячей плите не более 2—3 ч Холодные супы отпускают при температуре не выше 14° С.

Запрещается оставлять на следующий день супы молочные, холодные, сладкие, супы-пюре, а также смешивать супы с остатками от предыдущего дня или с продукцией, приготовленной в тот же день, но в более ранние сроки Срок хранения горячих первых блюд в термосах не должен превышать 3 ч

Супы можно подавать в глубоких тарелках, керамических горшочках, бульонных чашках или пиалах

Таблица 1

Нормы закладки продуктов на порцию супа (500 г)

Наименование продуктов	Колонка 1			Колонка II			Колонка III		
	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	Масса продукта брутто, г	Масса продукта нетто или полуфабриката, г	Масса готового продукта, г
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Мясные продукты									
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	110	81	50	76	56	35	54	40	25

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Бекон соленый (с костью)	60	60	50	42	42	35	30	30	25
Телятина (грудинка)	118	78	50	83	55	35	59	39	25
Баранина (лопатка, грудинка)	109	78	50	77	55	35	55	39	25
Свинина (лопатка, шея, грудинка)	97	83	50	68	58	35	49	42	25
Голова говяжья	200	200	50	140	140	35	100	100	25
Голова свиная без мозгов	113	111	50	80	78	35	57	56	25
Голова баранья (без языка и мозгов)	143	143	50	100	100	35	71	71	25
Телятина (крупные куски)	118	78	50	83	55	35	59	39	25
Почки говяжьи (мороженые)	121	104	50	85	73	35	60	52	25
Языки говяжьи (мороженые)	84	84	50	59	59	35	42	42	25
Языки свиные (мороженые)	85	85	50	59	59	35	42	42	25
Сердце (мороженое)	98	83	50	68	58	35	49	42	25
Мозги (мороженые)	84	67	50	59	47	35	41	33	25
Вымя говяжье (охлажденное)	91	91	50	64	64	35	45	45	25
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями) тамбовский, воронежский	66	50	50	46	35	35	33	25	25
Окорок сырокопченый (со шкурой и костями), используемый в вареном виде: сибирский, советский, тамбовский, воронежский и лопатка	77	77	50	54	54	35	39	39	25
Грудинка копченая, используемая в вареном виде (со шкурой без костей)	57	57	50	40	40	35	29	29	25
Корейка копченая, используемая в вареном виде (со шкурой без костей)	57	57	50	40	40	35	28	28	25
Сосиски (бараньи, говяжьи, молочные, русские, свиные)	51	50	50	41	40	40	31	30	30
Сардельки (говяжьи, свиные)	51	50	50	41	40	40	31	30	30
Шпик	52	50	50	36	35	35	26	25	25
Пельмени	—	92	100	—	69	75	—	46	50
Клецки мучные	—	58	65	—	58	65	—	58	65
Клецки манные	—	66	65	—	66	65	—	66	65
Фрикадельки мясные	—	100	75	—	67	50	—	47	35
Консервы [1]									

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Мясо тушеное (говядина, баранина, свинина) или говядина отварная в собственном соку	—	50	50	—	35	35	—	25	25
Макаронные изделия с мясом	—	100	100	—	75	75	-	50	50
Фасоль, горох или чечевица с мясом	—	125	125	—	100	100	—	75	75
Фасоль или горох со шпиком или свиным жиром в томатном соусе	—	100	100	—	75	75	—	50	50
Консервы рыбные в томатном соусе	—	53	50	—	37	35	—	26	25
Консервы в собственном соку (кроме крабов)	—	53	50	—	37	35	—	26	25
Птица или дичь									
Куры	155	107	75	104	72	50	52	36	25
Цыплята	139	97	75	91	64	50	46	32	25
Гуси	156	103	75	105	69	50	52	34	25
Утки	159	103	75	107	69	50	53	34	25
Индейки	140	103	75	94	69	50	46	34	25
Обработанные субпродукты птицы	—	125	100	—	94	75	—	63	50
Рябчик, куропатка серая (в шт)	1/2	1/2	1/2	1/3	1/3	1/3	1/6	1/6	1/6
Куропатка белая (в шт)	1/3	1/3	1/3	1/4	1/4	1/4	1/8	1/8	1/8
Фазан (в шт)	1/6	1/6	1/6	1/8	1/8	1/8	1/14	1/14	1/14
Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	—	90	75	—	60	50	—	30	25
Рыба [2]									
Осетр[3] (звено с кожей без хрящей ошпаренное)	109	60	50	76	42	35	55	30	25
Севрюга [3] (звено с кожей (без хрящей ошпаренное)	102	60	50	71	42	35	51	30	25
Белуга[3] (звено с кожей без хрящей ошпаренное)	107	60	50	75	42	35	54	30	25
Стерлядь (порционные куски с кожей)	109	63	50	76	44	35	53	31	25
Головы рыб семейства осетровых (без жабер)	236	189	100	178	142	75	118	94	50
Судак (филе с кожей и реберными костями)	115	63	50	80	44	35	56	31	25
Сом (кроме океанического) (филе без кожи и костей)	136	61	50	96	43	35	67	30	25
Сом (кроме океанического) (филе с кожей и реберными костями)	185	96	75	123	64	50	87	45	35
Кабан-рыба (филе с кожей без костей)	191	90	75	128	60	50	89	42	35

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Кабан-рыба (филе с кожей и реберными костями)	170	90	75	113	60	50	79	42	35
Карась океанический [4] (филе с кожей и реберными костями)	150	90	75	100	60	50	70	42	35
Карась океанический [4] (филе с кожей без костей)	176	90	75	118	60	50	82	42	35
Зубатка пятнистая (пестрая) [4] (филе с кожей и реберными костями)	125	90	75	83	60	50	58	42	35
Треска [4] (филе с кожей и реберным костями)	118	91	75	79	61	50	56	43	35
Окунь [4] морской (филе с кожей и реберными костями)	129	94	75	86	63	50	60	44	35
Скумбрия азово-черноморская (филе с кожей и реберными костями)	149	94	75	100	63	50	70	44	35
Ставрида азово-черноморская непластованная	154	94	75	103	63	50	72	44	35
Сквама (филе с кожей и реберными костями)	217	91	75	145	61	50	102	43	35
Луфарь океанический (филе с кожей и реберными костями)	136	94	75	91	63	50	64	44	35
Клыкач (филе с кожей и реберными костями)	169	91	75	113	61	50	80	43	35
Хек тихоокеанский (филе с кожей и реберными костями)	182	91	75	122	61	50	86	43	35
Капитан-рыба (филе с кожей и реберными костями)	178	96	75	119	64	50	83	45	35
Сабля-рыба [4] (океаническая непластованная)	102	94	75	68	63	50	48	44	35
Мероу [4] (филе с кожей и реберными костями)	159	97	75	107	65	50	74	45	35
Макрель Индийского океана — тушка специальной разделки (филе с кожей и реберными костями)	98	86	75	65	57	50	45	40	35
Макрурус-тушка специальной разделки (филе с кожей без костей)	104	94	75	70	63	50	49	44	35
Пристипома (непластованная)	157	91	75	105	61	50	74	43	35
Бельдюга океаническая [4] (непластованная)	99	94	75	66	63	50	46	44	35
Мерланг [4] (филе с кожей и реберными костями)	122	94	75	82	63	50	57	44	35

Окончание

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Налим речной и озерный неразделанный (филе без кожи с реберными костями)	212	91	75	142	61	50	100	43	35
Горбуша (филе с кожей и реберными костями)	100	61	50	70	43	35	49	30	25
Филе нототении мраморной необесшкуренное, выпускаемое промышленностью	101	96	75	67	64	50	47	45	35
Филе палтуса необесшкуренное, выпускаемое промышленностью	99	91	75	66	61	50	47	43	35
Фрикадельки рыбные	—	125	100	—	95	75	—	63	50
Крабы консервированные	63	50	50	44	35	35	31	25	25
Сметана (для отпуска блюд) [5]	—	—	10	—	—	10	—	—	10

[1] Консервы применяют вместо говядины, свинины, баранины или рыбы

[2] Для приготовления супов могут применяться и другие виды рыб, используемые для приготовления блюд из отварной и припущенной рыбы

[3] Норма закладки дана на соответствующую рыбу — с головой

[4] Норма закладки дана на соответствующую рыбу — потрошеную, обезглавленную

[5] Норма сметаны может быть увеличена до 15 или 25 г на порцию

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:

Таблица 2

№/№	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	—

№№	Наименование консервов	Содержание мяса, не менее, %	Содержание жира, не менее, %
	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).

108. Бульон костный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кости пищевые [1]	400	400	300	300	250	250
Морковь	13	10	10	8	10	8
Петрушка (корень)	11	8	8	6	7	5
Лук репчатый	12	10	10	8	10	8
Вода	1220	1220	1250	1250	1250	1250
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] К пищевым костям относятся говяжьи — суставные головки трубчатых костей, грудные, позвоночные и крестцовые кости; свиные и бараньи — позвоночные, грудные, тазовые, трубчатые и крестцовые кости Реберные и лопаточные кости говяжьих туш для приготовления бульонов не используют; их сдают на техническую переработку Позвоночные кости используют для приготовления соусов

При приготовлении бульона пищевые кости измельчают для более полного извлечения питательных веществ

Позвоночные и плоские кости рубят поперек на части, размером 5—6 см, суставные головки трубчатых костей разрубают на несколько частей, трубки оставляют целыми

Говяжьи кости молодняка и свиные слегка обжаривают в жарочном шкафу для улучшения вкуса и внешнего вида бульона Подготовленные кости заливают холодной водой и варят при слабом кипении В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир Продолжительность варки бульона из говяжьих костей 3,5—4 ч, свиных и бараньих — 2—3 ч Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона За 30—40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), подпеченные лук репчатый и морковь, соль

Морковь и лук нарезают на половинки (крупные корнеплоды следует разрезать вдоль на несколько частей), кладут нарезанной стороной на чистые сухие чугунные сковороды и подпекают без жира до образования светло-коричневой корочки, не допуская подгорания Можно также положить в бульон стебли петрушки, сельдерея, укропа, очищенные обрезки моркови, лука, белых кореньев Готовый бульон процеживают

Мясо-костный бульон готовят так же, как бульон костный За 2—3 ч до окончания варки кладут куски мяса массой 1,5—2 кг Это обеспечивает более высокие вкусовые качества не только бульона, но и мяса Кроме того, бульон получается более прозрачным

Для бульонов из птицы используют кости, субпродукты (сердца, желудки, шеи, головы, ноги, крылья, кожу шеи), целые тушки птицы Кости рубят на мелкие части, тушки птицы заправляют и заливают холодной водой, быстро доводят до кипения, а затем варят до готовности при слабом кипении 1—2 ч

В процессе варки снимают пену и жир За 30—40 мин до готовности бульона в него добавляют петрушку (корень), подпеченные морковь и лук репчатый в соответствии с рец. № 108 Готовый бульон процеживают

При одновременном использовании костей, субпродуктов и целых тушек сначала варят кости и субпродукты, а целые тушки кладут позже в соответствии со сроками их варки

Для варки рыбных бульонов используют пищевые отходы, получаемые при обработке свежей или свежемороженой рыбы

К пищевым отходам относятся головы, кости, кожа, плавники Из голов предварительно удаляют жабры, а из крупных голов — и глаза Крупные головы и позвоночные кости разрубают на части Подготовленные пищевые отходы заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают образующуюся на поверхности бульона пену, добавляют петрушку (корень) и лук репчатый в соответствии с рец № 108 и варят 40—50 мин при слабом кипении Готовый бульон процеживают.

При варке бульона из голов рыб семейства осетровых через час после начала варки головы вынимают, отделяют мякоть, а хрящи продолжают варить до размягчения 1—1,5 ч Готовый бульон процеживают Вареную мякоть и хрящи нарезают, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и используют при отпуске блюд

При варке рыбного бульона, кроме пищевых отходов, используется рыба, предусмотренная для отпуска первых блюд

ЗАПРАВОЧНЫЕ СУПЫ

В зависимости от используемых продуктов заправочные супы делятся на щи, борщи, рассольники, супы с картофелем, крупами, бобовыми, макаронными изделиями

Заправочные супы готовят вегетарианскими, на костном, мясо-костном, рыбном бульонах, бульонах из птицы, грибных отварах

На бульонах костном, мясо-костном, из птицы и грибном отваре супы варят с разнообразными продуктами На рыбном бульоне лучше готовить картофельный суп, рассольник, солянку, щи из квашеной капусты

Для варки заправочных супов продукты подготавливают в соответствии с технологией их приготовления

Крупы перебирают, промывают несколько раз, меняя воду Перловую крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают, а крупу промывают, так как отвар из нее имеет темный цвет и слизистую консистенцию, что придает супам неприятный внешний вид

Бобовые перебирают, моют, кладут в холодную воду (2—3 л на 1 кг), фасоль и чечевицу — на 5—8 ч, лущеный горох — на 3—4 ч, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения

Макароны перебирают, разламывают, всыпают в кипящий бульон или воду. Макароны варят 30—40 мин, лапшу 20—25 мин, лапшу домашнюю, вермишель 10—15 мин, фигурные изделия 10—12 мин

Томатное пюре пассеруют отдельно Можно пассеровать томатное пюре вместе с овощами вначале овощи пассеруют до размягчения, а затем кладут томатное пюре и пассеруют до готовности

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, свининой, гусем, со свинокопченостями (ветчиной, грудинкой, корейкой), шпиком, сосисками, сардельками

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

Свеклу для борщей подготавливают двумя способами

Первый способ

Свеклу, нарезанную соломкой или ломтиками, тушат в толстостенной закрытой посуде с добавлением томатного пюре, 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

Свежую белокочанную капусту шинкуют или нарезают квадратиками (в том случае, когда свеклу нарезают ломтиками)

Квашеную капусту тушат Для этого капусту перебирают, крупные экземпляры измельчают, кладут в котел, добавляют жир (10—15%), бульон или воду (20—25% от массы капусты) и тушат 1,5—2,5 ч, периодически помешивая

Морковь, лук репчатый шинкуют и пассеруют

В кипящий бульон или воду закладывают свежую капусту, доводят до кипения и варят до полуготовности Затем добавляют тушеную свеклу, белые коренья, пассерованные морковь, лук и варят 10—15 мин, после чего борщ заправляют пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой, кладут сахар, соль и варят до готовности Подготовленную квашеную капусту закладывают одновременно со свеклой В предприятиях III категории борщ можно готовить без петрушки

При приготовлении борща с картофелем его кладут в котел до закладки свеклы, так как, если его добавить одновременно с тушеной свеклой или после, он долго не разварится

Красный цвет борщу можно придать настоем свеклы Для его приготовления используют свеклу наиболее яркой окраски, нарезанную тонкими ломтиками или натертую на терке. Подготовленную свеклу закладывают в кастрюлю или котел, заливают горячим бульоном или водой (2 л бульона на 1 кг свеклы), добавляют уксус, доводят до кипения, настаивают на борту плиты 20—30 мин и процеживают.

Промышленность выпускает для предприятий общественного питания полуфабрикат для борща — борщевую заправку, которую следует широко использовать

Борщи отпускают со сметаной.

К борщам можно подавать крупеник (рец № 263) до 100—150 г на порцию или ватрушки (рец № 695) по 2 шт на порцию

109. Борщ

	БРУТТО	НЕТТО
Свекла	200	160
Капуста свежая	150	120
или квашеная	171	120
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 капусту и варят 10—15 мин. Затем кладут тушеную свеклу (с 61), пассерованные овощи и варят 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 на 1000 г борща).

110. 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 (с 61) 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)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
111. Борщ с черносливом и грибами						
Чернослив	40	60[1]	40	60[1]	40	60[1]
Грибы белые сушеные	10	10	8	8	6	6
Масса вареных грибов	—	20	—	16	—	12
Бульон или вода	750	750	750	750	750	750
Остальные продукты, как в рец. № 109 (кроме бульона или воды)						
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареного чернослива

Борщ готовят, как в рец № 109. Сушеные грибы заливают водой и оставляют в ней на 10—15 мин, затем промывают несколько раз, меняя воду Тщательно промытые сушеные грибы заливают холодной водой (7 л воды на 1 кг грибов), оставляют на 3—4 ч для набухания и затем варят в той же воде до готовности Полученный отвар процеживают, грибы промывают, нарезают соломкой и добавляют вместе с отваром в борщ за 10—15 мин до окончания варки

Подготовленный чернослив варят отдельно до готовности, отвар добавляют в борщ Вареный чернослив кладут в борщ при отпуске.

	БРУТТО	НЕТТО
112. Борщ московский		
Кости свинокопченостей	50	50
Масло сливочное	16	16
Остальные продукты как в рец. № 109 (кроме жира)		
Выход	—	1000

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
На порцию 500 г						
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	54	40	43	32	33	24
Окорок копчено-вареный или вареный со шкурой и костями) тамбовский, воронежский	33	25	26	20	20	15
Сосиски	26	25	21	20	15,5	15

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса готового мяса	—	25	—	20	—	15
Масса готового окорока	—	25	—	20	—	15
Масса готовых сосисок	—	25	—	20	—	15
Масса готового набора	—	75	—	60	—	45

Бульон варят с добавлением костей свинокопченостей Все овощи шинкуют, свеклу тушат, морковь и лук пассеруют В остальном борщ готовят, как в рец. № 109, с капустой свежей Вареное мясо, окорок, сосиски нарезают по одному куску на порцию, заливают бульоном, доводят до кипения, проваривают 3—5 *мин и кладут в борщ при отпуске*

113. Борщ сибирский

	БРУТТО	НЕТТО
Свекла	200	160
Капуста свежая	100	80
или квашеная	86	60
Картофель	53	40
Фасоль	40	40
Морковь	50	40
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	30	30
Кулинарный жир	16	16
Чеснок	5	4
Сахар	10	10
Уксус 3%-ный	6	6
Бульон или вода	800	800
Выход	—	1000

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Фрикадельки мясные готовые № 114 на порцию 500 г		75	—	50	—	35

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)

Фрикадельки припускают отдельно в бульоне и кладут в борщ при отпуске Борщ можно отпускать с добавлением окорока вареного по 20—30 г на порцию *по I и II колонкам В этом случае масса фрикаделек уменьшается на 50%* Чеснок, растертый с солью, вводят одновременно со специями

114. Фрикадельки мясные

	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	1549	1140
или баранина	1594	1140
или свинина	1338	1140

	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	119	100
Вода	100	100
Яйца	2 шт	80
Масса полуфабриката	—	1340
	—	1000

Мясо пропускают через мясорубку 2—3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным 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.

115. Борщ летний (с ботвой свеклы)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свекла молодая с ботвой	250	200	250	200	50	200
Картофель	200	150	107	80	67	200
Фасоль	—	—	40	40	—	—
Морковь	50	40	50	40	25	20
Петрушка (корень)	27	20	27	20	27	20
Лук-порей	53	40	53	40	53	40
или лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Кабачки	149	100	149	100	—	—
Помидоры свежие или	94	80	94	80	94	80
томатное пюре	37	37	37	37	237	37
Кулинарный жир	20	20	20	20	220	20
Уксус 3%-ный	6	6	6	6	6	6
Бульон или вода	700	700	700	700	700	700
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Коренья, кабачки и лук нарезают ломтиками, картофель — крупными кубиками или брусочками, листья и черешки ботвы разрезают на части. Черешки ботвы свеклы и фасоль предварительно отваривают, морковь и лук пассеруют. В кипящий бульон или воду закладывают пассерованные морковь и лук, листья ботвы, картофель и варят до готовности За 5—10 мин до окончания варки добавляют подготовленные черешки ботвы, нарезанные дольками помидоры, кабачки, вареную фасоль, соль, специи, уксус В борщ можно добавить сахар (6 г на 1000 г борща)

116. 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

	БРУТТО	НЕТТО
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, свининой Отдельно можно подать пампушки с чесноком

117. Пампушки с чесноком

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, приготовленного, как указано на с 380, формуют 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

118. Борщ кубанский с кабачками

Свекла	63	50
Капуста свежая	75	60
Кабачки	75	50
Картофель	100	75
Помидоры свежие	59	50
Лук репчатый	30	25

	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	31	25
Фасоль	20	20
Шпик	30	30
Масло сливочное или маргарин	10	10
Уксус 3%-ный	6	6
Петрушка (зелень)	7	7
Бульон	800	800
Выход	—	1000

Свеклу, морковь нарезают ломтиками, капусту — шашками, картофель и помидоры — дольками, лук репчатый — полукольцами Подготовленные морковь и лук репчатый пассеруют Фасоль отваривают Кабачки очищают от кожицы и семян, нарезают кубиками и припускают Свеклу тушат с добавлением жира, бульона, уксуса

В кипящий бульон закладывают капусту, доводят до кипения, добавляют картофель и варят в течение 10—15 мин, затем добавляют пассерованные овощи, тушеную свеклу и варят до готовности За 5—10 мин до окончания варки кладут вареную фасоль, припущенные кабачки, дольки помидоров, специи, соль Заправляют борщ шпиком, нарезанным кубиками

Подают борщ со сметаной и зеленью

ЩИ

Щи приготовляют из белокачанной 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 мясными 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 надо учитывать, что при промывании квашеной капусты теряется часть содержащихся в ней питательных веществ Капусту квашеную тушат 1,5—2,5 ч, для щей суточных — 3—4 ч

Способ приготовления тушеной капусты указан на с 61

Можно также готовить щи из сырой квашеной капусты

Для приготовления щей из квашеной капусты можно использовать полуфабрикаты, выпускаемые промышленностью, капусту тушеную стерилизованную или быстрозамороженную, которая представляет собой шинкованную квашеную капусту с пассерованными овощами (луком, морковью, белыми кореньями) с добавлением томата, пшеничной муки, сахара и специй

Щи из свежей капусты можно подавать с пирожками (рец № 687), или ватрушками (рец № 695) или кулебякой (рец № 699)

Щи из квашеной капусты — с рассыпчатой гречневой кашей (рец № 463), крупеником (рец № 263) или ватрушками (рец № 695)

Щи отпускают со сметаной и посыпают зеленью.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
119. Щи из свежей капусты						
Капуста белокочанная	400	320	400	320	350	280
или савойская	410	320	410	320	410	320
Репа	40	30	40	30	—	—
Морковь	50	40	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10	13	10
Лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Помидоры свежие	106	90	—	—	—	—
Томатное пюре	—	—	20	20	6	6
Мука пшеничная	6	6	—	—	10	10
Кулинарный жир	20	20	20	20	20	20
Бульон или вода	700	700	750	750	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную свежую капусту, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности За 5—10 мин до окончания варки в щи добавляют нарезанные дольками помидоры или пассерованное томатное пюре, пассерованную муку, разведенную бульоном или водой Одновременно со специями в щи можно положить чеснок (2 г нетто на 1000 г щей), растертый с солью

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
120. Щи из свежей капусты с картофелем						
Капуста белокочанная	300	240	300	240	250	200
или савойская	308	240	308	240	—	—
Картофель	160	120	160	120	160	120
Репа	40	30	40	30	—	—
Морковь	50	40	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10	13	10
Лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Помидоры свежие	94	80	—	—	—	—
Томатное пюре	—	—	20	20	—	—
Кулинарный жир	20	20	20	20	20	20
Бульон или вода	650	650	750	750	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Капусту нарезают шашками, картофель — дольками

В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель В остальном готовят и отпускают, как указано в рец. № 119 При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля Щи по III колонке можно готовить с томатным пюре (10 г на 1000 г супа)

	БРУТТО	НЕТТО
121. Щи из щавеля		
Щавель	329	250
Петрушка (корень)	13	10
Лук репчатый	24	20

	БРУТТО	НЕТТО
Лук-порей	26	20
Маргарин столовый	24	24
Молоко или сливки	150	150
Яйца	2½ шт	100
Бульон или вода	700	700
Выход	—	1000
Гренки № 704 на порцию 500 г	—	20

Щавель припускают в собственном соку, затем протирают В кипящий бульон или воду кладут картофель и варят, затем добавляют пассерованный лук, пюре из щавеля и варят 15 мин За 5—10 мин до окончания варки добавляют соль, специи

Щи перед отпуском заправляют льезоном (смесью из молока или сливок и 1/2 шт яйца на 1000 г супа) Для его приготовления сырые яичные желтки размешивают, постепенно добавляют кипяченое и охлажденное до температуры 60—70° С молоко или сливки Смесь проваривают при слабом нагреве на водяной бане до загустения, не доводя до кипения, затем процеживают

При отпуске в щи кладут яйцо, сваренное в «мешочек» или вкрутую, сметану и отдельно подают гренки

122. Щи из квашеной капусты

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста квашеная	357	250	357	250
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Томатное пюре	40	40	10	10
Мука пшеничная	10	10	6	6
Кулинарный жир	20	20	20	20
Бульон или вода	800	800	800	800
Выход	—	1000	—	1000

Подготовленную квашеную капусту тушат (стр 61) 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.

123. Щи суточные

Кости свинокопченостей	50	50	50	50
Капуста квашеная	357	250	357	250
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Томатное пюре	50	50	10	10
Кулинарный жир	30	30	28	28

	I и II		III	
Мука пшеничная	10	10	6	6
Чеснок	4	3	4	3
Бульон или вода	800	800	850	850
Выход	—	1000	—	1000

Квашеную капусту мелко рубят и тушат (стр 61) с добавлением томатного пюре и костей свинокопченостей 3—4 ч Морковь нарезают мелкими кубиками, лук мелко рубят и пассеруют

В кипящий бульон или воду кладут тушеную капусту, пассерованные овощи и варят до готовности За 5—10 мин до окончания варки добавляют пассерованную муку, разведенную бульоном или водой, соль, специи Готовые щи заправляют чесноком, растертым с солью

Щи можно приготовить с мясом и другими мясными продуктами

При приготовлении щей со свиной головой норма жира уменьшается (стр 53).

124. Щи по-уральски (с крупой)

Крупа (овсяные хлопья «Геркулес», пшено, перловая, овсяная или рисовая)	20	20	20	20
Томатное пюре	50	50	50	50
Капуста квашеная	286	200	286	200
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Кулинарный жир	20	20	20	20
Бульон или вода	850	850	850	850
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду всыпают подготовленную крупу 61 доводят до кипения, кладут капусту тушеную, через 15—20 мин после закипания добавляют пассерованные овощи и варят щи до готовности

125. Щи томленые с гречневыми блинами

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста квашеная	429	300
Морковь	44	35
Лук репчатый	42	35
Томатное пюре	17	17
Мука пшеничная	10	10
Маргарин	33	33
Бульон	850	850
Выход	—	1000

Подготовленную квашеную капусту мелко рубят и тушат с добавлением пассерованного томатного пюре Морковь нарезают мелкими кубиками, лук репчатый мелко рубят, овощи пассеруют по отдельности В кипящий бульон кладут тушеную капусту, пассерованные овощи и заправляют пассерованной мукой, разведенной теплым бульоном, варят 10—15 мин и разливают в горшочки, добавляют специи, закрывают крышкой и ставят щи на слабый нагрев на 1—1,5 ч

Отпускают щи в горшочках со сметаной Отдельно подают блины гречневые по 2 шт на порцию Технология приготовления блинов гречневых приведена в рецептуре № 676

126. Щи боярские

	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (длиннейшая мышца спины)	107	79
Маргарин	3	3
Масса готового мяса	—	50
Грибы белые сушеные	4	8[1]
Капуста квашеная	143	100
Морковь	25	20
Лук репчатый	24	20
Томатное пюре	20	20
Маргарин	6	6
Мука пшеничная	5	5
Тесто		
мука пшеничная	7	7
в том числе мука на подпыл	1	1
сахар	1	1
соль	0,3	0,3
дрожжи (прессованные)	1	1
вода	10	10
Масса теста	—	18
Масса готовой лепешки	—	15
Вода	500	500
Выход	—	550

[1] Масса вареных грибов

Мясо нарезают на порционные куски и обжаривают Приготовленные сушеные грибы заливают холодной водой (7 л воды на 1 кг грибов), оставляют на 3—4 ч для набухания и затем варят в той же воде до готовности Полученный отвар процеживают, грибы промывают и нарезают соломкой Квашеную капусту мелко нарезают и тушат 1,5—2 ч с добавлением грибного отвара, пассерованного томатного пюре

Морковь и лук репчатый шинкуют, пассеруют В горшочек кладут мясо, тушеную капусту, пассерованные овощи, заливают водой, добавляют грибной отвар, доводят до кипения, заправляют пассерованной мукой, разведенной водой или грибным отваром, кладут соль и специи, закрывают лепешкой из теста и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 15—20 мин

Для лепешки дрожжи разводят в теплой воде с температурой 30—35° С, добавляют сахар, соль, просеянную муку, замешивают тесто и ставят на 3—4 ч для брожения в помещение с температурой 35—40° С Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1—2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1—2 раза Готовое тесто делят на кусочки массой 18 г и раскатывают на круглые лепешки

Отпускают щи боярские в горшочке, закрытом лепешкой

РАССОЛЬНИКИ

Обязательной составной частью рассольников являются огурцы соленые Рассольники готовят вегетарианскими, на бульонах костном, мясо-костном, рыбном, из птицы, грибном отваре Отпускают с потрохами, почками и другими мясопродуктами Соленые огурцы нарезают соломкой или ромбиками У огурцов с-гру-

бой 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 (рец. № 695), а на рыбном — расстегаи (рец. № 696).

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

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
127. Рассольник				
Картофель	320	240	400	300
Петрушка (корень)	80	60	—	—
Сельдерей (корень)	15	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Лук-порей	53	40	—	—
Огурцы соленые	67	60	67	60
Щавель	53	40	—	—
или шпинат	54	40	—	—
Маргарин столовый	20	20	20	20
Бульон или вода	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь и лук, а через 5—10 мин вводят припущенные огурцы, в конце варки кладут нарезанные на части листья щавеля или шпината, соль, специи При приготовлении рассольника без шпината или щавеля норму закладки огурцов и овощей соответственно увеличивают

128. Рассольник домашний				
Капуста свежая	100	80	100	80
Картофель	240	180	400	300
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	80	60	—	—
Сельдерей (корень)	29	20	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Лук-порей	53	40	—	—
Огурцы соленые	67	60	67	60
Маргарин столовый	20	20	20	20
Бульон или вода	750	750	700	700
Выход	—	1000	—	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

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
129. Рассольник ленинградский				
Картофель	400	300	400	300
Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	30	30	20	20
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20
Лук-порей	26	20	—	—
Огурцы соленые	67	60	67	60
Томатное пюре	30	30	—	—
Маргарин столовый	20	20	20	20
Бульон или вода	700	700	750	750
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу (с 61) и варят рассольник обычным способом За 5—10 мин до готовности кладут пассерованное томатное пюре.

Рассольник можно готовить без томатного пюре

	БРУТТО	НЕТТО
130. Рассольник по-кубански		
Почки говяжьи	146	125
Масса отварных почек	—	60
Сердце	118	100
Масса отварного сердца	—	60
Фасоль	60	60
Картофель	266	200
Лук репчатый	48	40
Маргарин	20	20
Огурцы соленые	88	80
Томатное пюре	10	10
Чеснок	12	20
Шпик	42	40
Петрушка (зелень)	28	20
Бульон или вода	560	560
Выход	—	1000

Подготовленные почки говяжьи и сердце варят по отдельности

Лук репчатый нарезают полукольцами и пассеруют с томатным пюре Соленые огурцы нарезают ломтиками и припускают

Предварительно замоченную фасоль варят в бульоне или воде до полуготовности, добавляют картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, соединяют с пассерованными репчатым луком и томатным пюре За 10 мин до готовности вводят припущенные соленые огурцы, отварные почки и сердце, нарезанные ломтиками, соль, специи

При отпуске рассольник заправляют шпиком, растертым с чесноком, и посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки

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, свининой, 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 (рец № 687) или кулебяку (рец № 699)

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
131. Суп картофельный				
Картофель	600	450	600	450
Репа	40	30	—	—
Морковь	25	20	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Томатное пюре	10	10	—	—
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	10	10	10	10
Бульон или вода	700	700	700	700
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут картофель, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук, томатное пюре и варят до готовности За 5—10 мин до окончания варки кладут специи, соль Можно суп готовить без томатного пюре

Этот суп хорошо готовить с рыбой и рыбными продуктами При приготовлении супа с грибами вареные грибы нарезают ломтиками или соломкой, слегка обжаривают и кладут в суп вместе с пассерованными овощами

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
132. Суп из овощей						
Капуста цветная или	96	50	—	—	—	—
брюссельская [1] или	77	50	—	—	—	—
белокочанная	—	—	100	80	100	80
Картофель	—	—	267	200	267	200
Репа	53	40	—	—	—	—
Морковь	25	20	50	40	50	40
Петрушка (корень)	27	20	27	20	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	48	40

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Люк-порей	26	20	26	20	—	—
Горошек зеленый консервированный или фасоль овощная (лопатка) свежая	— 67	— 60	46 —	30 —	46 33	30 30
Помидоры свежие	94	80	94	80	—	—
Грибы белые свежие	53	40	—	—	—	—
Маргарин столовый	20	20	20	20	20	20
Бульон или вода	850	850	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Норма закладки указана на капусту кочанчиками

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 овощную (лопатку) свежую можно заменить консервированной в соответствии с нормами взаимозаменяемости

Суп можно отпускать со сметаной

133. Суп картофельный со сладким перцем

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	267	200
Перец сладкий свежий	374	280
Масло растительное	30	30
Вода	850	850
Сметана	50	50
Петрушка (зелень)	8	6
Лук зеленый	7	6
Выход	—	1000

Подготовленные картофель и перец сладкий нарезают мелкими кубиками В кипящую воду кладут картофель и варят За 5—10 мин до окончания варки добавляют нарезанный перец, соль и в конце варки — масло растительное

При отпуске в суп кладут сметану, мелко нарезанные зелень петрушки и лук зеленый

134. Юшка картофельная с кабачками и помидорами

Картофель	320	240
Кабачки	149	100
Помидоры	118	100
Морковь	50	40
Петрушка (корень)	40	30
Лук репчатый	48	40

	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин	30	30
Бульон	750	750
Сметана	50	50
Петрушка (зелень)	11	8
Выход	—	1000

Подготовленный картофель нарезают ломтиками, кабачки с удаленными семечками и кожицей, помидоры — дольками, морковь, петрушку и лук репчатый — мелкими кубиками Морковь и лук пассеруют

В кипящий бульон кладут картофель, доводят до кипения, через 5—10 мин добавляют кабачки, помидоры, корень петрушки, пассерованные овощи и варят до готовности За 5—10 мин до окончания варки кладут специи, соль.

При отпуске в юшку кладут сметану и мелко нарезанную зелень петрушки

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
135. Суп картофельный с мясными фрикадельками				
Картофель	400	300	533	400
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Томатное пюре	10	10	10	10
Маргарин столовый	10	10	10	10
Бульон или вода	800	800	700	700
Выход	—	1000	—	1000

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Фрикадельки мясные готовые № 114 на порцию 500 г	—	75	—	50	—	35

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

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
136. Суп картофельный с крупой				
Картофель	427	320	400	300
Крупа перловая, овсяная, пшеничная или	40	40	40	40

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
рисовая, пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	20	20	20	20
или манная	30	30	30	30
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
или лук-порей	26	20	—	—
Кулинарный жир	10	10	10	10
Бульон или вода для круп пшеничной,	700	700	700	700
овсяной, перловой для остальных круп	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000

Лук мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и пассеруют Картофель, петрушку нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу (с 61), картофель, пассерованные овощи и варят до готовности За 5—10 мин до окончания варки кладут соль, специи Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с пассерованными овощами Манную крупу засыпают в суп за 10 мин до его готовности

Суп картофельный с перловой крупой можно приготовить с рыбой, головизной рыб семейства осетровых Обработанную головизну и порции рыбы варят отдельно

При приготовлении супа с рыбой можно использовать масло растительное

137. Суп полевой

Шпик	81	78	58	56
Картофель	373	280	373	280
Крупа пшено	50	50	50	50
Лук репчатый	95	80	95	80
Бульон или вода	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000

Пшено промывают несколько раз теплой (40—50° С) водой, затем ошпаривают кипятком Шпик нарезают кубиками, обжаривают, на выделившемся жире пассеруют лук репчатый, нарезанный мелкими кубиками

В кипящий бульон или воду кладут подготовленное пшено, а через 5—10 мин добавляют нарезанный кубиками картофель, пассерованный лук со шпиком и продолжают варить За 5—10 мин до окончания варки супа кладут специи, соль

138. Суп картофельный с бобовыми

Картофель	333	250	267	200
Фасоль, или горох лущеный	81	80	81	80
или чечевица	101	100	101	100
или горошек зеленый консервированный	154	100	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Морковь	50	40	50	40

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Петрушка (корень)	13	10	13	10
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	20	20	20	20
Бульон или вода	650	650	700	700
Выход	—	1000	—	1000

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

Фасоль, горох, чечевицу подготавливают, как указано на с 61, 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.

139. Суп картофельный с макаронными изделиями

Картофель	400	300	400	300
Макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия, лапша домашняя № 703	40	40	40	40
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10
Бульон или вода	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель — брусочками или кубиками, коренья — брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко бурят 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 (10 г на 1000 г супа)

140. Суп картофельный с рыбными фрикадельками

Картофель	400	300	533	400
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук-порей	26	20	—	—
Томатное пюре	10	10	10	10
Масло растительное	10	10	10	10
Бульон или вода	800	800	700	700
Выход	—	1000	—	1000

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Фрикадельки рыбные готовые № 141 на порцию 500 г	–	100	—	75	—	50

Готовят так же, как суп картофельный с мясными фрикадельками (рец № 135)

141. Фрикадельки рыбные

	БРУТТО	НЕТТО
Сом (кроме океанического) [1]	1880	940
или минтай [1]		
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	1¼ шт	50
Лук репчатый	238	200
Бульон	90	90
Масса полуфабриката	—	1250
Выход	—	1000

[1] Норма закладки указана на сом и минтай неразделанные, на окунь морской и треску потрошеные обезглавленные

Филе рыбы с кожей без костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку, затем добавляют мелко рубленный лук, яйца, перец черный, соль, воду и все тщательно перемешивают

Сформованные шарики массой 15—18 г припускают в бульоне до готовности

142. Суп с рыбными вареничками

Картофель	67	50
Морковь	25	20
Петрушка (корень)	8	6
Лук репчатый	24	20
Маргарин	10	10

	БРУТТО	НЕТТО
Варенички рыбные (полуфабрикат)		
Мука пшеничная	320	320
Яйца	1/2 шт	20
Вода	115	115
Соль	6	6
Масса теста	—	450
Хек тихоокеанский [1]	711	505
Лук репчатый	71	60
Маргарин	30	30
Масса пассерованного лука		30
Яйца	5/8 шт	25
Масса фарша	—	560
Яйца для смазки	1/2	20
Выход	—	1000

[1] Нормы закладки даны на хек потрошеный обезглавленный

В просеянную муку добавляют нагретую до 30—35° С воду, яйца, соль и замешивают тесто до однородной консистенции Подготовленное тесто выдерживают 30—40 мин Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 1,5—2 мм Край раскатанного пласта шириной 5—6 см смазывают яйцами На середину смазанной полосы, вдоль нее кладут рядами шарики фарша массой 8—9 г на расстоянии 3—4 см один от другого Затем края смазанной полосы теста приподнимают, накрывают им фарш, после чего вырезают варенички специальным приспособлением или формочкой Масса одной штуки должна быть 14—15 г

Для фарша хек, разделанный на филе без кожи и костей, нарезают на куски, пропускают через мясорубку, добавляют пассерованный лук, яйца, соль, перец черный молотый и тщательно перемешивают.

Варенички	—	75/80[1]
Бульон	400	400
Выход	—	500

[1] В числителе указана масса вареничков — полуфабрикат, в знаменателе — масса готовых вареничков

В кипящий процеженный бульон, приготовленный из рыбных пищевых отходов, кладут картофель, нарезанный дольками, доводят до кипения, добавляют нарезанные ломтиками петрушку, пассерованные морковь, лук репчатый и варят до готовности За 10 мин до окончания варки закладывают варенички

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
143. Суп картофельный с грибами						
Грибы белые свежие	263	200	175	133	88	67
или шампиньоны свежие	282	214	188	143	93	71
или грибы белые сушеные	12	12	10	10	6	6

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса готовых свежих грибов	—	150	—	100	—	50
Масса готовых сушеных грибов	—	24	—	20	—	12
Картофель	400	300	467	350	533	400
Морковь	50	40	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Помидоры свежие	94	80	71	60	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Бульон или вода	650	650	650	650	700	700
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

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

В кипящий бульон или воду кладут нашинкованные шляпки свежих грибов и варят 35—40 мин, затем закладывают картофель, доводят до кипения, вводят пассерованные овощи и ножки

144. Похлебка рыбная по-сибирски

	БРУТТО	НЕТТО
Сиг амурский	226	126
или стерлядь	218	126
или осетр	250	124
Масса готовой рыбы	—	100
Картофель	460	345
Лук репчатый	71	60
Помидоры свежие	14	12
Маргарин	10	10
Грибы белые сушеные	10	20[1]
Чеснок	5,1	4
Вода	800	800
Укроп (зелень)	11	8
Выход	—	1100
Масса вареной рыбы на порцию супа 500 г	—	50

[1] Масса вареных грибов

Подготовленные сушеные грибы замачивают в холодной воде, варят в той же воде, промывают и нарезают соломкой Рыбу с костным скелетом разделывают на филе с кожей без костей, рыбу семейства осетровых — на звенья с кожей без хрящей, нарезают на порционные куски и припускают до готовности Рыбу вынимают из бульона, бульон процеживают

Свежие помидоры нарезают дольками, лук репчатый нарезают полукольцами и пассеруют с помидорами Рыбный бульон соединяют с процеженным грибным отваром, доводят до кипения, кладут нарезанный брусочками картофель и варят За 10 мин до готовности вводят пассерованные овощи и грибы, соль, специи В конце варки добавляют растертый с солью чеснок

При отпуске в похлебку кладут рыбу и посыпают мелко нарезанной зеленью

145. Похлебка по-суворовски

	БРУТТО	НЕТТО
Судак	120	61/50[1]
Картофель	67	50
Лук репчатый	10	8
Морковь	10	8
Масло сливочное или маргарин	7	7
Помидоры	35	30
Шампиньоны свежие	43	33
Бульон рыбный	230	230
Чеснок	2,6	2
Выход	—	350

[1] В числителе указана масса судака нетто, в знаменателе — масса отварного судака

Судак разделывают на филе с кожей без костей Рыбные пищевые отходы заливают холодной водой и варят Рыбный бульон процеживают и в нем припускают филе судака Готовое филе вынимают Подготовленные грибы отваривают и нарезают дольками

В процеженный рыбный бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, пассерованные лук репчатый, нарезанный кольцами, морковь, нарезанную кружочками, и варят В конце варки кладут дольки помидоров, отварные грибы, судак, соль, специи

При отпуске в похлебку добавляют измельченный чеснок, можно посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки

146. Похлебка старомосковская

Говядина (лопаточная часть)	33	24/15
Курица	32	21/15
Окорок варено-копченый (без шкуры с костями) тамбовский	20	15
Картофель	40	30
Морковь	10	8
Петрушка (корень)	9	7
Лук репчатый	24	20
Томатное пюре	13	13
Грибы белые свежие	53	40/20
Масло сливочное или маргарин	8	8
Вода	235	235
Чеснок	6	5
Сметана	20	20
Выход	—	300

В числителе указана масса мясопродуктов нетто, в знаменателе — масса отварных мясопродуктов, у кур — с учетом нарубания

В числителе указана масса нетто, в знаменателе — масса жареных грибов

Говядину варят крупным куском, за 1,5 ч до готовности мяса кладут подготовленные тушки кур

Вареную говядину и окорок варено-копченый нарезают по одному куску на порцию, вареную курицу нарубают по одному куску на порцию Полученный бульон процеживают

Подготовленные лук репчатый, морковь, корень петрушки нарезают кубиками и пассеруют Картофель нарезают также кубиками Подготовленные грибы отваривают, нарезают ломтиками и обжаривают Томатное пюре пассеруют

В горшочки с кипящим бульоном кладут нарезанный картофель, доводят до кипения, добавляют подготовленные овощи, грибы, мясопродукты и варят, в конце варки за 5—7 мин вводят пассерованные томатное пюре, специи Готовой похлебке дают настояться при закрытой крышке

При отпуске в похлебку кладут измельченный чеснок, мелко нарезанную зелень петрушки и сметану Отпускают в горшочке

	БРУТТО	НЕТТО
147. Похлебка грибная (карельское национальное блюдо)		
Грибы белые сушеные	60	60
Масса вареных грибов	—	120
Хлеб пшеничный	150	150
Лук репчатый	119	100
Маргарин	30	30
Вода	700	700
Сметана	20	20
Выход	—	1000

Подготовленные грибы заливают холодной водой (7 л воды на 1 кг грибов), оставляют на 3—4 ч для набухания и затем варят в той же воде до готовности Полученный отвар процеживают, грибы промывают, нарезают соломкой Черствый хлеб мелко нарезают или натирают на терке Нарезанный соломкой репчатый лук пассеруют Смешивают подготовленные хлеб и лук, добавляют часть грибного отвара и прогревают В грибной бульон кладут приготовленную смесь и грибы, проваривают 2—3 мин

Похлебку отпускают со сметаной

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 коренья 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 макаронными изделиями следует готовить небольшими партиями с таким расчетом, чтобы реализовать их в течение 30—40 мин

Супы приготовляют на костном, мясо-костном бульонах, с говядиной, бараниной, телятиной (грудинка), индейкой, курицей, субпродуктами птицы, мясными консервами, свежими или сушеными грибами Супы с бобовыми рекомендуют приготовлять со свининой, с копченой корейкой, грудинкой, окороком сырокопченым

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
148. Суп с макаронными изделиями				
Макароны, вермишель, лапша, фигурные изделия	80	80	80	80

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Кулинарный жир	20	20	20	20
Томатное пюре	—	—	6	6
Бульон или вода	950	950	950	950
Выход	—	1000	—	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

	БРУТТО	НЕТТО
149. Суп-лапша с помидорами по-казачьи		
Курица	324	215
Морковь	13	10
Петрушка (корень)	12	9
Лук репчатый	12	10
Вода	1150	1150
Масса вареной курицы	—	150
Масса бульона	—	900
Лапша домашняя № 703	—	80
Масса вареной лапши	—	200
Помидоры свежие	94	80
Масло сливочное или маргарин	20	20
Масса жареных помидоров	—	50
Петрушка (зелень)	13	10
Выход	—	1150
Масса вареной курицы на порцию супа 500 г	—	75

Подготовленные сушки курицы заливают холодной водой, быстро доводят до кипения, затем варят до готовности при слабом кипении 1—2 ч В процессе варки снимают пену и жир. За 30—40 мин до готовности бульона в него добавляют петрушку (корень), подпеченные морковь и лук репчатый, соль Готовый бульон процеживают Сваренные тушки нарубают по 75 г на порцию.

Подготовленные помидоры нарезают на четвертинки и жарят на масле или маргарине

В кипящий бульон кладут лапшу домашнюю и варят до готовности 10—15 мин За 5 мин до окончания варки добавляют жареные помидоры

При отпуске в суп кладут курицу и мелко нарезанную зелень петрушки

	БРУТТО	НЕТТО
150. Хирмаса (суп из субпродуктов с лапшой домашней — бурятское национальное блюдо)		
Рубцы	96	91/50[1]
Легкие	75	69/50[1]
Жир-сырец говяжий	25	25
Масса готовых продуктов	—	120
Лапша домашняя № 703	40	40
Масса отварной лапши	—	100
Чеснок	13	10
Вода	450	450
Выход	—	500

[1] В числителе указана масса продуктов нетто, в знаменателе — масса отварных продуктов

Рубцы вымачивают 6—8 ч в холодной воде, периодически меняя воду, несколько раз ошпаривают, зачищают и промывают

Легкие промывают от слизи и крови

Подготовленные субпродукты, жир-сырец нарезают брусочками длиной 50—60 мм, заливают холодной водой и варят в течение 1—1,5 ч За 15—10 мин до готовности кладут подготовленную домашнюю лапшу, соль, перец черный молотый В конце варки кладут мелко рубленный чеснок

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
151. Суп-лапша домашняя				
Лапша домашняя № 703	—	80	—	80
Масса вареной лапши	—	200	—	200
Морковь	50	40	—	—
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	24	20	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Кулинарный жир	20	20	20	20
Бульон или вода	900	900	950	950
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут пассерованные морковь, лук и варят с момента закипания 5—8 мин, после чего добавляют подготовленную домашнюю лапшу (391) и варят до готовности

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
152. Суп-лапша грибная						
Грибы белые сушеные	26	26	16	16	6	6
или грибы белые свежие	263	200	175	133	88	67

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или шампиньоны свежие	282	214	188	143	93	71
Масса вареных сушеных грибов	—	52	—	32	—	12
Масса вареных свежих грибов	—	150	—	100	—	50
Лапша или вермишель	80	80	80	80	80	80
Морковь	50	40	50	40	50	40
Лук репчатый	24	20	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Кулинарный жир или масло растительное	20	20	20	20	20	20
Бульон или вода	900	900	900	900	950	950
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду кладут подготовленные грибы За 10—15 мин до готовности супа добавляют пассерованные морковь и лук, затем лапшу или вермишель и варят до готовности

Суп можно готовить с домашней лапшой (рец № 703) и отпускать со сметаной

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
153. Суп с крупой				
Крупа рисовая, перловая, манная	80	80	80	80
или овсяная, ячневая, пшеничная, пшено	100	100	100	100
Морковь	50	40	50	40
Петрушка (корень)	13	10	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—
Кулинарный жир или жир животный топленый пищевой	20	20	20	20
Бульон или вода				
для крупы манной	950	950	950	950
для остальных круп	1000	1000	1000	1000
Выход	—	1000	—	1000

В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу (с 61) за 15—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

154. Суп-харчо (грузинское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Крупа рисовая	70	70
Лук репчатый	95	80
Маргарин столовый	40	40
Томатное пюре	30	30
Соус ткемали (острая ткемаливая подлива)	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

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса готовой говядины (грудинка) на порцию 500 г	—	75	—	50
или масса готовой баранины (грудинка) на порцию 500 г	—	75	—	50

Грудинку говядины нарезают на кусочки массой 25—30 г и варят Лук репчатый мелко рубят и пассеруют с добавлением томатного пюре

В кипящий бульон кладут предварительно замоченную крупу рисовую, пассерованные 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

155. Шурпа в горшочке (дагестанское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (грудинка, лопаточная часть)	164	117[1]
		117+29
Масса отварной баранины	—	75[2]
		75+28
Картофель	153	115
Морковь	19	15
Лук репчатый	24	20
Томатное пюре	10	10
или помидоры свежие	18	15
Вода	350	350
Выход	—	475

[1] В числете указана масса полуфабриката без костей, в знаменателе — масса полуфабриката и кости (содержание костей в полуфабрикате 20%)

[2] В числителе указана масса отварного мяса без кости, в знаменателе — масса отварного мяса и кости

Баранину с костью нарезают на кусочки массой 25—30 г, кладут в горшочек, заливают холодной водой и варят до полуготовности Затем добавляют картофель, морковь, нарезанные брусочками, мелко нашинкованный лук репчатый, томатное пюре или помидоры, нарезанные дольками, и варят до готовности. За 5—10 мин до окончания варки кладут соль и специи

Отпускают шурпу в горшочке

156. Суп «Хинкал» (суп с мясом и ракушками — дагестанское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	219	161
или баранина (лопаточная часть, грудинка)	218	156
Масса отварного мяса	—	100
Хинкал		
мука пшеничная	60	60
в том числе мука на подпыл	2	2
яйца	1/20 шт	2
вода	30	30
соль	1	1
Масса теста	—	90
Масса отварного хинкала	—	150
Приправа		
сметана	35	35
чеснок	6,4	5
соль	1	1
вода	10	10
Масса сметанно-чесночной приправы	—	50
томатное пюре	25	25
кулинарный жир	3	3
чеснок	6,4	5
соль	1	1
вода	20	20
Масса томатно-чесночной приправы	—	50
Бульон	250	250
Выход	—	550

Говядину, или баранину варят крупным куском, затем вынимают из бульона и нарезают поперек волокон по 1—2 куска на порцию

Из просеянной муки, яиц, соли, воды замешивают пресное крутое тесто и выдерживают его в течение 30 мин

Для хинкала готовое тесто делят на куски, раскатывают в пласт толщиной 1,5—2 мм и нарезают ромбиками 40×50 мм, два конца соединяют, придавая изделию форму ракушки

В кипящий бульон кладут хинкал и варят при слабом кипении в течение 5—7 мин Когда изделия всплывут, заправляют сметанно-чесночной, или томатно-чесночной приправой

Для сметанно-чесночной приправы сметану смешивают с растертым с солью чесноком и разводят кипяченой охлажденной водой

Для томатно-чесночной приправы томатное пюре пассеруют, охлаждают, соединяют с растертым с солью чесноком и разводят кипяченой охлажденной водой

Отпускают хинкал вместе с бульоном и мясом

СОЛЯНКИ

Солянки приготовляют 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 разделывают 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
157. Солянка сборная мясная						
Телятина	95	63	—	—	—	—
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	110	81	110	81	88	65
Окорок копчено-вареный или вареный (со шкурой и костями)	53	40	53	40	—	—
Сосиски или сердельки	41	40	41	40	41	40
Почки говяжьи	121	104	73	63	—	—
Масса готовой телятины	—	40	—	—	—	—
Масса готовой говядины	—	50	—	50	—	40
Масса готового окорока	—	40	—	40	—	—
Масса готовых сосисок или сарделек	—	40	—	40	—	40
Масса готовых почек	—	50	—	30	—	—
Лук репчатый	119	100	107	90	107	90
Огурцы соленые	100	60	100	60	100	60
Каперсы	40	20	40	20	40	20

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Маслины	50	50	40	40	—	—
Томатное пюре	50	50	40	40	20	20
Масло сливочное	24	24	20	20	16	16
Бульон	750	750	800	800	900	900
Лимон	16	10	13	8	10	6
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	60	60	50	50	20	20

Готовят и отпускают солянку, как указано выше (с 89)

158. Солянка по-казански (солянка с черносливом)

	БРУТТО	НЕТТО
Конина [1] (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	88	65/40[2]
или говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	88	65/40[2]
Баранина (лопаточная часть, грудинка)	88	63/40[2]
Почки говяжьи	97	83/40[2]
или язык говяжий	67	40[3]
Масса мясного набора	—	120
Лук репчатый	107	90
Огурцы соленые	117	70
Чернослив	53	80/60[4]
Томатное пюре	40	40
Масло сливочное или маргарин	20	20
Вода	800	800
Сметана	—	50
Выход	—	1000
Масса мясного набора на порцию 500 г	—	60

[1] Нормы отходов и потерь при холодной и тепловой обработках определяются контрольными проработками

[2] В числителе указана масса продуктов нетто, в знаменателе — масса отварных продуктов

[3] Масса отварного языка

[4] В числителе указана масса набухшего чернослива с косточкой, в знаменателе — *масса набухшего чернослива без косточки*

Отварные мясо, почки или язык нарезают ломтиками Лук репчатый нарезают полукольцами и пассеруют Перебранный и промытый чернослив заливают горячей водой и оставляют в ней до полного набухания, затем удаляют косточки Огурцы соленые очищают от кожицы и семян, нарезают соломкой и припускают Томатное пюре пассеруют

В кипящий бульон кладут подготовленный лук, томатное пюре, огурцы, чернослив, мясные продукты и варят 5—10 мин

При отпуске в солянку кладут сметану Можно отпускать с лимоном

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
159. Солянка рыбная						
Стерлядь	431	250	324	188	—	—
или судак	478	244	359	183	239	122
или треска	—	—	—	—	161	122
или белуга	489	247	368	185	244	123
или окунь морской	—	—	—	—	174	122
или осетр	498	247	374	185	248	123
или зубатка пятнистая (пестрая)	—	—	—	—	185	120
Головизна	189	151	141	113	94	75
Масса готовой рыбы	—	200	—	150	—	100
Масса готовой головизны	—	80	—	60	—	40
Лук репчатый	119	100	107	90	107	90
Огурцы соленые	117	70	100	60	100	60
Каперсы	40	20	40	20	40	20
Маслины	50	50	40	40	—	—
Томатное пюре	50	50	40	40	20	20
Масло сливочное	24	24	20	20	16	16
Бульон рыбный	700	700	700	700	780	780
Лимон	16	10	13	8	10	6
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Рыбу с костным скелетом разделывают 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 приготовляют 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

160. Солянка грибная						
Грибы белые свежие	263	200	175	133	88	67
или шампиньоны свежие	282	214	188	143	93	71
или грибы белые сушеные	25	25	20	20	15	15
Масса готовых свежих грибов	—	150	—	100	—	50
Масса готовых сушеных грибов	—	50	—	40	—	30
Лук репчатый	119	100	107	90	107	90
Огурцы соленые	117	70	100	60	100	60
Каперсы	40	20	40	20	40	20

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Маслины	50	50	40	40	—	—
Томатное пюре	50	50	40	40	20	20
Масло сливочное	24	24	20	20	16	16
Грибной отвар	800	800	850	850	900	900
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	60	60	50	50	40	40

Солянку готовят обычным способом Вареные свежие или сушеные грибы шинкуют и кладут в кипящий отвар одновременно с другими продуктами и специями

СУПЫ МОЛОЧНЫЕ

Молочные супы приготовляют на цельном молоке или на смеси молока и воды Кроме натурального молока, для супов можно использовать молоко сгущенное стерилизованное без сахара, молоко коровье цельное сухое (табл 26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд»)

Супы готовят с макаронными изделиями, крупами и овощами

Молочные супы варят с макаронными изделиями или овощами (в зависимости от вида) — 10—40 мин, с дробленными крупами — 10—15 мин, с недробленными крупами (рисовая, гречневая, перловая, пшено и др) — 20—30 мин Молочные супы с макаронными изделиями при длительной варке и хранении быстро густеют Во избежание этого их следует готовить небольшими партиями с таким расчетом, чтобы реализовать их в течение 30—40 мин

Готовый суп заправляют маслом сливочным или маргарином столовым

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
161. Суп молочный с макаронными изделиями						
Молоко	800	800	700	700	500	500
Вода	120	120	220	220	420	420
Макароны, лапша, лапша домашняя № 703, вермишель, фигурные изделия	80	80	80	80	80	80
Масло сливочное	12	12	10	10	8	8
Сахар	10	10	10	10	6	6
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны — 15—20 мин, лапшу — 10—12 мин, вермишель — 5—7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности, кладут соль, сахар

При отпуске заправляют маслом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
162. Суп молочный с крупой						
Молоко	800	800	700	700	500	500
Вода	250	250	350	350	550	550
Крупа рисовая	70	70	70	70	60	60
или манная, кукурузная, хлопья овсяные «Геркулес»,	60	60	60	60	60	60
или ячневая, гречневая, перловая, пшено	80	80	80	80	80	80
Масло сливочное	12	12	10	10	8	8
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Рисовую, кукурузную, гречневую, ячневую, перловую крупы, пшено, хлопья овсяные «Геркулес» варят в подсоленной воде до полуготовности 10—15 мин Затем добавляют горячее молоко, кладут соль, сахар и варят до готовности

Кукурузную, перловую крупы можно варить в воде до готовности (соотношение воды и крупы 6 : 1), затем откидывают и закладывают в смесь молока и воды, доводят до кипения, кладут соль, сахар При отпуске заправляют маслом.

Манную крупу предварительно просеивают, всыпают тонкой струйкой в кипящую смесь молока и воды, кладут соль, сахар и варят 5—7 мин до готовности. При отпуске заправляют маслом

К супу можно подавать отдельно пшеничные или кукурузные хлопья по 25 г на порцию

163. Суп молочный с овощами						
Молоко	500	500	500	500	500	500
Вода	200	200	200	200	250	250
Капуста цветная	192	100	154	80	115	60
или белокочанная	125	100	100	30	75	60
Репа	40	30	—	—	—	—
Картофель	200	150	267	200	333	250
Морковь	50	40	50	40	50	40
Горошек зеленый консервированный	154	100	—	—	—	—
Фасоль овощная (лопатка) свежая	—	—	111	100	—	—
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10[1]	10	10[1]	10	10[1]
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] 50% жира используется для пассерования овощей

Морковь и репу нарезают ломтиками или дольками, картофель — кубиками или дольками, белокочанную капусту — шашками, цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, стручки фасоли разрезают на 2—3 части Репу, некоторые сорта белокочанной капусты и цветную капусту предварительно бланшируют для удаления горечи.

В кипящую воды кладут пассерованные морковь и репу, картофель, затем капусту, варят при слабом кипении до готовности

За 5—10 мин до окончания варки кладут горошек зеленый или фасоль, предварительно отваренную, вливают горячее молоко, добавляют соль и доводят до кипения При отпуске заправляют маслом

	БРУТТО	НЕТТО
164. Суп молочный с грибами		
Грибы белые свежие	263	200
или шампиньоны свежие	282	214
Масса припущенных грибов	—	150
Лук репчатый	30	25
Масло сливочное или маргарин	25	25
Картофель	400	300
Молоко	400	400
Вода	400	400
Выход	—	1000

Подготовленные грибы нарезают дольками и припускают Очищенный лук репчатый мелко нарезают и пассеруют на жире (5 г)

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный дольками, доводят до кипения, добавляют пассерованный лук репчатый, припущенные грибы, молоко и варят до готовности За 5—10 мин до окончания варки кладут соль

При отпуске суп заправляют маслом или маргарином

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
165. Суп молочный с клецками						
Молоко	800	800	700	700	500	500
Вода	—	—	100	100	300	300
Клецки готовые рец № 702	—	260	—	250	—	240
Масло сливочное	16	16	10	10	10	10
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Готовые клецки кладут при отпуске в порционную посуду, заливают горячим кипяченым молоком или смесью молока и воды с солью и сахаром, заправляют маслом

СУПЫ-ПЮРЕ

Супы-пюре готовят из овощей, круп, бобовых, из птицы, печени, грибов и других продуктов Супы-пюре приготовляют вегетарианскими, на костном бульоне, на отварах или бульонах, получаемых при варке или при 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

Для повышения пищевой ценности и улучшения вкусовых качеств супы, кроме «Супа-пюре из бобовых», заправляют сливочным маслом и горячим молоком или яично-молочной смесью (льезоном) Вместо молока и масла сливочного для заправки супов-пюре можно использовать сливки Масло сливочное при приготовлении супов по II и III колонкам можно заменить маргарином столовым Заправку вводят в готовые супы-пюре, после этого их не кипятят

Для приготовления яично-молочной смеси яичные желтки размешивают, постепенно добавляют горячее молоко и проваривают при слабом нагреве на водяной бане до загустения, не доводя до кипения, затем процеживают

При приготовлении вегетарианских супов-пюре норму вложения молока и яиц для заправки можно увеличить на 50% против указанной в рецептуре

Готовые супы-пюре хранят до отпуска на водяной бане или плите при температуре 80—85° С

Часть входящих по рецептуре продуктов можно не протирать и вводить в суп при отпуске как гарнир (15—20 г на порцию)

Ко всем супам-пюре отдельно можно подать кукурузные или пшеничные хлопья (25 г на порцию), или пирожки (рец №№ 687, 689) или гренки из пшеничного хлеба (рец № 704, (20 г на порцию)

Наряду с традиционной технологией приготовления супов-пюре из круп рекомендуется также приготовлять их с предварительным размолом и завариванием крупы в бульоне или воде, минуя процесс протирания

Можно применять крупяную муку промышленного изготовления

166. Суп-крем из тыквы

	БРУТТО	НЕТТО
Тыква	571	400
Молоко	800	800
Хлеб пшеничный	170	150
Сливки	50	50
Масло сливочное или маргарин	20	20
Выход	—	1000

Очищенную от кожицы и семян тыкву нарезают ломтиками, заливают частью молока и припускают в закрытой посуде на слабом огне с добавлением соли Зе 5—7 мин до готовности добавляют подсушенные гренки из пшеничного хлеба. Массу протирают, добавляют молоко, доводят до кипения и, сняв с огня, заправляют сливками и маслом сливочным или маргарином 1/3 часть гренок можно не протирать, а класть в суп при отпуске

167. Суп пюре из разных овощей

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста свежая	100	80	100	80	100	80
Картофель	120	90	120	90	120	90
Репа	80	60	80	60	80	60
Морковь	75	60	75	60	75	60
Лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Лук-порей	26	20	—	—	—	—
Горошек зеленый консервированный	77	50	31	20	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	20	20	20	20	20	20
Масло сливочное	30	30	20	20	20	20
Молоко	200	200	150	150	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Лук шинкуют и пассеруют, остальные овощи нарезают и припускают, репу предварительно бланшируют За 5—10 мин до окончания припускания добавляют пассерованный лук, горошек зеленый, затем все протирают

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

Часть горошка зеленого можно положить в целом виде в суп-пюре, довести до кипения и заправить.

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

168. Суп-пюре из кабачков или тыквы

Кабачки	388	260	388	260	388	260
или тыква	371	260	371	260	371	260
Морковь	25	20	25	20	25	20
Петрушка (корень)	13	10	—	—	—	—
Лук репчатый	24	20	24	20	48	40
Лук-порей	53	40	53	40	53	40
Фасоль овощная (лопатка) свежая	44	40	—	—	—	—
Горошек зеленый консервированный	–	—	62	40	—	—
Мука пшеничная	30	30	30	30	30	30
Масло сливочное	30	30	20	20	20	20
Молоко	200	200	150	150	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Нарезанные кабачки или тыкву припускают За 5—10 мин до окончания припускания добавляют пассерованные лук и морковь, горошек зеленый или фасоль, припускают до готовности, затем протирают В остальном суп готовят и отпускают, как указано в рец № 167

Горошек зеленый или фасоль и пасссерованный лук-порей можно не протирать, а положить в суп-пюре до его заправки, довести до кипения и заправить

169. Суп-пюре из зеленого горошка

Горошек зеленый консервированный	215	140	154	100	154	100
или зеленый сушеный	40	40	40	40	40	40
Морковь	25	20	25	20	25	20
Петрушка (корень)	13	10	—	—	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	71	60	71	60	71	60
Мука пшеничная	40	40	40	40	40	40
Масло сливочное	30	30	20	20	20	20
Молоко	200	200	150	150	150	150
Яйца	2/5 шт.	16	1/4 шт.	10	—	—
Бульон или вода	750	750	750	750	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Для гарнира часть горошка зеленого кипятят в собственном отваре Лук и морковь нарезают, пассеруют, припускают в небольшом количестве бульона до готовности вместе с остальным зеленым горошком, предусмотренным рецептурой, затем протирают В остальном суп готовят и отпускают, как в рец № 167

170. Суп-пюре из птицы

Курица	290	200	218	150	—	—
или индейка	272	200	204	150	—	—
или бройлер-цыпленок	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	—	—

Птицу варят, мякоть отделяют от костей Для гарнира филе птицы нарезают соломкой, заливают небольшим количеством бульона, кипятят Остальную мякоть пропускают через мясорубку с частой решеткой и протирают. В остальном суп варят обычным способом Готовый суп заправляют льезоном При отпуске в порционную посуду кладут филе птицы, нарезанное соломкой, отдельно подают гренки (рец № 704)

171. Суп-пюре из печени

Печень говяжья	181	150	120	100	—	—
или телячья, баранья, свиная	170	150	114	100	—	—
или куриная, или индейки, или утиная, или гусиная	—	150	—	100	—	—
Морковь	50	40	50	40	—	—
Петрушка (корень)	27	20	27	20	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40	—	—
Мука пшеничная	40	40	40	40	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
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	—	—

Печень, нарезанную кусочками, слегка поджаривают вместе с морковью и луком, тушат до готовности в небольшом количестве бульона, затем протирают. В остальном суп готовят и отпускают, как в рец № 167.

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

В охлажденный до 70° С 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 различные 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.

172. Бульон мясной прозрачный

Кости пищевые (говяжьи, кроме позвоночных)	500	500	375	375	250	250
Говядина (котлетное мясо) для оттяжки	190	140	149	110	113	83
Яйца для оттяжки	2/5 шт.	16	1/3 шт.	13	1/4 шт.	10
Морковь	16	13	13	10	10	8
Петрушка (корень) или сельдерей (корень)	13	10	11	8	7	5
Лук репчатый	15	10	12	8	7	5
Вода	1400	1400	1400	1400	1400	1400
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Из костей готовят бульон, как указано на с 59 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 белки и перемешивают оттяжку

Для придания мясному прозрачному бульону свойственного ему коричневого оттенка и аромата морковь, лук и белые коренья подпекают до образования светло-коричневой корочки, не допуская подгорания Сваренный бульон охлаждают до 50—60° С, 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
173. Бульон из кур или индеек прозрачный						
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	—	—

[1] С учетом потерь на порционирование

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 г на 1 кг костей), добавляют соль и выдерживают 1—2 ч на холоде при температуре 5—7° С, затем добавляют слегка взбитый яичный белок Бульон охлаждают до 50—60° С, 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.

	БРУТТО	НЕТТО
174. Лэпсытепх (бульон с жареными орешками из муки и зажаркой — адыгейское национальное блюдо)		
Бульон № 172	—	950
Орешки		
мука пшеничная	90	90

	БРУТТО	НЕТТО
в том числе мука на подпыл	5	5
яйца	1 шт.	40
соль	3	3
вода	20	20
Масса теста	—	150
масло растительное	17	17
Масса жареных орешков	—	150
Зажарка:		
лук репчатый	48	40/20[1]
масло сливочное или маргарин	50	50
перец красный молотый	1	1
Масса готовой зажарки	—	65
Выход	—	1000
Масса жареных мучных орешков на порцию супа 500 г	—	75

[1] В числителе указана масса лука репчатого нетто, в знаменателей — масса лука пассерованного

Для орешков из просеянной муки, яиц, воды и соли замешивают крутое пресное тесто Готовое тесто раскатывают в виде жгута и нарезают на кусочки массой 15 г и длиной 25—30 мм, придавая им форму грецкого ореха, оставляют на 10—15 мин для расстойки и жарят во фритюре

К бульону мясному прозрачному отдельно подают жареные орешки с зажаркой или их можно положить в бульон

Для зажарки репчатый лук нарезают мелкими кубиками, пассеруют на жире, затем добавляют перец красный молотый и перемешивают

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)

Таблица 3

№ п/п	Наименование гарниров	На порцию (масса г)		
		I	II	III
1	Пирожки №№ 687, 689	75	75	75
2.	Гренки из пшеничного хлеба № 704	20	20	20
3.	Гренки с сыром № 705	55	45	40
4.	Гренки острые № 706	65	60	—
5.	Хлопья кукурузные или пшеничные	25	25	25
6.	Расстегаи №№ 696, 697, 698	1 шт	1 шт	—
7.	Профитроли № 707	21	—	—
8.	Пельмени №№ 661	175	150	100
9.	Клецки мучные № 702	130	125	120
10.	Яйцо	40	—	—
11.	Фрикадельки мясные № 114	100	75	50
12	Фрикадельки рыбные № 141	100	75	50

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
175. Рис запеченный						
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

176. Овощи						
Морковь	75	60	75	60	75	60
Репа	—	—	27	20	27	20
или брюква	—	—	26	20	26	20
Петрушка (корень)	27	20	27	20	7	5
Сельдерей (корень)	7	5	—	—	—	—
Капуста белокочанная		—	—	—	38	30
Лук-порей	39	30	—	—	—	—
Шпинат	14	10	20	15	—	—
или салат	14	10	21	15	—	—
Масло сливочное	10	10	10	10	10	10
Выход	—	100	—	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

Отпускают, как в рец № 175

177. Омлет натуральный						
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° С

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
178. Рыбный бульон (уха) с фрикадельками						
Рыба-мелочь (ерши, окуни)	500	—	333	—	250	—
или рыбные пищевые отходы	500	500	375	375	313	313
Яйца для оттяжки	1 1/2 шт.	60	1 1/4 шт.	50	1 шт.	40
Петрушка (корень)	13	10	11	8	7	5
Лук репчатый	45	38	30	25	24	20
Вода	1300	1300	1300	1300	1300	1300
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Фрикадельки рыбные № 141 на порцию 400 г	—	100	—	75	—	50

Рыбу-мелочь, не очищая от чешуи, потрошат и удаляют жабры Подготовленную рыбу-мелочь или рыбные пищевые отходы заливают холодной водой, после закипания снимают пену, добавляют петрушку и лук и варят 40—50 минут при слабом кипении Готовый бульон процеживают и осветляют яичными белками, для чего в рыбный бульон, охлажденный до температуры 50—60° С, вводят яичные белки, тщательно смешанные с 5-кратным количеством холодного бульона, соль, размешивают и варят при слабом кипении 20—30 мин Готовый бульон процеживают Фрикадельки припускают отдельно и кладут в бульон при отпуске

179. Уха с расстегаями						
Лимон	22	20	14	13	—	—
Петрушка (зелень) или укроп	11	8	11	8	—	—
Рыбный бульон (уха) № 178	1000	1000	1000	1000	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—
Расстегаи № 696 на порцию 400 г	—	100	—	100	—	—

Уху приготавливают как в рецептуре № 178

Лимон и мелко нарезанную зелень подают к ухе отдельно, расстегаи по 1—2 шт на порцию

Уху можно подавать без лимона и зелени

180. Уха ростовская						
Судак	455	250	342	188	—	—
Масса вареной рыбы [1]	—	200	—	150	—	—
Кости рыбные	200	200	200	200	—	—
Картофель	400	300	400	300	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
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	—	—
[1] Масса вареной рыбы на порцию 500 г	—	100	—	75	—	—

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 куска на порцию, затем помидоры, нарезанные дольками, и специи По окончании варки в уху кладут масло сливочное Уху можно приготовить и без масла

181. Уха рыбацкая

Рыба-мелочь (ерши, окуни)	200	—	200	—	200	—
Судак	342	188/150[1]	227	125/100[1]	115	63/50[1]
Налим (речной и озерный)	426	183/150[1]	284	122/100[1]	142	61/50[1]
Картофель	400	300	400	300	400	300
Лук репчатый	60	50	60	50	60	50
Петрушка (корень)	13	10	13	10	13	10
Масло сливочное	20	20	16	16	10	10
Петрушка (зелень) или укроп	5	4	5	4	5	4
Вода	1100	1000	1100	1100	1100	1100
Выход	—	1000	—	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.

182. Уха с перловой крупой

	БРУТТО	НЕТТО
Рыба-мелочь (I группы)	333	250
Судак	192	125/100[1]
или налим (речной и озерный)	244	122/100[1]

	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	95	80
Картофель	267	200
Крупа перловая	30	30
Вода	850	850
Выход	—	1100
Масса вареной рыбы на порцию ухи 500 г		50 г

[1] В числителе указана масса рыбы нетто, в знаменателе — масса отварной рыбы

Обработанную непластованную рыбу нарезают на порционные куски Из голов рыб и рыбной мелочи варят бульон, процеживают В кипящий бульон кладут целиком головки мелкого репчатого лука, подготовленную крупу перловую (сваренную до полуготовности), картофель, нарезанный дольками, куски рыбы и варят. За 5—10 мин до окончания варки добавляют соль, специи и варят до готовности

При отпуске уху посыпают рубленой зеленью петрушки (2—3 г нетто на порцию)

183. Уха ладожская с кнелями и расстегаями

Рыба-мелочь (I группы)	267	200 [1]
Петрушка (корень)	11	8
Лук репчатый	12	10
Вода	400	400
Яйца для оттяжки	1/8 шт	5
Масса рыбного бульона	—	300
для кнелей		
судак	95	45 [2]
яйца (белки)	1/10	4
масло сливочное	3	3
томатное пюре	3	3
молоко	7	7
Масса припущенных кнелей	—	50
Выход	—	350
Расстегай (рецептура № 696)		50

[1] Норма закладки указана на рыбу-мелочь (группы) целую с головой
[2] Норма закладки дана на судак неразделанный крупный

Рыбу-мелочь, не очищая от чешуи, потрошат и удаляют жабры Подготовленную рыбную мелочь и рыбные пищевые отходы заливают холодной водой, после закипания снимают пену, добавляют петрушку, лук репчатый и варят 40—50 мин при слабом кипении В конце варки кладут соль и специи Готовый бульон процеживают, осветляют яичными белками и вновь процеживают

Для кнелей судак разделывают на филе без кожи и костей, пропускают два раза через мясорубку, добавляют размягченное масло сливочное и хорошо взбивают, соединяют с молоком, добавляют соль, специи и тщательно перемешивают до пышной однородной массы Затем в массу вводят взбитые яичные белки В половину кнельной массы добавляют томатное пюре Из кондитерского мешочка отсаживают кнели двух цветов, заливают рыбным бульоном и припускают

Подают уху в бульонных чашках с кнелями, отдельно подают расстегаи

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 заправленным квасом и добавляют оставшуюся часть яиц и сметаны

Окрошки, борщи, свекольник и другие холодные овощные супы посыпают мелко нарезанными укропом — 4 г нетто на порцию (500 г) Норма соли — 3 г на порцию (500 г)

Для окрошек, приготовляемых на кефире, используют только бутылочный пастеризованный кефир

Холодные супы хранят в холодильнике Отпускают при температуре не выше 14° С

Хлебный квас может поступать в предприятия общественного питания от промышленности (ОСТ 18—118—73) и может приготовляться в самом предприятии [1]

[1] Изготовление кваса допускается в предприятиях общественого питания, при условии наличия необходимого оборудования и разрешения местного учреждения санитарно-эпидемиологической службы в каждом отдельном случае

184. 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

[1] Можно готовить без мяты

Хорошо поджареные сухари измельчают до величины частиц 5—6 мм и засыпают тонкой струей при непрерывном помешивании в воду, предварительно кипяченную и охлажденную до 80° С На 4 кг сухарей берут 70 л воды Засыпанные в воду сухари оставляют на 1—1,5 ч для настаивания в теплом месте, периодически их перемешивая Полученное сусло сливают, а сухари снова заливают водой (50 л) и вторично настаивают 1—1,5 ч, 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° С и поддерживаться в течение всего процесса брожения — 8—12 ч После брожения квас процеживают и охлаждают Технология приготовления кваса из сухого хлебного кваса аналогична.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
185. Окрошка мясная						
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	329	242	219	161	110	81
Масса готового мяса	—	150	—	100	—	50
Квас хлебный	600	600	700	700	680	680
Лук зеленый	63	50	75	60	100	80
Огурцы свежие	125	100	150	120	75	60
Картофель	—	—	—	—	137	100[1]
Сметана	20	20	10	10	10	10
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Горчица готовая	4	4	4	4	4	4
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	40	40	30	30	20	20

[1] Масса вареного очищенного картофеля

Приготовляют и отпускают окрошку, как указано на с 105 Вместо говядины можно употреблять нежирную свинину, баранину, соответственно изменив нормы закладки Мясную окрошку по III колонке можно готовить без яиц В этом случае норма вложения вареного мяса увеличивается на 20 г нетто на 1000 г окрошки.

186. Окрошка сборная мясная						
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка)	110	81	132	97	88	65
Окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	79	60	53	40	53	40
Язык говяжий	67	67	—	—	—	—
Масса готовой говядины	—	50	—	60	—	40
Масса готового окорока	—	60	—	40	—	40
Масса готового языка	—	40	—	—	—	—
Остальные продукты, как в рец № 185, кроме говядины						
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Приготовляют и отпускают окрошку, как указано на с 105

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
187. Окрошка овощная						
Квас хлебный	600	600	650	650	670	670
Картофель	137	100[1]	137	100[1]	206	150[1]
Морковь	50	40[1]	50	40[1]	—	—
Репа	29	20[1]	—	—	—	—
Лук зеленый	75	60	75	60	75	60
Редис[2]	—	—	63	40	—	—
Огурцы свежие	163	130	163	130	163	130
Сметана	20	20	20	20	10	10
Яица	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Горчица	4	4	4	4	4	4
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	40	40	40	40	20	20

[1] Масса вареных очищенных картофеля, моркови, репы
[2] Редис красный с ботвой.

Подготовленные овощи нарезают кубиками или короткой соломкой Окрошку готовят и отпускают, как указано на с 105

	БРУТТО	НЕТТО
188. Суп из свекольной ботвы и щавеля		
Свекольная ботва[1]	—	260/130[2]
Щавель	92	70/35[2]
Лук зеленый	63	50
Огурцы свежие	125	100[3]
Редис красный[4]	63	40
Яйца	2 шт.	80
Горчица готовая	5	5
Вода	650	650
Укроп свежий	14	10
Сметана	100	100
Выход	—	1000
Масса сметаны на порцию супа 500 г		50

[1] Норма потерь свекольной ботвы при холодной обработке определяется контрольной проработкой.
[2] В числителе указана масса свекольной ботвы и щавеля нетто, в знаменателе — масса вареных свекольной ботвы и щавеля.
[3] Масса огурцов свежих очищенных
[4] Норма закладки указана на редис красный с ботвой

Подготовленную свекольную ботву заливают горячей водой и варят 10—15 мин, затем добавляют подготовленный щавель и варят еще 10 мин Сваренные ботву и щавель протирают Отвар процеживают, охлаждают, соединяют с протертой массой, добавляют соль, горчицу столовую и перемешивают.

Подготовленные лук зеленый шинкуют, огурцы и редис нарезают тонкими ломтиками, яйца, сваренные вкрутую, рубят Овощи, яйца соединяют с приготовленной смесью и перемешивают

При отпуске в суп кладут сметану и посыпают мелко нарезанным укропом

189. Суп из свежих помидоров

	БРУТТО	НЕТТО
Помидоры свежие	588	500
Лук репчатый	48	40
Лук зеленый	63	50
Укроп свежий	34	25
Вода	650	650
Сметана	100	100
Картофель молодой	267	200[1]
Выход	—	1000

[1] Масса очищенного отварного картофеля

Помидоры ошпаривают, снимают с них кожицу и протирают Подготовленные лук репчатый и зеленый, укроп мелко нарезают, соединяют с протертыми помидорами, холодной кипяченой водой, добавляют соль, перец и перемешивают

При отпуске в суп кладут сметану и отдельно подают молодой отварной картофель

190. Суп овощной на отваре шиповника

Картофель	275	200[1]
Морковь	50	40[1]
Огурцы свежие	100	80[2]
Отвар шиповника № 652	650	650
Сахар	10	10
Сметана	20	20
Лук зеленый	25	20
Яйца	2 шт	80
Сметана	40	40
Укроп свежий	8	6
Выход	—	1000

[1] Масса вареных очищенных картофеля и моркови
[2] Масса огурцов свежих, очищенных от кожицы

Вареные очищенные картофель и морковь протирают Очищенные от кожицы огурцы нарезают соломкой, подготовленный лук зеленый шинкуют Яйца, сваренные вкрутую, мелко нарезают

В отвар шиповника кладут сахар, соль, тщательно перемешивают и процеживают, добавляют сметану и вновь перемешивают

Протертые овощи соединяют с огурцами, зеленым луком, яйцами, заливают подготовленным отваром шиповника

При отпуске в суп кладут сметану и посыпают мелко нарезанным укропом.

191. Борщ холодный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свекла	200	160	250	200	150	120
Морковь	50	40	—	—	—	—
Лук зеленый	63	50	63	50	63	50
Огурцы свежие	125	100	125	100	75	60
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Уксус 3%-ный	16	16	16	16	16	16
Вода	800	800	800	800	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	100	100	80	80	30	30

Свеклу и морковь нарезают соломкой Свеклу припускают с уксусом до готовности Морковь припускают отдельно, соединяют со свеклой, добавляют горячую воду, соль, сахар, доводят до кипения и охлаждают

При отпуске в порционную посуду кладут нарезанные огурцы, лук, вареные яйца, наливают борщ, кладут сметану

Огурцы можно заменить редисом По III колонке борщ можно готовить без яиц Норма вложения сметаны при этом увеличивается на 20 г на 1000 г борща Борщ можно готовить без моркови, соответственно увеличив норму вложения свеклы

192. Холодный борщ с редькой

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная	139	111
Масса припущенной капусты	—	100
Свекла	179	140[1]
Лук репчатый	48	40
Редька	71	50
Сливки	100	100
Вода	700	700
Укроп свежий	14	10
Выход	—	1000

[1] Масса вареной очищенной свеклы

Подготовленные капусту, свеклу и редьку нарезают соломкой, лук репчатый — полукольцами Свеклу припускают с уксусом до готовности Капусту припускают отдельно, соединяют со свеклой и луком, добавляют горячую воду, соль, доводят до кипения и охлаждают Затем кладут нарезанную редьку, вливают сливки и перемешивают

При отпуске в борщ кладут мелко нарезанный укроп.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
193. Свекольник холодный						
Свекла	200	160	200	160	200	160
Морковь	50	40	—	—	50	40
Уксус 3%-ный	16	16	16	16	16	16
Квас хлебный	650	650	730	730	700	700
Лук зеленый	63	50	63	50	63	50
Огурцы свежие	125	100	125	100	75	60
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	100	100	80	80	30	30

Свеклу, морковь нарезают кубиками или соломкой и припускают (свеклу припускают с уксусом), овощи охлаждают и кладут в квас. Молодую свеклу используют вместе с ботвой, которую нарезают и отваривают отдельно .Свекольник можно готовить без моркови, норма свеклы при этом соответственно увеличивается Отпускают свекольник, как указано в рец № 191.

194. Щи зеленые с яйцом						
Щавель	197	150	197	150	132	100
Шпинат	203	150	203	150	135	100
Картофель	—	—	—	—	206	150[1]
Лук зеленый	75	60	100	80	63	50
Огурцы свежие	125	100	125	100	75	60
Яйца	2 шт.	80	1 шт.	40	1/2 шт.	20
Сахар	10	10	10	10	10	10
Вода	700	700	750	750	750	750
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
Сметана	100	100	80	80	30	30

[1] Масса вареного очищенного картофеля

Щавель и шпинат припускают по отдельности, протирают, смешивают, разводят горячей водой, добавляют соль, сахар, доводят до кипения и охлаждают. Вареный картофель нарезают кубиками или вводят его в виде пюре

При использовании одного шпината в щи добавляют лимонную кислоту (0,5 г на 1000 г супа) Щи зеленые можно приготовить из консервированных щавеля или шпината или из смеси щавеля и шпината Нормы вложения их рассчитывают в соответствии с нормами взаимозаменяемости продуктов Огурцы, яйца, сметану кладут при отпуске Можно готовить щи без огурцов.

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 цитрусовых плодов.

Сладкие супы подают с различными гарнирами (рец № 195), которые готовят отдельно Сладкие супы можно отпускать со сметаной или сливками 25 г, 20 г, 10 г на порцию соответственно по I, II, III колонкам

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
195. Гарниры к сладким супам (на порцию 500 г)						
Крупа рисовая	18	18	18	18	18	18
или саго	17	17	17	17	17	17
или лапша, вермишель, рожки, фигурные изделия	17	17	17	17	17	17
Масса готовой крупы, макаронных изделий	—	50	—	50	—	50
Хлопья пшеничные или кукурузные	25	25	25	25	20	20
Клецки № 702	—	—	—	120[1]	—	60[1]
Вареники № 672	—	75[1]	—	50[1]	—	—
Пудинг рисовый	—	75[1]	—	50[1]	—	—
или манный № 267						
Запеканка манная № 264	—	75[1]	—	50[1]	—	—
196. Суп из плодов свежих						
Яблоки	229	160	229	160	100	70
Груши	247	180	247	180	100	73
Слива	133	120	—	—	—	—
или яблоки	629	440	500	350	200	140
или груши	603	440	479	350	200	146
Крахмал картофельный	20	20	20	20	20	20
Сахар	120	120	100	100	80	80
Корица	1	1	1	1	—	—
Вода	650	650	650	650	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса в готовом виде

Яблоки и груши очищают от кожицы и семенного гнезда, у слив вынимают 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
197. Суп из смеси сухофруктов						
Плоды и ягоды сушеные (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм и др.)	200	200	160	160	80	80
Масса плодов и ягод вареных	—	400	—	320	—	160
Сахар	120	120	100	100	80	80
Крахмал картофельный	20	20	20	20	20	20
Вода	850	850	900	900	1000	1000
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Сушеные плоды и ягоды перебирают, промывают и сортируют по видам. Крупные яблоки и груши разрезают 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

	БРУТТО	НЕТТО
198. Суп из клюквы и яблок		
Клюква свежая	204	200
Яблоки свежие	429	300
Сахар	50	50
Крахмал картофельный	15	15
Вода	650	650
Сливки	—	100
Выход	—	1000

Подготовленную клюкву протирают, сок отжимают, мезгу заливают горячей водой, проваривают 10—15 мин и процеживают Яблоки очищают от кожицы, удаляют семенное гнездо и нарезают ломтиками В клюквенный отвар кладут сахар, нарезанные яблоки, доводят до кипения, добавляют подготовленный крахмал, доводят до кипения, затем добавляют клюквенный сок и охлаждают

Крахмал подготовляют следующим образом его разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают

При отпуске в суп добавляют сливки

199. Сладкий суп из черники с клецками

	БРУТТО	НЕТТО
Черника свежая	244	240
Сахар	80	80
Крахмал картофельный	20	20
Цедра лимона	10	10
Кислота лимонная	1	1
Вода	640	640
Масса готового супа	—	800
для клецек.		
мука пшеничная	60	60
масло сливочное или маргарин	8	8
молоко	90	90
сахар	5	5
яйца	1/2 шт	20
Масса теста	—	180
Масса готовых клецек	—	200
Выход	—	1000

Подготовленную чернику протирают, часть ягод оставляют целыми Сок отжимают, мезгу заливают горячей водой, добавляют цедру лимона, проваривают 10—15 мин и процеживают В отвар кладут сахар, доводят до кипения, добавляют лимонную кислоту, подготовленный крахмал и доводят до кипения, вводят сок черники и охлаждают

Для приготовления клецек в молоко кладут масло сливочное или маргарин, соль, сахар и доводят до кипения, затем при помешивании всыпают просеянную муку и заваривают тесто, которое при помешивании проваривают 5—10 мин Массу охлаждают до 60—70° С и в два-три приема добавляют яйца и перемешивают Приготовленное тесто закатывают в виде жгута, нарезают на кусочки массой по 10—15 г Отваривают клецки в большом количестве воды.

При отпуске в суп кладут клецки и целые ягоды черники

ГОРЯЧИЕ ВТОРЫЕ БЛЮДА

Горячие вторые блюда представлены блюдами из картофеля, овощей, грибов, круп, бобовых, макаронных изделий, яиц, творога, рыбы, морепродуктов, мяса, мясных продуктов, птицы и дичи

Для приготовления горячих блюд продукты подвергают варке, припусканию, жарению, тушению и запеканию

При варке картофеля и овощей их кладут в кипящую подсоленную воду (0,6—0,7 л воды на 1 кг овощей) Свеклу, морковь и горох лущеный варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества Овощи, имеющие зеленую окраску (шпинат, зеленый горошек, стручки бобовых и др), варят в большом количестве воды (3—4 л на 1 кг) в открытой посуде при бурном кипении Овощи, легко выделяющие влагу (кабачки, тыква, помидоры и др), припускают и тушат без добавления жидкости при слабом кипении в закрытой посуде Не обладающие этим свойством овощи (свекла, капуста, морковь) припускают с добавлением жидкости и жира (на 1 кг овощей берут в среднем 0,2—0,3 л воды или бульона и 20—30 г жира)

Картофель, морковь, лук и некоторые другие корнеплоды, а также грибы перед тушением слегка обжаривают

Для запекания овощи и грибы предварительно варят, припускают или жарят, иногда используют сырыми Запекают овощи в жарочных шкафах при температуре 250—280° С до образования поджаристой корочки на поверхности изделия и температуры внутри него 80° С

Перед тепловой обработкой крупы перебирают (просеивают) и промывают, бобовые перебирают, промывают, замачивают Пшено, рисовую и перловую крупы сначала промывают теплой, затем горячей водой, ячневую — только теплой Гречневую крупу, манную и другие дробленые крупы не промывают

В процессе первичной обработки макаронных изделий их просматривают и удаляют посторонние примеси Варят эти изделия в большом количестве кипящей подсоленной воды макароны — в течение 20—30 мин, лапшу — 20—25 мин, вермишель — 10—12 мин Сваренные изделия откидывают и перемешивают с растопленным жиром ($^1/_3$—$^1/_2$ часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались

Во многих рецептурах, помещенных в Сборнике, предусмотрены куриные яйца Перед употреблением их промывают сначала теплой водой с 1—2%-ным содержанием кальционированной соды затем 0,5%-ным раствором хлорамина, ополаскивают чистой водой При использовании меланжа банку, не вскрывая, размораживают на воздухе или в воде, температура которой не должна превышать 50° С Затем банку вскрывают, меланж процеживают и немедленно используют Вкрутую яйца варят в кипящей подсоленной воде (3 л воды и 40—50 г соли на 10 шт) 8—10 мин с момента закипания, затем яйца погружают в холодную воду

Рыбу подвергают всем способам тепловых обработок Океаническую и морскую рыбу, имеющую специфический запах и привкус, варят и припускают с добавлением огуречного рассола, укропа или свежего сладкого перца Перед жарением на поверхности кожи делают 2—3 надреза Запекают рыбу целой или нарезанной на порционные куски без костей с кожей или без нее Для приготовления котлетной массы из трески, окуня морского и других рыб, имеющих недостаточное количество связывающих клейдающих веществ, можно добавить яйца из расчета 1/10 или 1/20 шт на порцию

В Сборник включен разнообразный ассортимент блюд из мяса, субпродуктов, птицы, пернатой дичи и кролика

При первичной обработке мясо необходимо разморозить (мороженое), обмыть, обсушить и затем производить разделку туш (полутуш, четвертин) деление на части, обвалка, выделение крупных кусков мяса, их жиловка и зачистка. После чего приготовляют порционные, мелкокусковые и рубленые полуфабрикаты

При использовании субпродуктов (мороженых) их размораживают на воздухе при температуре 15—18° С, мозги, почки и рубцы можно размораживать в воде

Головы говяжьи, свиные, бараньи замачивают в холодной воде, очищают ножом, затем срезают мякоть вместе со шкурой Мозги замачивают в холодной воде в течение 1—2 ч, после этого, не вынимая мозгов из воды, отделяют пленку У печени вырезают кровеносные сосуды и после промывания в холодной воде снимают пленку Почки говяжьи прорезают до половины с одной стороны и замачивают в воде в течение 2—3 ч, несколько раз меняя ее Бараньи, свиные и телячьи почки не вымачивают Рубцы вымачивают в холодной воде в течение 6—9 ч, периодически ее меняя, затем несколько раз ошпаривают кипятком и вновь промывают холодной водой Сердце заливают холодной водой, выдерживают 1—2 ч и промывают

Предназначенное для варки мясо нарезают кусками массой не более 2 кг. У сырой бараньей, свиной чли телячьей грудинки с внутренней стороны вдоль ребер подрезают пленки для облегчения удаления костей после варки Подготовленное мясо кладут в горячую воду (на 1 кг мяса 1—1,5 л воды) и варят при слабом кипении, коренья, лук репчатый, соль и специи добавляют за 15—20 мин до готовности мяса, лавровый лист — за 5 мин

Для жарения и тушения мясо подготавливают в виде крупных кусков массой 1—2 кг, порционных — 70—200 г и мелких — 10—40 г Порционным кускам в зависимости от вида изделий придают определенную форму и выравнивают толщину путем легкого отбивания Порционные куски, нарезаемые из тазобедренной части говядины, сильно отбивают и рыхлят

Мясные рубленые изделия обжаривают на сковородах или противнях с жиром в течение 3—5 мин с двух сторон до образования поджаристой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250—280° С (5—7 мин)

Для вторых блюд птицу, пернатую дичь, кролика и изделия из них варят, припускают, жарят, тушат и запекают

Тушки цыплят, кур, индеек перед варкой заправляют в кармашек, перед жареньем (целиком) — в 2 нитки В одну нитку заправляют дичь (кроме мелкой), в кармашек — гусей, уток, индеек

Для жаренья и тушения тушки птицы и крупной дичи разрезают на порционные или более мелкие (40—50 г) куски

Фритюрный жир, используемый для жарки изделий во фритюре, должен подвергаться проверке ежедневно до начала и по окончанию жарки.

Повторное использование фритюрного жира для жарения допускается только при условии его доброкачественности по органолептическим показателям (вкусу, запаху, цвету) и степени термического окисления, которое не должно превышать 1%

Горячие блюда следует отпускать при температуре не менее 65° С Для их подачи используют порционные блюда, баранчики, тарелки, соусы можно подавать отдельно в соусниках Если изделия запекались в порционных сковородах, то и в них же подают к столу

Норма закладки зелени в большинстве рецептур не указана Многие блюда из картофеля, овощей, рыбы, морепродуктов, мяса, мясных продуктов, птицы рекомендуется при отпуске посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, кинзы, укропом (2—3 г нетто на порцию) или зеленым луком (5—10 г нетто на порцию), можно дополнительно также подавать свежие и соленые огурцы, помидоры, квашеную капусту, соленые и маринованные грибы в количестве 30—50 г на порцию, изменив соответственно норму выхода блюда

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

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

В доготовочные предприятия общественного питания поступает очищенный сульфитированный картофель, который после промывания холодной водой используют для приготовления первых, вторых блюд и гарниров, как и свежий картофель

Быстрозамороженные овощи, не размораживая, кладут в кипящую воду

Консервированные овощи прогревают с отваром, а затем отвар сливают и используют для приготовления супов, соусов

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
200. Картофель отварной с луком, или грибами, или луком и грибами						
Картофель	207	155	344	258	344	258
или картофель молодой	200	160	333	266	333	266
Масса вареного картофеля	—	150	—	250	—	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	66	50
или грибы сушеные	20	20	15	15	13	13
Лук репчатый	24	20	—	—	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Масса жареных грибов	—	—	—	30	—	25
Масса жареных грибов с луком	—	50	—	—	—	—
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	5	5	—	—
Выход: с луком	—	190	—	280	—	—
с грибами	—	—	—	285	—	275
с луком и грибами	—	210	—	—	—	—

Картофель варят, как описано на с 114 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
201. Картофель в молоке						
Картофель	187	140	240	180	240	180
Молоко	60	57	75	71	75	71
Масло сливочное	8	8	7	7	5	5
Выход	—	200	—	250	—	250

Сырой очищенный картофель нарезают крупными кубиками, погружают небольшими партиями в посуду с кипящей водой, доводят до кипения и варят 10 мин Затем воду сливают, картофель заливают горячим кипяченым молоком, солят и варят до готовности После этого кладут часть (50% нормы) масла и доводят до кипения Отпускают со сливочным маслом, можно посыпать зеленью.

202. Капуста отварная с маслом или соусом						
Капуста белокочанная	204	163	271	217	340	272
или белокочанная ранняя	209	167	278	222	348	278
или цветная	321	167	427	222	535	278
или цветная маринованная	273	150	364	200	455	250
или брюссельская обрезная	271	176	362	235	452	294
или брюссельская на стебле	704	176	940	235	1176	294
или савойская	209	163	278	217	349	272
Масса отварной капусты	—	150	—	200	—	250
Масло сливочное	15	15	15	15	10	10
или соус №№ 549, 553, 560	—	75	—	75	—	50
или соус № 561	—	35	—	25	—	20
Выход с маслом	—	165	—	215	—	260
с соусом №№ 549, 573, 560	—	225	—	275	—	300
с соусом № 561	—	185	—	225	—	270

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, сухарным

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
203. Тыква отварная						
Тыква	—	—	259	181	344	241
Масса вареной тыквы	—	—	—	150	—	200
Масло сливочное	—	—	15	15	10	10
Сухари	—	—	10	10	10	10
Выход	—	—	—	175	—	220

Очищенную от кожицы и семян тыкву нарезают ломтиками и варят в подсоленной воде При отпуске поливают маслом с молотыми поджаренными сухарями

204. Фасоль овощная отварная						
Фасоль овощная (лопатка) свежая	189	170	189	170	189	170
или фасоль стручковая консервированная	250	150	250	150	250	150
Масса фасоли отварной	—	150	—	150	—	150
Перец черный молотый	—	—	0,02	0,02	—	—
Масло сливочное	20	20	15	15	10	10
или соус № 549	75	75	50	50	50	50
Выход: с маслом	—	170	—	165	—	160
с соусом	—	225	—	200	—	200

Стручки фасоли очищают от боковых жилок, кладут в кипящую подсоленную воду, быстро доводят до кипения, варят 8—10 мин и откидывают Консервированную фасоль прогревают в собственном отваре

Отварную фасоль подают с кусочком сливочного масла или заправляют маслом или соусом молочным и посыпают молотым перцем

Можно отпускать фасоль с гренками (50 г) (рец № 704) соответственно увеличив выход блюда

	БРУТТО	НЕТТО
205. Черемша с маслом		
Черемша свежая	244	200
Масса отварной черемши	—	100
Масло растительное	15	15
Выход	—	115

Подготовленную черемшу отваривают 5 мин, откидывают и нарезают кусочками длиной 2—3 см

Заправляют черемшу маслом растительным с солью.

Подают как самостоятельное блюдо, а также в качестве гарнира к рыбным и мясным блюдам

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ И ГРИБЫ ПРИПУЩЕННЫЕ И ТУШЕНЫЕ

Припускают и тушат отдельные виды овощей или их смеси Для припускания и тушения очищенные овощи нарезают дольками, соломкой или кубиками

Кабачки, тыкву, помидоры и другие овощи, легко выделяющие влагу, припускают или тушат без добавления жидкости, т е в собственном соку, при слабом кипении в закрытой посуде Овощи, которые не обладают этими свойствами, — свеклу, капусту, морковь — припускают с добавлением жидкости и жира (на 1 кг овощей берут в среднем 0,2—0,3 л воды или бульона и 20—30 г жира) Картофель, морковь, лук и некоторые другие овощи, а также грибы перед тушением слегка обжаривают, добавляют ароматические коренья, лавровый лист, перец по вкусу

Для приготовления тушеных блюд, таких как овощное рагу, картофель тушеный, морковь тушеная, и других блюд предварительно обжаренные или припущенные овощи тушат с добавлением соуса При этом рекомендуется добавить жидкость (бульон или воду — 10—15% от массы овощей) с учетом тепловых потерь при тушении

При отпуске овощи можно посыпать измельченной зеленью петрушки или укропа (2—3 г на порцию)

206. Морковь с зеленым горошком в молочном соусе

	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	136	109
Маргарин столовый	10	10
Масса припущенной моркови	—	100
Горошек зеленый консервированный	77	50
или горошек зеленый свежий быстрозамороженный	54	54
Масса вареного горошка	—	50
Соус № 549	—	75
Маргарин столовый	5	5
Выход	—	230

Морковь, очищенную и нарезанную мелкими кубиками, припускают с жиром до готовности

Быстрозамороженный горошек кладут в кипящую подсоленную воду, доводят до кипения и варят 3—5 мин, горошек зеленый консервированный прогревают в отваре и откидывают на дуршлаг

Припущенную морковь соединяют с готовым зеленым горошком, соусом молочным, добавляют соль, перемешивают, доводят до кипения

При отпуске поливают жиром К блюду можно подать гренки (рец № 704) 50 г на порцию, соответственно увеличив выход блюда

207. Каша из тыквы

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Тыква	279	195	336	235	336	235
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Крупа манная	25	25	30	30	30	30
Сахар	10	10	10	10	10	10

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса готовой каши	—	200	—	250	—	250
Масло сливочное или маргарин столовый	15	15	10	10	5	5
Выход	—	215	—	260	—	255

Очищенную тыкву пропускают через овощерезку или мелко нарезают кубиками, припускают с добавлением небольшого количества жидкости (30 мл) и жира, затем тонкой струйкой всыпают манную крупу, добавляют сахар, соль и варят до готовности

При отпуске кладут кусочек масла или поливают растопленным жиром

208. Овощи припущенные в молочном или сметанном соусе

Морковь	63	50	63	50	115	92
Репа	—	—	44	33	51	38
или брюква	—	—	—	—	49	38
Тыква	51	36	51	36	—	—
или кабачки	57	38	57	38	—	—
Горошек зеленый консервированный	31	20	31	20	31	20
Капуста белокочанная	—	—	—	—	49	39
Маргарин столовый	63	33	—	—	—	—
Масса припущенных	10	10	10	10	10	10
овощей	—	125	—	125	—	175
Сахар	2	2	2	2	2	2
Соус №№ 549, 553	—	75	—	75	—	75
Выход	—	200	—	200	—	250

Овощи нарезают кубиками или дольками, белокочанную капусту — шашками, цветную капусту разбирают на кочешки

Припущенные с жиром по отдельности овощи, прогретый консервированный зеленый горошек соединяют с соусом молочным или сметанным, добавляют сахар, соль и проваривают 1—2 мин При отпуске можно добавить сливочное масло 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

209. Цимес «Еврейский» (тушеные овощи)

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста цветная	96	50
Морковь	63	50
Петрушка (корень)	13	10
Сельдерей (корень)	15	10
Лук репчатый	12	10
Молоко	60	60
Изюм	31	30

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	4	4
Масло сливочное или маргарин	12	12
Корица	0,2	0,2
Выход	—	230

Подготовленную цветную капусту разбирают на мелкие соцветия, коренья нарезают соломкой, лук репчатый шинкуют Просеянную муку пшеничную пассеруют на масле сливочном или маргарине (7 г от нормы) Нарезанные коренья, лук репчатый и цветную капусту отваривают в молоке до полуготовности, добавляют перебранный и промытый изюм, пассерованную муку, сахар, измельченную корицу, оставшуюся часть масла сливочного или маргарина и тушат до готовности

Подают цимес горячим

210. Капуста тушеная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста свежая	250	200	325	260	356	285
или квашеная	243	170	321	225	357	250
Уксус 3%-ный	6	6	8	8	8	8
Кулинарный жир	12	12	11	11	9	9
или шпик	16	15	16	15	13	12
или грудинка копченая	32	25	26	20	21	16
Томатное пюре	20	20	20	20	15	15
Морковь	13	10	13	10	6	5
Петрушка (корень)	7	5	7	5	—	—
Лук репчатый	18	15	18	15	12	10
Лавровый лист	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02
Перец	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
Мука пшеничная	4	4	3	3	3	3
Сахар	5	5	8	8	8	8
Выход	—	200	—	250	—	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 пассеровкой, 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
211. Капуста, тушеная с грибами						
Капуста тушеная № 210	—	200	—	125	—	250
Грибы белые свежие	101	77	61	46	41	31
или шампиньоны свежие	164	125	99	75	66	50
или грибы белые сушеные	25	50[1]	15	30[1]	10	20[1]
Масло растительное	5	5	5	5	5	5
Масса жареных грибов	—	50	—	30	—	20
Выход	—	250	—	280	—	270

[1] Масса вареных грибов

Капусту тушат, как указано в рец № 210

Свежие грибы, нарезанные дольками, жарят до готовности. Сушеные грибы замачивают, варят, нарезают соломкой и обжаривают Подготовленные грибы смешивают с тушеной капустой, обжаренным картофелем и тушат до готовности

При отпуске можно посыпать мелко нарезанной зеленью

212. Свекла, тушеная в сметане или соусе						
Свекла	159	125[1]	261	205[1]	268	210[1]
Лук репчатый	48	40	—	—	60	50
Маргарин столовый	10	10	5	5	10	10
Масса пассерованного лука	—	20	—	—	—	25
Сметана	30	30	30	30	—	—
или соус №№ 549, 553	—	—	—	—	—	50
Выход: со сметаной	—	150	—	210	—	—
с соусом	—	—	—	—	—	250

[1] Масса вареной очищенной свеклы

Вареную свеклу очищают, нарезают соломкой или кубиками и прогревают с жиром, добавляют пассерованный лук, сметану или соус молочный или сметанный и тушат 10 мин при слабом нагреве

При отпуске тушеную свеклу можно посыпать зеленью

	БРУТТО	НЕТТО
213. Свекла, тушенная с яблоками		
Свекла	223	175[1]
Яблоки	71	50[2]

[1] Масса вареной очищенной свеклы

[2] Масса яблок без кожицы с удаленным семенным гнездом

	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное	10	10
Сахар	5	5
Соус № 553	—	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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
214. Морковь, тушеная с рисом и черносливом						
Морковь	75	60	169	135	156	125
Петрушка (корень)	13	10	13	10	13	10
Маргарин столовый	15	15	15	15	15	15
Чернослив	27	40[1]	27	40[1]	—	—
Сахар	5	5	5	5	5	5
Крупа рисовая	25	25	—	—	40	40
Масса тушеной моркови с рисом	—	150	—	—	—	250
Масса тушеной моркови	—	—	—	150	—	—
Выход	—	190	—	190	—	250

[1] В графе нетто указана масса вареного чернослива

Очищенные морковь и корень петрушки нарезают мелкими кубиками, слегка обжаривают

Чернослив 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 По III колонке вместо отвара используют воду

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

215. Рагу из овощей[1]						
Картофель	67	50	67	50	107	80
Морковь	58/46[2]	31	50/40[2]	27	50/40[2]	27

[1] При отсутствии того или иного вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовлять блюдо из остальных овощей, соответственно увеличив их закладку

[2] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе — масса продуктов нетто, в графе нетто — масса готовых продуктов

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Петрушка (корень)	13/10[2]	6	13/10[2]	6	—	—
Лук репчатый	60/50[2]	25	36/30[2]	15	24/20[2]	10
Репа	—	—	53/40[2]	31	53/40[2]	31
или брюква	—	—	51/40[2]	31	51/40[2]	31
Капуста свежая белокочанная	—	—	38/30[2]	27	63/50[2]	45
Капуста цветная	50/23[2]	23	—	—	—	—
Кулинарный жир	10	10	10	10	10	10
Соус №№ 528, 540, 553	—	75	—	75	—	75
Тыква	43	30	43	30	—	—
или кабачки	45	30	45	30	—	—
Горошек зеленый консервированный	31	20	—	—	—	—
Чеснок	—	—	1	0,8	—	—
Перец черный горошком	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
Лавровый лист	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02	0,02
Масса рагу	—	250	—	250	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	5	5	5	5
Выход	—	260	—	255	—	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 варсную 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

	БРУТТО	НЕТТО
216. Картофель, тушенный с грибами в сметане		
Картофель	200	150
Грибы белые свежие	203	154
Масло сливочное или маргарин	10	10
Масса жареных грибов	—	100
Сметана	60	60
Мука пшеничная	2	2
Выход	—	300

Сырой очищенный картофель нарезают дольками и обжаривают до полуготовности Подготовленные белые свежие грибы, нарезанные ломтиками, обжаривают Обжаренные картофель и грибы кладут в горшочек, заливают сметаной, смешанной с просеянной и подсушенной мукой, закрывают крышкой и тушат до готовности Отпускают блюдо в горшочке

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ И ГРИБЫ ЖАРЕНЫЕ

Картофель, овощи и грибы, как правило, жарят сырыми, в некоторых случаях предварительно отваренными

При жаренье в небольшом количестве жира картофель, овощи и изделия из них (котлеты, зразы и др) кладут на противень или сковороду с жиром, предварительно нагретым до 150—160° С, и жарят с обеих сторон на плите до образования поджаристой корочки Доводят их до готовности в жарочном шкафу

Во фритюре овощи жарят в специальных аппаратах или глубоких противнях с толстым дном и вставными металлическими сетками Соотношение жира и овощей 4 1 Температура жира при жаренье во фритюре должна быть 175—180° С Для жаренья во фритюре лучше использовать смесь рафинированного растительного масла с кулинарным жиром в соотношении 1 2 или кулинарный жир (фритюрный)

Жареные картофель, овощи и грибы можно отпускать с маслом, сметаной и соусами, со свежими, солеными помидорами, огурцами При отпуске можно посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа (2—3 г нетто на порцию)

217. Картофельные лепешки

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	111	80[1]
Яйца	1/10 шт	4
Мука пшеничная[2]	26	26
Сметана	5	5
Масса полуфабриката	—	112
Маргарин	2	2
Масса готовых лепешек	—	100
Маргарин	5	5
Выход	—	105

[1] Масса вареного протертого картофеля
[2] 1/10 нормы муки оставляют на посыпку изделий

Очищенный картофель отваривают, протирают, охлаждают до 50—60° С, добавляют яйца, просеянную и подсушенную муку, сметану, соль и перемешивают Приготовленную картофельную массу разделывают на лепешки (по 2 шт. на порцию) толщиной 1 см, укладывают на смазанный маргарином лист, посыпают поверхность мукой и выпекают при температуре 220° С в течение 15—20 мин

Готовые лепешки смазывают маргарином и отпускают в горячем виде как самостоятельное блюдо или как гарнир

218. Зразы картофельные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	241	181	241	181	248	186
Яйца	1/10 шт.	4	1/10 шт.	4	—	—
Масса картофельная	—	180	—	180	—	180
Грибы сушеные белые	10	10	—	—	—	—
Лук репчатый	48	40	48	40	48	40
Морковь	—	—	—	—	38	30

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Яйца	—	—	1/2 шт.	20	—	—
Масса фарша	—	40	—	40	—	40
Сухари или мука пшеничная	12	12	12	12	12	12
Масса полуфабриката	—	225	—	225	—	225
Кулинарный жир	10	10	10	10	10	10
Масса жареных зраз	—	200	—	200	—	200
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	30	30	20	20	15	15
или соус №№ 540, 553, 557	—	75	—	75	—	50
Выход: с жиром	—	215	—	210	—	205
со сметаной	—	230	—	220	—	215
с соусом	—	275	—	275	—	250

Из картофельной массы, приготовленной, как для котлет, формуют 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 нарубленными яйцами, или припущенной морковью, солят и добавляют молотый перец При отпуске зразы поливают жиром, сметаной или соусом томатным, сметанным, грибным

219. Крокеты картофельные

	I		II и III	
	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	—	—
Маргарин 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 №№ 531, 540, 557	—	75	—	50
Выход	—	255	—	230

В протертый картофель, охлажденный до температуры 50° С, добавляют 1/3 пшеничной муки и желтки яиц и перемешивают Из полученной картофельной массы формуют 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

220. Крокеты из моркови с изюмом

	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	237	190/175[1]
Масло сливочное или маргарин	5	5
Изюм	10	10
Сахар	5	5
Крупа манная	15	15
Яйца	1/5 шт	8
Мука пшеничная	10	10
Масса полуфабриката	—	230
Маргарин	10	10
Масса жареных крокет	—	200
Мед	10	10
Выход	—	210

[1] В числителе указана масса моркови нетто, в знаменателе — масса припущенной моркови

Подготовленную морковь нарезают ломтиками, припускают с жиром, в конце припускания добавляют подготовленный изюм Затем морковь и изюм протирают, вводят сахар, всыпают тонкой струйкой манную крупу, проваривают 10—12 мин, охлаждают до температуры 60—70° С В охлажденную массу вводят яйца, перемешивают, формуют крокеты, панируют в муке и жарят в жарочном шкафу.

Подают крокеты с растопленным медом

221. Котлеты картофельные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	213	160	287	215	293	220
Яйца	1/5 шт.	8	1/7 шт.	6	—	—
Сухари или мука пшеничная	10	10	12	12	12	12
Масса полуфабриката	—	170	—	225	—	225
Кулинарный жир или масло растительное	10	10	10	10	10	10
Масса жареных котлет	—	150	—	200	—	200
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	30	30	20	20	15	15
или соус №№ 540, 553, 557	—	75	—	75	—	50
Выход: с жиром	—	165	—	210	—	205
со сметаной	—	180	—	220	—	215
с соусом	—	225	—	275	—	250

Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают горячим В протертый картофель, охлажденный до 40—50° С, добавляют яйца, массу перемешивают, из нее формуют 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, грибной Сметану и соус можно подать отдельно

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
222. Котлеты морковные						
Морковь	175	140	156	125	200	160
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Молоко	30	30	15	15	—	—
Бульон	—	—	15	15	—	—
или вода	—	—	—	—	35	35
Крупа манная	15	15	15	15	18	18
Яйца	1/4 шт.	10	1/10 шт.	4	—	—
Творог	—	—	31	30	—	—
Сухари пшеничные или мука пшеничная	12	12	12	12	12	12
Масса полуфабриката	—	180	—	180	—	180
Кулинарный жир	10	10	10	10	10	10
Масса жареных котлет	—	150	—	150	—	150
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	30	30	25	25	20	20
или соус №№ 549, 553	—	75	—	75	—	50
Выход: с жиром	—	165	—	160	—	155
с соусом	—	225	—	225	—	200
со сметаной	—	180	—	175	—	170

Морковь нарезают тонкой соломкой или пропускают через овощерезку, затем ее припускают с жиром в молоке, или в молоке с добавлением бульона, или в воде Перед окончанием припускания всыпают тонкой струйкой манную крупу, хорошо размешивая, и варят до готовности

Полученную массу охлаждают до 40—50° С, добавляют соль, яйца, протертый творог (*по II колонке*), перемешивают, формуют котлеты по 2 шт на порцию, панируют в сухарях или муке и жарят с обеих сторон

При отпуске поливают жиром или сбоку подливают сметану, или соус молочный, или сметанный

223. Котлеты свекольные						
Свекла	217	217	177	177	217	217
Масса вареной очищенной свеклы	—	170	—	138	—	170
Маргарин столовый	10	10	10	10	5	5
Крупа манная	15	15	15	15	18	18
Яйца	1/4 шт.	10	1/10 шт.	4	—	—
Творог	—	—	31	30	—	—
Сухари	12	12	12	12	12	12

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса полуфабриката	—	180	—	180	—	180
Кулинарный жир	10	10	10	10	10	10
Масса жареных котлет	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 549, 553	—	75	—	75	—	50
или сметана	30	30	20	20	20	20
Выход: с соусом	—	225	—	225	—	200
со сметаной	—	180	—	170	—	170

Сваренную в кожуре свеклу очищают, протирают или пропускают через овощерезку и прогревают с жиром, затем всыпают тонкой струей при помешивании манную крупу и варят до готовности

Дальнейший способ приготовления такой же, как котлет морковных.

Отпускают со сметаной или соусом молочным, сметанным, сметанным с луком

224. Котлеты капустные

Капуста свежая белокочанная	200	160	163	130	213	170
Молоко	30	30	15	15	—	—
Бульон	—	—	15	15	—	—
или вода	—	—	—	—	35	35
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Крупа манная	15	15	15	15	18	18
Яйца	1/2 шт.	20	1/5 шт.	8	—	—
Яблоки свежие	—	—	43	38	—	—
Сухари	12	12	12	12	12	12
Масса полуфабриката	—	180	—	180	—	180
Кулинарный жир	10	10	10	10	10	10
Масса жареных котлет	—	150	—	150	—	150
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	25	25	25	25	20	20
или соус №№ 549, 553	—	75	—	75	—	50
Выход: с жиром	—	165	—	160	—	155
со сметаной	—	175	—	175	—	170
с соусом	—	225	—	225	—	200

Капусту нарезают соломкой или мелко рубят, затем припускают с жиром в молоке, или молоке с добавлением бульона, или воде до полуготовности. После этого всыпают тонкой струйкой манную крупу, тщательно перемешивают и варят 10—15 мин При приготовлении котлет с яблоками яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают соломкой, припускают с добавлением небольшого количества жира и соединяют с готовой капустной массой Полученную массу охлаждают до 45—50° С, добавляют в нее сырые яйца и соль, тщательно перемешивают, формуют котлеты по 2 шт на порцию, панируют в сухарях и обжаривают с обеих сторон При отпуске поливают растопленным маргарином, или маслом, или сметаной, или соусом молочным или сметанным

225. Котлеты капустно-морковные

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная свежая	100	80
Морковь	88	70
Маргарин	5	5
Молоко	30	30
Крупа манная	15	15
Яйца	3/8 шт	15
Сухари	12	12
Масса полуфабриката	—	180
Кулинарный жир	10	10
Масса жареных котлет	—	150
Масло сливочное или маргарин	15	15
или сметана	30	30
Выход: с маслом или маргарином	—	165
со сметаной	—	180

Подготовленные капусту и морковь нарезают соломкой, затем их отдельно припускают до полуготовности с жиром в молоке Припущенные овощи вместе с молоком, в котором они припускались, соединяют, всыпают тонкой струйкой манную крупу, тщательно перемешивают и варят 10—15 мин до готовности

Полученную массу охлаждают до 60—70° С, добавляют соль, яйца, тщательно перемешивают, формуют котлеты, панируют в сухарях и жарят с обеих сторон.

Отпускают по 3 шт. на порцию с жиром или сметаной

226. Котлеты из кабачков с творогом

Кабачки	287	192/150 [1]
Творог	51	50
Яйца	1/2 шт	20
Мука пшеничная	15	15
Петрушка (зелень)	7	5
Масса полуфабриката	—	230
Кулинарный жир	10	10
Масса жареных котлет	—	200
Кефир	52	50
Чеснок	3	2
Петрушка (зелень) или укроп	4	3
Выход	—	250

[1] Масса протертых и отжатых кабачков

Кабачки очищают, удаляют семена, протирают, солят и выдерживают 5—10 мин, отжимают, добавляют яйца, просеянную муку, протертый творог, мелко нарезанную зелень петрушки и перемешивают

Массу формуют в виде котлет, панируют в муке и жарят с жиром с двух сторон до готовности

При отпуске к жареным котлетам подают кефир, смешанный с растертым с солью чесноком и мелко нарезанной зеленью петрушки или укропом

227. Котлеты из овощей

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная свежая	55	44
Масса припущенной капусты	—	40
Морковь	93	74
Маргарин	5	5
Масса пассерованной моркови	—	50
Картофель	70	52
Масса отварного картофеля	—	50
Яйца	1/4 шт	10
Сухари	10	10
Масса полуфабриката	—	160
Жир животный топленый пищевой	12	12
Масса жареных котлет	—	140
Масло сливочное или маргарин	5	5
Выход	—	145

Подготовленные капусту и морковь нарезают соломкой, затем капусту припускают, морковь пассеруют. Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают горячим. Овощи соединяют (температура смеси не более 60—70° С), добавляют яйца, соль и тщательно перемешивают. Из полученной массы формуют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях и обжаривают с обеих сторон

При отпуске котлеты поливают растопленным маслом сливочным или маргарином

228. Шницель из разных овощей в молочном соусе

Морковь	34	27/25 [1]
Брюква	35	27/25 [1]
Капуста белокочанная свежая	49	39/35 [1]
Молоко	25	25
Масло сливочное или маргарин	6	6
Крупа манная	7	7
Яйца	1/4 шт	10
Огурцы свежие	25	20 [2]
Сахар	4	4
Мука пшеничная	5	5
Масса полуфабриката	—	140
Маргарин	10	10
Масса жареного шницеля	—	115
Соус № 551	—	90
Сыр	5,5	5 [3]
Маргарин	5	5
Масса полуфабриката	—	210
Выход	—	190

[1] В числителе указана масса нетто овощей, в знаменателе — масса припущенных овощей

[2] Норма закладки указана на огурцы, очищенные от кожицы

[3] Масса тертого сыра.

Подготовленные морковь, брюкву и капусту белокочанную нарезают соломкой и припускают в молоке с жиром раздельно, затем соединяют В припущенные овощи всыпают крупу манную и проваривают до загустения Массу охлаждают до 60—70° С, добавляют яйца, очищенные нарезанные соломкой огурцы, сахар, соль, перемешивают, формуют изделие овальной формы по 1 шт. на порцию, панируют в муке и жарят с обеих сторон

Готовый шницель укладывают на смазанную маргарином порционную сковороду, заливают горячим молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают

Отпускают шницель в порционной сковороде, в которой он запекался.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
229. Шницель из капусты						
Капуста свежая белокочанная	281	225	225	180	225	180
Мука пшеничная	5	5	5	5	5	5
Яйца	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8	1/8 шт.	5
Сухари	20	20	15	15	15	15
Масса полуфабриката	—	235	—	190	—	190
Кулинарный жир	15	15	10	10	10	10
Масса жареного шницеля	—	185	—	150	—	150
Маргарин столовый или						
масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	30	30	20	20	15	15
или соус №№ 549, 553	—	75	—	75	—	50
Выход: с жиром	—	200	—	160	—	155
со сметаной	—	215	—	170	—	165
с соусом	—	260	—	225	—	200

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.

	БРУТТО	НЕТТО
230. Блины из вареного картофеля		
Картофель	82	60[1]
Молоко	80	80
Сахар	5	5
Соль	2	2
Яйца	1/4 шт	10
Мука пшеничная	25	25
Сливки	10	10
Масса теста	—	190
Кулинарный жир	10	10

[1] Масса очищенного вареного картофеля

	БРУТТО	НЕТТО
Масса готовых блинов	—	160
Масло сливочное или маргарин	10	10
или сметана	30	30
Выход: с маслом или маргарином	—	170
со сметаной	—	190

Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают горячим В теплом молоке растворяют сахар, соль, добавляют яичные желтки, просеянную муку и перемешивают до образования однородной массы Замешанное тесто соединяют с протертым охлажденным до 60—70° С картофелем, сливками, перемешивают и осторожно вводят взбитые яичные белки.

Блины жарят с обеих сторон на чугунной сковороде с разогретым жиром до температуры 150—160° С

Готовые блины должны иметь толщину не менее 4 мм.

Отпускают блины по 2 шт на порцию с маслом сливочным или маргарином, или сметаной

231. Блины из капусты

Капуста белокочанная свежая	200	160
Молоко	50	50
Маргарин	5	5
Крупа манная	12	12
Яйца	1/2 шт	20
Масса полуфабриката	—	210
Кулинарный жир	12	12
Масса готовых блинов	—	165
Сметана	30	30
Выход	—	195

Подготовленную капусту шинкуют, затем припускают в молоке с жиром и протирают В протертую капусту всыпают тонкой струйкой манную крупу, тщательно перемешивают и варят 10—15 мин. Полученную массу охлаждают до 60—70° С, добавляют в нее сырые яйца, соль и перемешивают.

На раскаленную чугунную сковороду, смазанную жиром, выкладывают капустную массу и жарят с обеих сторон Толщина блинов должна быть не менее 4 мм

Отпускают блины по 3 шт на порцию со сметаной

232. Блины из тыквы

Тыква	143	100
Молоко	120	120
Дрожжи (прессованные)	2	2
Яйца	1/4 шт.	10
Мука пшеничная	9	9
Масло сливочное или маргарин	2	2
Сахар	20	20
Масса теста	—	260
Масло растительное	7	7
Масса жареных блинов	—	200
Сметана	30	30
Выход	—	230

Очищенную от кожицы и семян тыкву протирают, в полученное пюре вливают теплое молоко, добавляют разведенные процеженные дрожжи, яйца, просеянную муку, соль Тесто вымешивают до образования однородной массы и ставят на 2 ч в теплое место для брожения, после чего добавляют растопленное масло сливочное или маргарин, сахар и ставят в теплое место на 1—1,5 ч В процессе брожения тесто перемешивают (обминают)

Выпекают блины с обеих сторон на нагретых чугунных сковородах, смазанных растительным маслом.

Отпускают по 3—4 шт на порцию со сметаной

233. Картофельные оладьи со свежей капустой

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	80	60
Морковь	31	25
Капуста белокочанная свежая	38	30
Яйца	1/5 шт.	8
Натрий двууглекислый	0,5	0,5
Мука пшеничная	5	5
Масса полуфабриката	—	125
Жир животный топленый пищевой	10	10
Масса готовых оладий	—	100
Сметана	20	20
Выход	—	120

Сырые очищенные картофель и морковь протирают, капусту мелко рубят, добавляют яйца, просеянную муку, подготовленный натрий двууглекислый, соль и тщательно перемешивают Оладьи выпекают с обеих сторон на нагретых сковородах, смазанных жиром Толщина готовых изделий должна быть не менее 5—6 мм

Отпускают оладьи по 2 шт на порцию со сметаной

234. Картофельные оладьи с сыром

Картофель	283	200 [1]
Мука пшеничная	21	21
Яйца	2/3 шт	27
Сыр	22	20 [2]
Маргарин	10	10
Молоко	42	40 [3]
Масса полуфабриката	—	316
Маргарин	15	15
Масса готовых оладий	—	280
Сметана	30	30
Выход	—	310

[1] Масса вареного протертого картофеля
[2] Масса тертого сыра
[3] Масса кипяченого молока

Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают горячим Протертый картофель, охлажденный до 60—70° С, соединяют с просеянной мукой, яичными желтками, тертым сыром, солят и тщательно перемешивают Затем в смесь

добавляют растопленный маргарин, кипяченое молоко и перемешивают до образования однородной массы, осторожно вводят взбитые яичные белки

Оладьи жарят с обеих сторон на нагретых чугунных сковородах, смазанных жиром Толщина готовых оладий должна быть не менее 5—6 мм

Отпускают оладьи со сметаной по 4 шт на порцию

235. Оладьи из капусты с сыром

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная свежая	209	167/150[1]
Сметана	10	10
Сыр	21	20[2]
Яйца	1/5 шт	8
Масса полуфабриката	—	176
Кулинарный жир	—	10
Масса готовых оладий	—	140
Маргарин	10	10
или сметана	20	20
Выход: с маргарином	—	150
со сметаной	—	160

[1] В числителе указана масса капусты нетто, в знаменателе — масса припущенной капусты

[2] Масса тертого сыра

Подготовленную капусту мелко нарезают, кладут в посуду слоем не более 5 см и припускают с добавлением сметаны Массу охлаждают до 60—70° С, добавляют тертый сыр, яйца, соль и тщательно перемешивают.

Оладьи жарят с обеих сторон на нагретых чугунных сковородах, смазанных жиром Толщина готовых оладий должна быть не менее 4—5 мм.

Отпускают оладьи по 2 шт на порцию с маргарином или сметаной.

236. Помидоры, баклажаны и другие овощи жареные

	I		II и III	
	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 №№ 549, 553, 554	—	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 обжаривают 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

237. Картофельный хворост

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	227	160 *
Мука пшеничная	80	80
Яйца	1/2 шт	20
Масса полуфабриката	—	255
Масло растительное	15	15
Жир топленый пищевой (свиной)	7	7
Масса готового хвороста	—	230
Сметана	30	30
Выход	—	260

* Масса вареного протертого картофеля

В вареный протертый картофель, охлажденный до 60—70° С, добавляют соль, просеянную муку, яичные желтки, тщательно перемешивают, затем осторожно вводят яичные белки.

Подготовленную массу раскатывают в пласт толщиной 3—4 мм, нарезают его ромбиками размером 35×35 мм, в середине каждого ромбика делают надрез

Подготовленный хворост жарят в смеси масла растительного и жира

Отпускают хворост со сметаной

Вместо сметаны можно подать горячее молоко (200 г на порцию), соответственно увеличив выход блюда

238. Грибы в сметанном соусе

Грибы белые свежие	151	115
или грибы белые сушеные	37,5	37,5
или грибы белые маринованные 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 № 553	—	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, промы-

вают, 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

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ И ГРИБЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ

Запеченные овощи делят на группы. овощи, запеченные в соусе, запеканки, фаршированные овощи

Для запекания овощи и грибы предварительно варят, припускают, тушат или жарят, а иногда используют сырыми.

Картофель для запеканок варят очищенным, воду сливают и в горячем виде протирают Перед запеканием поверхность запеканок, пудингов, рулетов смазывают сметаной, а овощи, запекаемые с соусом, посыпают тертым сыром или молотыми сухарями и сбрызгивают маслом

Запекают овощи в жарочном шкафу при 250—280° С до образования корочки на поверхности изделия и температуры внутри него 80° С Жир на смазку противней включен в нормы, предусмотренные рецептурой (из расчета 2 г на порцию)

239. Картофельные котлеты, запеченные под соусом грибным или сметанным

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Котлеты картофельные № 221	—	150	—	200
Соус №№ 557, 553	—	130	—	125
Сыр	5,4	5	5,4	5
Маргарин столовый	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	280	—	325
Масса запеченных котлет	—	250	—	300
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	5	5
Выход	—	260	—	305

Поджаренные картофельные котлеты укладывают на смазанную жиром сковороду, заливают соусом грибным или сметанным с луком, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маргарином и запекают

При отпуске поливают жиром

240. Картофель, запеченный в сметанном соусе

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	289	217	233	175	275	206
или картофель молодой	—	—	226	181	266	213

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин столовый	10	10	—	—	—	—
Масса готового картофеля	—	150	—	170	—	200
Соус № 553	—	100	—	100	—	125
Сыр	5,4	5	5,4	5	5,4	5
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	260	—	280	—	335
Выход	—	230	—	250	—	300

Сырой очищенный картофель нарезают кубиками, по I колонке — жарят, а по II и III колонкам — варят в подсоленной воде, воду сливают, картофель подсушивают, затем нарезают ломтиками, молодой картофель используют целыми клубнями Подготовленный картофель укладывают на порционные сковороды или противень, смазанные жиром, заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают При отпуске посыпают зеленью.

	БРУТТО	НЕТТО
241. Картофель, запеченный со свининой		
Картофель	200	150
Свинина (корейка, тазобедренная часть)	70	59
Масса жареной свинины	—	40
Лук репчатый	18	15
Шпик	10,4	10
Масса пассерованного лука со шпиком	—	15
Мука пшеничная	10	10
Натрий двууглекислый	0,4	0,4
Масса полуфабриката	—	210
Жир животный топленый пищевой	5	5
Масса готового картофеля со свининой	—	180
Масло сливочное или маргарин	10	10
Выход	—	190

Сырой очищенный картофель протирают Подготовленную свинину нарезают на кусочки массой 10—15 г и жарят на сковороде. Подготовленный лук репчатый шинкуют и пассеруют со шпиком, нарезанным кубиками Протертый картофель соединяют с пассерованным луком со шпиком, жареной свининой, добавляют просеянную муку, подготовленный натрий двууглекислый, соль, перец черный молотый и перемешивают На смазанную жиром порционную сковороду кладут подготовленную смесь и запекают в жарочном шкафу при температуре 250—280° С до образования корочки на поверхности изделия

При отпуске поливают растопленным жиром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
242. Рулет или запеканка картофельные с овощами или овощами и грибами						
Картофель	240	180	240	180	240	180
Масса протертого картофеля	—	175	—	175	—	175

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Для фарша:						
Капуста свежая белокочанная	—	—	50/40[1]	30	50/40[1]	30
или капуста квашеная	—	—	57/40[1]	30	57/40[1]	30
или свежие белые грибы	—	—	61/46[1]	30	—	—
или грибы сушеные	—	—	15/15[1]	30	—	—
или шампиньоны свежие	—	—	99/75[1]	30	—	—
Лук репчатый	24/20[1]	10	24/20[1]	10	—	—
Морковь	19/15[1]	10	—	—	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Яйца [2]	1/2 шт.	20	—	—	1/4 шт.	10
Масса фарша	—	40	—	40	—	40
Сметана	5	5	5	5	5	5
Сухари	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	225	—	225	—	225
Масса запеченного рулета или запеканки	—	200	—	200	—	200
Соус №№ 540, 553, 557		75	—	75	—	50
или сметана	30	30	20	20	15	15
Выход: с соусом	—	275	—	275	—	250
со сметаной	—	230	—	220	—	215

[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

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 приготовлении запеканки картофельную массу делят пополам Одну половину кладут на смазанный жиром и посыпанный 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
243. Запеканка капустная						
Капуста белокочанная свежая	195	156	195	156	278	222
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	10	10	10	10
Масса припущенной капусты	—	140	—	140	—	200
Яйца	2 шт.	80	1/4 шт.	10	—	—
Крупа манная	—	—	20	20	25	25
Сухари	5	5	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	230	—	180	—	235
Масса готовой запеканки	—	195	—	150	—	200
Сметана	40	40	30	30	20	20
или соус №№ 549, 553, 554	—	75	—	75	—	50
Выход: со сметаной	—	235	—	180	—	220
с соусом	—	270	—	225	—	250

По I колонке мелко нарезанную и припущенную с жиром капусту смешивают с яйцами и запекают

По II и III колонкам в припущенную капусту всыпают манную крупу и, периодически помешивая, варят до готовности, после чего охлаждают до 40—50° С, добавляют сырые яйца и перемешивают. Капустную массу выкладывают ровным слоем на смазанные жиром и посыпанные сухарями противень или сковороду, смазывают сметаной и запекают. Готовую запеканку нарезают на порции Отпускают со сметаной или соусом молочным, сметанным или сметанным с томатом.

Соус и сметану можно подать отдельно Вместо манной крупы можно использовать пшеничную муку (по 20—25 г на порцию), хлеб (по 33—42 г на порцию) или густой молочный соус (рец № 552).

244. Морковная запеканка с творогом или без творога						
Морковь	150	120	156	125	271	217
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	10	10	10	10
Молоко	—	30	—	—	—	—
Бульон	—	—	—	30	—	—
Вода	—	—	—	—	—	35
Масса припущенной моркови	—	110	—	115	—	200
Крупа манная	10	10	20	20	20	20
Яйца	1/2 шт.	20	1/5 шт.	8	—	—
Творог	76	75	76	75	—	—
Сахар	10	10	10	10	6	6
Сухари	5	5	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5	5	5

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса полуфабриката	—	235	—	235	—	235
Масса готовой запеканки	—	200	—	200	—	200
Масло сливочное	15	15	10	10	5	5
или сметана	40	40	30	30	20	20
или соус №№ 549, 553	—	75	—	75	—	50
Выход: с соусом	—	275	—	275	—	250
со сметаной	—	240	—	230	—	220
с маслом	—	215	—	210	—	205

Морковную массу, подготовленную, как для котлет (рец. № 222), смешивают с протертым творогом и сахаром или только с сахаром. Смесь выкладывают на противень ,смазанный жиром и посыпанный сухарями, поверхность выравнивают, смазывают сметаной, ложкой наносят узор и запекают

При отпуске запеканку поливают маслом, или сметаной, или соусом молочным, или сметанным

245. Солянка овощная

Капуста тушеная № 210	—	200	—	200	—	200
Лук репчатый	24/20[1]	10	24/20[1]	10	48/40[1]	20
Огурцы соленые	68/41[1]	35	68/41[1]	35	68/41[1]	35
Каперсы	10	5	10	5	10	5
Грибы соленые или маринованные (в бочковой таре)	24	20	24	20	18	15
Масло растительное	10	10	7	7	5	5
Сухари	3	3	3	3	5	5
Сыр	5,4	5	5,4	5	—	—
Масса полуфабриката	—	280	—	280	—	280
Масса готовой солянки	—	250	—	250	—	250
Маслины	31	20	—	—	—	—
Вишни или сливы маринованные	22	12	—	—	—	—
Лимон	9	8	—	—	—	—
Выход	—	290	—	250	—	250

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе — масса продуктов нетто, в графе нетто — масса готовых продуктов.

Соленые огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками или ромбиками и припускают Подготовленные грибы слегка обжаривают, лук репчатый пассеруют Тушеную капусту соединяют с огурцами, грибами, луком и каперсами, все перемешивают и прогревают На порционную сковороду или противень, смазанные жиром, выкладывают подготовленные овощи и грибы, посыпают тертым сыром, смешанным с сухарями, сбрызгивают маслом и запекают

Можно приготовлять солянку без каперсов, соответственно изменив выход При отпуске солянку нарезают на порции

По I колонке солянку перед подачей оформляют лимонами, маслинами, маринованными вишнями или сливами.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
246. Голубцы овощные						
Капуста белокочанная свежая	190	152	190	152	190	152
Масса вареной капусты	—	140	—	140	—	140
Для фарша						
Грибы белые свежие	79/60[1]	30	53/40[1]	20	—	—
или грибы белые сушеные	15/15[1]	30	10/10[1]	20	—	—
или шампиньоны свежие	99/75[1]	30	66/50[1]	20	—	—
Морковь	—	—	28/22[1]	15	46/37[1]	25
Репа	—	—	—	—	17/13[1]	10
Лук репчатый	48/40[1]	20	36/30[1]	15	36/30[1]	15
Яйца	1/4 шт.	10	—	—	—	—
Крупа рисовая	7	20[2]	11	30[2]	11	30[2]
Зелень петрушки	3	2	3	2	3	2
Маргарин столовый	15	15	15	15	12	12
Масса фарша	—	80	—	80	—	80
Масса полуфабриката	—	220	—	220	—	220
Соус №№ 553, 554	—	100	—	100	—	100
Выход	—	250	—	250	—	250

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе — масса продуктов нетто, в графе нетто — масса готовых продуктов

[2] Масса риса готового.

Кочан капусты (с удаленной кочерыгой) отваривают в подсоленной воде до полуготовности, разбирают на отдельные листья, утолщенные части листьев слегка отбивают На подготовленные листья капусты кладут фарш, завертывают в виде конверта Голубцы укладывают на противень или сковороду, обжаривают, заливают соусом сметанным или сметанным с томатом и запекают

Для фарша мелко нарезанные овощи пассеруют, добавляют зелень петрушки, а грибы жарят и соединяют с вареным рассыпчатым рисом, мелко нарубленными, сваренными вкрутую яйцами, все перемешивают. При использовании сушеных грибов их замачивают в холодной воде, промывают 3—4 раза, варят, а затем измельчают и жарят

247. Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом						
Кабачки	149	119	94	75	130	104
Мука пшеничная	3	3	2	2	3	3
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса жареных кабачков	—	80	—	50	—	70
Цветная капуста	235	122	171	89	129	67
Масса вареной капусты	—	110	—	80	—	60
Соус №№ 553, 554	—	100	—	100	—	100
Сыр	5,4	5	5,4	5	5,4	5

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса полуфабриката	—	295	—	235	—	235
Масса готового продукта	—	250	—	200	—	200
Масло сливочное	10	10	5	5	—	—
Выход	—	260	—	205	—	200

Кабачки, подготовленные, как в рец № 236, предварительно жарят, а капусту отваривают, затем кладут их на смазанную жиром сковороду, заливают горячим молочным соусом средней густоты или сметанным, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают

При отпуске поливают маслом сливочным

248. Перец, фаршированный брынзой или сыром с яйцом (Карачаево-черкесское) национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Перец сладкий	240	180
Фарш		
брынза или сыр осетинский	99	95
яйца	3/4 шт	30
Масса фарша	—	120
Масса полуфабриката	—	300
Масло растительное	15	15
Выход	—	250

Подготовленный перец сладкий надрезают вокруг плодоножки, отгибают ее в виде «крышечки» (но не отрезают), удаляют семена.

Для фарша брынзу или сыр тщательно разминают или протирают через сито, добавляют взбитые яйца, молотый перец (красный и черный) и тщательно перемешивают

Перец наполняют фаршем, накрывают «крышечкой», обжаривают и доводят до готовности в жарочном шкафу

Отпускают фаршированный перец в горячем или холодном виде

Можно посыпать мелко нарезанной зеленью.

249. Перец, фаршированный овощами и рисом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Перец сладкий	187	140	187	140	160	120
Для фарша						
Крупа рисовая	11	30[1]	14	38[1]	11	30[1]
Морковь	28/22[2]	15	28/22[2]	15	36/29[2]	20
Лук репчатый	36/30[2]	15	48/40[2]	20	24/20[2]	10
Помидоры	74/63[2]	40	56/48[2]	30	38/32[2]	20

[1] В графе нетто указана масса готового риса

[2] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе — масса продуктов нетто, в графе нетто — масса готовых продуктов

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло растительное	15	15	15	15	10	10
Масса фарша	—	100	—	100	—	80
Масса полуфабриката	—	240	—	240	—	200
Соус №№ 551, 553, 554	—	75	—	75	—	75
Выход	—	250	—	250	—	220

Сладкий перец перебирают, промывают, подрезают вокруг плодоножки и удаляют ее вместе с семенами, не нарушая целостности стручка Перец заливают горячей водой и варят одну-две минуты, затем откидывают на дуршлаг и заполняют фаршем, укладывают на противень, заливают соусом молочным, или сметанным, или сметанным с томатом и запекают в жарочном шкафу до готовности. Для приготовления фарша рисовую крупу варят в подсоленной воде до полуготовности и откидывают, затем добавляют в овощной фарш Отпускают перец с соусом, в котором его запекают и посыпают измельченной зеленью

Для фарша морковь нарезают мелкой соломкой и пассеруют; отдельно пассеруют репчатый лук, нарезанный полукольцами. Все смешивают, добавляют жареные помидоры

250. Репа или кабачки, фаршированные овощами и рисом

Репа	145/109[1]	100	217/163[1]	150	160/120[1]	110
или кабачки	166/111[1]	100	249/167[1]	150	182/122[1]	110
Для фарша.						
Крупа рисовая	15	42[2]	18	50[2]	15	42[2]
Лук репчатый	36/30[1]	15	36/30[1]	15	24/20[1]	10
Морковь	—	—	—	—	19/15[1]	10
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10	1/10 шт.	4
Маргарин столовый	15	15	15	15	10	10
Масса фарша	—	75	—	72	—	60
Масса полуфабриката	—	175	—	225	—	170
Сыр	5,4	5	5,4	5	—	—
Масса запеченной фаршированной репы или кабачков	—	160	—	200	—	150
Соус №№ 549, 553, 554 или сметана	—	75	—	75	—	75
	30	30	30	30	20	20
Выход: со сметаной	—	190	—	230	—	170
с соусом	—	235	—	275	—	225

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе — масса продуктов нетто, в графе нетто — масса готовых продуктов

[2] В графе нетто указана масса готового риса.

Очищенную репу отваривают до готовности и ложкой или выемкой вынимают часть мякоти Кабачки очищают от кожицы, разрезают 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 отварные репу или кабачки заполняют фаршем так, чтобы он выступал горкой Кладут на смазанный жиром противень, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом

и запекают Запеченные репу или кабачки заливают соусом или сметаной и доводят до кипения

Для приготовления фарша морковь и лук нарезают соломкой или кубиками и пассеруют с жиром Рисовую крупу отваривают в подсоленной воде, откидывают и смешивают с пассерованными овощами, мелко нарезанной частью мякоти репы и сваренным вкрутую мелко нарубленным яйцом

Морковь и лук в фарше можно заменить яблоками в тех же количествах.

Отпускают репу или кабачки со сметаной или с соусом молочным или сметанным, или сметанным с томатом При отпуске посыпают зеленью

	БРУТТО	НЕТТО
251. Тыква, запеченная с фруктами, по-ижевски (Удмуртское национальное блюдо)		
Тыква	229	160
Курага	41	40
Сахар	10	10
Масло сливочное или маргарин	6	6
Масса припущенной тыквы с курагой	—	215
Яблоки свежие	72	50
Сахар	10	10
Масло сливочное или маргарин (на смазку)	3	3
Масса запеченной тыквы с фруктами	—	230
Масло сливочное или маргарин	5	5
Выход	—	235

Очищенную от кожицы и семян тыкву, нарезанную кубиками, и перебранную, тщательно промытую в теплой воде курагу укладывают в посуду, добавляют жир, сахар, воду (40—50 г) и припускают до готовности. Припущенную тыкву с курагой выкладывают на порционную сковороду, смазанную маслом или маргарином, поверхность разравнивают и сверху кладут яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, нарезанные тонкими ломтиками, посыпают сахаром и запекают в жарочном шкафу при температуре 250—280° С до образования корочки на поверхности

При отпуске поливают маслом сливочным или маргарином

252. Свекла, фаршированная творогом и изюмом		
Свекла	153	120[1]
Творог	51	50
Изюм	10,2	10
Яйца	1/4 шт.	10
Сахар	5	5
Крупа манная	5	5
Масса полуфабриката	—	200
Маргарин	5	5
Масса готовой фаршированной свеклы	—	180
Сметана	30	30
Выход	—	120

[1] Масса отварной, очищенной свеклы

У вареной очищенной свеклы вырезают отверстие, которое заполняют фаршем.

Перед отпуском фаршированную свеклу кладут на сковороду, смазанную маргарином и запекают.

Для фарша творог протирают, соединяют с подготовленным изюмом, сахаром, манной крупой и взбитыми яйцами, перемешивают, добавляют измельченную оставшуюся часть свеклы

При отпуске свеклу нарезают и поливают сметаной

	БРУТТО	НЕТТО
253. Репа, фаршированная грибами		
Репа	145	109
Крупа рисовая	15	42 [1]
Грибы белые сушеные	8	8
Лук репчатый	36	30/15 [2]
Маргарин	10	10
Сухари	3	3
Сыр	5,5	5
Масло сливочное или маргарин	3	3
Масса полуфабриката	—	180
Масса готовой фаршированной репы	—	160
Сметана	30	30
Выход	—	190

[1] Масса рассыпчатого риса

[2] В числителе указана масса лука нетто, в знаменателе — масса пассерованного лука

Очищенную репу бланшируют, отваривают в подсоленной воде до полуготовности, выемкой вынимают часть мякоти Репу наполняют фаршем, посыпают сухарями, смешанными с тертым сыром, сбрызгивают маслом сливочным или маргарином и запекают в жарочном шкафу.

Для фарша рис отваривают в подсоленной воде, лук репчатый мелко нарезают и пассеруют. Подготовленные грибы предварительно замачивают, затем отваривают, нарезают соломкой и обжаривают. Рассыпчатый рис, пассерованный лук, грибы соединяют, добавляют нарезанную соломкой мякоть репы, соль и перемешивают.

При отпуске репу нарезают на порции, подают со сметаной

254. Тыквенно-яблочная запеканка		
Тыква	150	105
Яблоки	114	80
Крупа манная	10	10
Яйца	1/4 шт.	10
Сахар	10	10
Сметана	5	5
Масса полуфабриката	—	180
Маргарин	3	3
Масса запеканки	—	155
Сметана	20	20
Выход	—	175

Очищенную от кожицы и семян тыкву, яблоки без кожицы и семенного гнезда нарезают мелкими кубиками и припускают с добавлением сахара и воды до полуготовности. Затем всыпают манную крупу и проваривают до загустения. Полученную массу охлаждают до 60—70° С, добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, перемешивают, вводят осторожно взбитые белки. Массу выкладывают в смазанные жиром формы или противень, поверхность выравнивают, смазывают сметаной, наносят узор и запекают в жарочном шкафу.

При отпуске поливают сметаной, которую можно подать отдельно

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 табл 4 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 соответственно 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 $0{,}25 \times 20 = 5$ кг крупы В графе 3 находим, что для приготовления 1 кг каши требуется 0,80 л жидкости, следовательно, для приготовления 20 кг каши потребуется $0{,}80 \text{ л} \times 20 = 16$ л жидкости Каша (по II колонке) готовится на смеси молока и воды, следовательно, надо 40% воды, то есть $\frac{16 \cdot 40}{100} = 6{,}4$ л, и 60% молока, то есть $\frac{16 \cdot 60}{100} = 9{,}6$ л

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

В настоящее время промышленность в основном вырабатывает крупу гречневую — ядрицу быстроразваривающуюся Поджаривать ее не следует, так как она разваривается в течение 30 мин

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° С 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

Таблица 4

Количество крупы, жидкости, соли, расходуемое на приготовление каш

Наименование каш	На 1 кг выхода каши [1]		Из 1 кг крупы — выход каши			Привар, %	Влажность в % (допускаются отклонения ±1,5%)
	крупа, г	жидкость, л [2]	жидкость, л	соль, г	выход, кг		
1	2	3	4	5	6	7	8
Гречневая:							
рассыпчатая из ядрицы неподжаренной и ядрицы быстроразваривающейся	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
Пшенная:							
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
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

[1] Для каш, приготовленных на воде, берут 10 г соли, а для молочных и сладких — 4—5 г на 1 кг выхода каши

[2] Каши рассыпчатые по всем трем колонкам, а вязкие и жидкие по III 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%.

Продолжение табл 4

Наименование каш	На 1 кг выхода каши[1]		Из 1 кг крупы и выход каши			Привар, %	Влажность в % (допускаются отклонения ±1,5%)
	крупа, г	жидкость, л[2]	жидкость, л	соль, г	выход, кг		
1	2	3	4	5	6	7	8
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

При подаче кашу поливают растопленным жиром или кладут кусочек масла.

Указанные в рецептурах жиры можно заменять в соответствии с табл 26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд».

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 Каши можно отпускать с вареньем, джемом, повидлом, медом — 25—30 г на порцию

РАССЫПЧАТЫЕ КАШИ

Рассыпчатые каши варят на воде из всех видов круп, кроме манной, овсяной, хлопьев овсяных «Геркулес» В готовой рассыпчатой каше зерна должны быть полностью набухшими, хорошо проваренными, в основном сохранившими форму и легко отделяющимися друг от друга

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют Кашу варят до загустения, помешивая

Жир можно добавлять во время варки или использовать его, поливая кашу при отпуске Когда каша сделается густой, перемешивание прекращают закрывают котел крышкой и дают каше упреть, за это время она приобретает своеобразный приятный запах и цвет

Для упревания рассыпчатых каш требуется гречневой (из ядрицы, вырабатываемой из непропаренного зерна) — около 4,5 ч, из поджаренной крупы — 1,5—2 ч, из ядрицы быстроразваривающейся — 1—1,5 ч, перловой, ячневой, пшенной, пшеничной — 1,5—2 ч, рисовой — около 1 ч

Рассыпчатые каши из рисовой крупы и пшена можно готовить в большом количестве воды (откидным способом) Для этого подготовленную крупу засыпают в подсоленный кипяток (6 л воды и 60 г соли на 1 кг крупы) и варят рисовую крупу — до готовности, пшено — 5—10 мин Готовый рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой, кладут в посуду, добавляют растопленный жир, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу или на плите с умеренным нагревом

С проваренного пшена сливают воду, добавляют жир, перемешивают и доводят до готовности обычным способом

При варке в наплитной посуде кашу для упревания следует поставить в жарочный шкаф При варке в пищеварочном котле после набухания крупы уменьшают нагрев, закрывают котел крышкой и доводят кашу до готовности

При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным жиром или посыпают сахаром, можно отпускать с жиром и сахаром, соответственно увеличив предусмотренную в рецептуре норму выхода блюда

Кипяченое молоко горячее или холодное подают в стакане или глубокой тарелке вместе с кашей

Каши рассыпчатые с наполнителями (репчатым луком, шпиком, яйцом, грибами и др) готовят из всех видов круп, кроме кукурузной и саго

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
255. Каша рассыпчатая						
Масса каши	—	150	—	200	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	15	15	10	10
или сахар	15	15	20	20	25	25
или молоко	200	190[1]	200	190[1]	247	235[1]
Выход: с жиром	—	165	—	215	—	260
с сахаром	—	165	—	220	—	275
с молоком	—	340	—	390	—	485

[1] Масса кипяченого молока

256. Каша рассыпчатая с луком, шпиком или яйцом						
Масса каши	—	150	—	200	—	250
Лук репчатый	30	25	30	25	30	25
Кулинарный жир	15	15	15	15	10	10
Масса пассерованного с жиром лука	—	25	—	25	—	20
или						
Лук репчатый	25	21	30	25	30	25
Шпик	20	19	34	33	34	33
Масса пассерованного со шпиком лука	—	25	—	40	—	40
или						
Яйца	1 шт.	40	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Масло сливочное или маргарин столовый	15	15	15	15	10	10
Выход: с луком и жиром	—	175	—	225	—	270
с луком и шпиком	—	175	—	240	—	290
с яйцом и жиром	—	205	—	235	—	270

Шпик нарезают мелкими кубиками и жарят до тех пор, пока из него не вытопится 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 рубленными яйцами

ВЯЗКИЕ КАШИ

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° С она держится на тарелке горкой, не расплываясь Из 1 кг крупы получается от 4 до 5 кг готовой каши.

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

Значительно лучше и быстрее развариваются хлопья овсяные «Геркулес», манная и дробленые крупы овсяная, рисовая, ячневая и пшеничная (№ 4, 5, 7, «Артек»)

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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
257. Каша вязкая						
Масса каши	—	200	—	200	—	300
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	15	15	10	10
или сахар	15	15	15	15	20	20
Выход: с жиром	—	215	—	215	—	310
с сахаром	—	215	—	215	—	320
258. Каша вязкая с тыквой						
Крупа пшено или пшеничная	—	—	44	44	65	65
или рисовая	—	—	42	42	63	63
Тыква	—	—	100	70	150	105
Молоко	—	—	100	100	75	75
Вода	—	—	—	—	75	75

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сахар	—	—	3	3	5	5
Масса каши	—	—	—	200	—	300
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	15	15	10	10
Выход	—	—	—	215	—	310

Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена и семенную мякоть, нарезают мелкими кубиками, закладывают в кипящее молоко или воду с молоком, добавляют соль, сахар и нагревают до кипения Затем засыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении

При подаче горячую кашу с тыквой поливают жиром или кладут кусочек масла

259. Каша пуховая (гречневая на молоке с яйцами)

	БРУТТО	НЕТТО
Крупа гречневая	100	100
Яица	1/2 шт.	20
Молоко	200	200
Масло сливочное или маргарин	10	10
Масса протертой каши	—	300
Соус № 550	—	100
Выход	—	400

Подготовленную гречневую крупу тщательно перемешивают с яйцами, высушивают на листе в жарочном шкафу при температуре 60—70° С В горячее молоко добавляют сливочное масло или маргарин, соль, всыпают подсушенную крупу, варят кашу, затем протирают и прогревают

При отпуске соус молочный (сладкий) подают отдельно

260. Каша боярская (из пшена с изюмом)

Крупа пшено	70	70
Виноград сушеный (изюм)	5,1	5
Молоко	225	225
Сахар	15	15
Масло сливочное или маргарин	50	50
Яйца	1/2 шт	20
Выход	—	370

Подготовленные крупу и изюм кладут в горшочек, заливают горячим молоком, добавляют сахар, соль, перемешивают и ставят в жарочный шкаф, закрыв горшочек крышкой За 10—15 мин до готовности добавляют растопленное масло сливочное или маргарин, взбитые яйца Отпускают кашу в горшочке

	БРУТТО	НЕТТО
261. Каша «Янтарная» (из пшена с яблоками)		
Крупа пшено	50	50
Молоко	150	150
Масса каши	—	195
Сироп		
сахар	6	6
вода	30	30
Масса сиропа	—	35
Яблоки свежие	44	25 [1]
Масса припущенных яблок с сиропом	—	55
Масло сливочное или маргарин	10	10
Сметана	10	10
Масса полуфабриката	—	270
Выход	—	250

[1] Масса припущенных яблок

Подготовленную крупу заливают горячим молоком и варят. Свежие яблоки очищают от кожицы, удаляют семенные гнезда, нарезают кубиками, заливают сиропом и припускают В вязкую кашу добавляют припущенные яблоки, растопленное сливочное масло или маргарин, сметану Массу тщательно перемешивать, кладут в горшочек и доводят до готовности в жарочном шкафу

Для приготовления сиропа сахар растворяют в горячей воде, проваривают 10—12 мин и процеживают

Отпускают кашу в горшочке

ЖИДКИЕ КАШИ

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 и на воде по III колонке. Жидкими считаются каши, выход которых составляет 5—6,5 кг из 1 кг крупы. Готовят жидкие каши так же, как вязкие (с 152), но с бо́льшим 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)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
262. Каша жидкая						
Масса каши	—	200	—	300	—	300
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	15	15	10	10
или сахар	15	15	20	20	25	25
Выход с жиром	—	210	—	315	—	310
с сахаром	—	215	—	320	—	325

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 (с 164). 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
263. Крупеник						
Крупа гречневая	48	48	74	74	80	80
Молоко	50	50	50	50	—	—
Вода	30	30	70	70	130	130
или						
Крупа пшеничная	40	40	62	62	67	67
Молоко	50	50	50	50	—	—
Вода	40	40	80	80	143	143
Масса каши	—	120	—	185	—	200
Творог	81	80	86	85	76	75
Сахар	10	10	10	10	10	10
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10	1/8 шт.	5
Сухари пшеничные	4	4	5	5	5	5
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	240	—	300	—	300
Масса готового крупеника	—	200	—	250	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	10	10	10	10
или сметана	30	30	30	30	30	30
Выход: с маслом	—	210	—	260	—	260
со сметаной	—	230	—	280	—	280

Готовую рассыпчатую кашу (гречневая — с приваром 150% и пшеничная — с приваром 200%) охлаждают до 60—70° С, 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

264. Запеканка рисовая, манная, пшенная, пшеничная						
Крупа рисовая или манная	—	—	45	45	57	57
Вода	—	—	65	65	210	210
Молоко	—	—	100	100	—	—
или						
Крупа пшено или пшеничная	—	—	*50*	*50*	*66*	*66*

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Вода	—	—	60	60	210	210
Молоко	—	—	100	100	—	—
Сахар	—	—	10	10	10	10
Яйца	—	—	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8
Изюм	—	—	10,5	10	—	—
Маргарин столовый	—	—	3	3	5	5
Сухари пшеничные	—	—	4	4	5	5
Сметана	—	—	3	3	5	5
Масса полуфабриката	—	—	—	225	—	280
Масса готовой запеканки	—	—	—	200	—	250
Сметана или	—	—	30	30	30	30
Маргарин столовый или масло сливочное или соус №№ 577, 578	—	—	10	10	10	10
	—	—	—	50	—	75
Выход. со сметаной	—	—	—	230	—	280
с жиром	—	—	—	210	—	260
с соусом	—	—	—	250	—	325

Готовую вязкую кашу (с 152) охлаждают до 60—70° С, добавляют в нее сырые яйца, подготовленный изюм, маргарин и перемешивают Приготовленную массу выкладывают на смазанный маргарином и посыпанный сухарями противень, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают. Подают запеканку со сметаной, жиром, с соусом абрикосовым или клюквенным

265. Запеканка рисовая с творогом

Крупа рисовая	—	—	48	48	75	75
Вода	—	—	100	100	155	155
Изюм	—	—	20,5	20	—	—
Творог	—	—	40,5	40	40,5	40
Яйца	—	—	1/4 шт.	10	1/4 шт.	10
Сахар	—	—	15	15	15	15
Ванилин	—	—	0,01	0,01	0,01	0,01
Маргарин столовый	—	—	5	5	5	5
Сухари пшеничные	—	—	5	5	5	5
Сметана	—	—	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	—	—	225	—	280
Масса готовой запеканки	—	—	—	200	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	10	10	10	10
или сметана	—	—	30	30	30	30
или соус №№ 578, 579	—	—	—	75	—	75
Выход с жиром	—	—	—	210	—	260
со сметаной	—	—	—	230	—	280
с соусом	—	—	—	275	—	325

В готовую рассыпчатую кашу (с 150), приготовленную с изюмом или без изюма и охлажденную до 60—70° С, 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
266. Запеканка со свежими плодами						
Крупа манная или рисовая	—	—	50	50	54	54
или пшено	—	—	56	56	60	60
Молоко	—	—	100	100	50	50
Вода (на кашу манную или рисовую)	—	—	85	85	150	150
Вода (на кашу пшенную)	—	—	80	80	140	140
Сахар	—	—	10	10	10	10
Масло сливочное	—	—	5	5	5	5
Сухари пшеничные	—	—	4	4	4	4
Яблоки	—	—	57	40	43	30
или груши	—	—	55	40	41	30
или абрикосы	—	—	47	40	35	30
или слива	—	—	44	40	33	30
Сметана	—	—	3	3	4	4
Яйца	—	—	1/5 шт.	8	1/10 шт.	4
Масса полуфабриката	—	—	—	280	—	280
Масса готовой запеканки	—	—	—	250	—	250
Соус №№ 577, 578	—	—	—	75	—	75
Выход	—	—	—	325	—	325

На смазанный маслом и посыпанный сухарями противень кладут ровным слоем приготовленную вязкую кашу (половину от всей массы), затем плоды, нарезанные мелкими кубиками, яблоки и груши без кожицы и семенных гнезд, сливы и абрикосы без косточек Плоды покрывают слоем оставшейся каши, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают. Подают с соусом абрикосовым или клюквенным

267. Пудинг рисовый, манный, пшенный						
Крупа рисовая или манная	45	45	48	48	51	51
или пшено	52	52	55	55	58	58
Молоко	100	100	75	75	50	50
Вода (на кашу рисовую или манную)	50	50	80	80	115	115
Вода (на кашу пшенную)	40	40	75	75	110	110
Сахар	15	15	15	15	15	15
Яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20	1/2 шт.	20
Масло сливочное	10	10	10	10	10	10

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Изюм	10,5	10	10,5	10	—	—
Цукаты	10	10	—	—	—	—
Сухари	5	5	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5	5	5
Ванилин	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01
Масса полуфабриката	—	240	—	240	—	240
Масса готового пудинга	—	200	—	200	—	200
Соус №№ 577, 578	—	50	—	50	—	50
или варенье	30	30	30	30	30	30
Выход: с соусом	—	250	—	250	—	250
с вареньем	—	230	—	230	—	230

В готовую вязкую кашу (с. 152), 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.

КОТЛЕТЫ И БИТОЧКИ

Котлеты и биточки готовят из пшена, рисовой, манной, пшеничной и других круп. Для этого варят густую вязкую кашу на смеси воды с молоком или на воде.

Для биточков и котлет, отпускаемых со сладким соусом, в большинстве случаев кашу варят с сахаром, для ароматизации в готовую кашу можно добавить ванилин (из расчета 0,01 г на порцию готовых биточков). Если каша предназначена для изделий, отпускаемых с грибным соусом, то ваннлин и сахар в нее не кладут.

Отпускают котлеты и биточки преимущественно в горячем виде со сладким, молочным или грибным соусами. Со сметаной, вареньем, джемом и повидлом эти изделия могут быть поданы в горячем и холодном виде

268. Биточки или котлеты пшенные, пшеничные, перловы, ячневые

Крупа пшено, или пшеничная, или перловая или ячневая	—	—	62	62	80	80
Молоко	—	—	50	50	—	—
Вода	—	—	125	125	225	225
Сахар	—	—	8	8	10	10
Яйца	—	—	1/5 шт.	8	—	—
Сухари пшеничные	—	—	8	8	10	10
Масса полуфабриката	—	—	—	227	—	285
Кулинарный жир	—	—	8	8	10	10

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса готовых биточков или котлет	—	—	—	200	—	250
Сметана	—	—	30	30	30	30
или соус №№ 577, 578	—	—	—	75	—	75
Выход: со сметаной	—	—	—	230	—	280
с соусом	—	—	—	275	—	325

Варят густую вязкую кашу (с 152) с выходом из 1 кг крупы 3,5 кг каши, охлаждают до 60—70° С, добавляют сырые яйца и перемешивают. Подготовленную массу порционируют, придавая изделиям круглую (биточки) или овальную форму с одним заостренным концом (котлеты), панируют в сухарях и жарят на жире 10 мин

При подаче поливают сметаной или абрикосовым, или клюквенным соусом. Можно подать с грибным соусом (рец. 557).

269. Биточки или котлеты манные, рисовые

Крупа манная или рисовая	—	—	53	53	70	70
Молоко	—	—	50	50	—	—
Вода	—	—	100	100	210	210
Яйца	—	—	1/5 шт.	8	—	—
Сахар	—	—	8	8	10	10
Сухари пшеничные	—	—	8	8	10	10
Масса полуфабриката	—	—	—	222	—	275
Кулинарный жир	—	—	8	8	10	10
Масса жареных изделий	—	—	—	200	—	250
Сметана	—	—	30	30	30	30
или соус №№ 577, 578	—	—	—	75	—	75
или варенье или джем, или повидло	—	—	30	30	30	30
Выход: со сметаной	—	—	—	230	—	280
с соусом	—	—	—	275	—	325
с вареньем, или джемом, или повидлом	—	—	—	230	—	280

Варят густую вязкую кашу (с. 152) с выходом из 1 кг крупы 4 кг каши. Готовят биточки и котлеты, как описано в рец № 268 Отпускают со сметаной, или соусом абрикосовым, или клюквенным, или вареньем, или джемом, или повидлом

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) разваривaются 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° С

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 коренья 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

	БРУТТО	НЕТТО
270. Бобовые отварные		
Фасоль, или горох, или чечевица, или чина, или нут	485	480
Выход	—	1000

Отварные бобовые используют для приготовления блюд и гарниров

271. Бобовые с копченой грудинкой или корейкой						
Масса отварных бобовых	—	—	—	150	—	200
Грудинка копченая	—	—	27	20[1]	27	20[1]
или корейка копченая	—	—	26	20[1]	26	20[1]
Лук репчатый	—	—	36	30	36	30
Жир-сырец свиной	—	—	15	15	15	15
Масса пассерованного с жиром лука	—	—	—	25	—	25
Соус №№ 528, 540	—	—	—	30	—	40
Чеснок	—	—	0,5	0,4	0,5	0,4
Выход	—	—	—	225	—	285

[1] Масса вареной грудинки, корейки без шкуры и костей.

Вареную копченую нарезанную мелкими кубиками грудинку или корейку, шашинкованный пассерованный лук кипятят в красном или томатном соусе 10 мин, смешивают с отварными бобовыми, добавляют растертый с солью чеснок и, помешивая, нагревают до кипения

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
272. Бобовые в соусе						
Масса отварных бобовых	—	—	—	155	—	210
Соус №№ 528, 540, 549, 553	—	—	—	60	—	80
Маргарин столовый	—	—	10	10	10	10
Выход	—	—	—	225	—	300

Отварные бобовые (рец № 270) заправляют жиром и соусом красным, или томатным, или молочным, или сметанным и, помешивая, нагревают до кипения. В соус красный и томатный можно добавить чеснок (0,5 г нетто на 1 л соуса), растертый с солью

БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли) Макароны варят 20—30 мин, лапшу — 20—25 мин, вермишель — 10—12 мин В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта

Сваренные макаронные изделия откидывают 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 Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия варят, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий 2,2—3,0 л воды, 30 г соли)

Количество жира и сметаны можно изменить жира — 10 или 20 г, сметаны — 20 или 40 г на порцию, при этом соответственно изменяется выход блюда.

	БРУТТО	НЕТТО
273. Макаронные изделия отварные		
Макаронные изделия	350	350
Выход	—	1000

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
274. Макароны с сыром, брынзой или творогом						
Масса отварных макарон	—	150	—	200	—	250
Сыр	22	20	22	20	27	25
или брынза	31	30	42	40	52	50
или творог	51	50	76	75	76	75
Маргарин столовый	10	10	10	10	15	15
Выход: с сыром	—	180	—	230	—	290
с брынзой	—	190	—	250	—	315
с творогом	—	210	—	285	—	340

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

275. Макароны с томатом						
Масса отварных макарон	—	150	—	200	—	250
Томатное пюре	25	25	30	30	40	40
Маргарин столовый	15	15	15	15	20	20
Петрушка (зелень)	4	3	4	3	4	3
Выход	—	180	—	235	—	300

Макароны отваривают и заправляют жиром (5 г) В томатное пюре добавляют жир, соль, перец молотый и, помешивая, пассеруют в течение 5 мин, после чего смешивают с отварными макаронами При отпуске макароны посыпают зеленью

276. Макароны, запеченные с сыром						
Масса отварных макарон	—	—	—	200	—	250
Сыр	—	—	21	19	21	19
Маргарин столовый	—	—	10	10	10	10
Масса полуфабриката	—	—	—	228	—	278
Масса запеченных макарон	—	—	—	205	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	5	5	5	5
Выход	—	—	—	210	—	255

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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
277. Макаронник						
Макароны	—	—	75	75	80	80
Вода	—	—	150	150	230	230
Молоко	—	—	100	100	—	—
Яйца	—	—	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10
Сахар	—	—	10	10	10	10
Маргарин столовый	—	—	5	5	5	5
Сухари	—	—	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	—	—	300	—	300
Масса готового макаронника	—	—	—	250	—	250
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	10	10	10	10
Выход	—	—	—	260	—	260

Макароны варят в смеси молока и воды или в воде, не откидывая В охлажденные до 60—70° С макароны добавляют яйца, взбитые с сахаром, и перемешивают Массу выкладывают на смазанный жиром противень, посыпают сухарями и запекают При отпуске макаронник поливают жиром

278. Лапшевник с творогом						
Лапша, или вермишель, *или* макароны	—	—	72	72	75	75
Вода	—	—	160	160	165	165
Творог	—	—	101	100	101	100
Яйца	—	—	1/4 шт.	10	—	—
Сахар	—	—	10	10	10	10
Маргарин столовый	—	—	5	5	5	5
Сметана	—	—	5	5	5	5
Сухари	—	—	5	5	5	5
Масса полуфабриката	—	—	—	350	—	350
Масса готового лапшевника	—	—	—	300	—	300
Маргарин столовый или масло сливочное	—	—	10	10	10	10
или сметана	—	—	30	30	30	30
Выход: с жиром	—	—	—	310	—	310
со сметаной	—	—	—	330	—	330

Лапшу, или макароны, или вермишель варят, не откидывая

Протертый творог смешивают с сырыми яйцами, солью и сахаром Смесь соединяют с отварными макаронными изделиями, выкладывают на противень, смазанный жиром и посыпанный сухарями Поверхность лапшевника смазывают сметаной, сбрызгивают жиром и запекают Отпускают лапшевник с жиром или со сметаной

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

Для приготовления блюд из яиц используют свежие куриные яйца, меланж или яичный порошок Использование утиных, гусиных и миражных куриных яиц в соответствии с Санитарными правилами для предприятий общественного питания запрещается

Масса и качество куриных яиц должны соответствовать требованиям действующей технической документации Свежесть яиц определяют при помощи светового овоскопа

Перед употреблением яйца промывают сначала теплой водой с 1—2%-ным содержанием кальцинированной соды, затем 0,5%-ным раствором хлорамина, после чего ополаскивают чистой водой

Рецептуры Сборника составлены из расчета использования столовых куриных яиц II категории средней массой 46 г с отходом на скорлупу, стек и потери 12,5%

Исходя из этого, в рецептурах масса сырых и вареных яиц (без скорлупы) предусмотрена 40 г при естественном соотношении желтка и белка 39% и 61% соответственно

При использовании яиц массой больше или меньше указанной выход блюда в рецептуре уменьшают или увеличивают в соответствии с фактической массой яиц, пользуясь коэффициентом пересчета

Средняя масса одного яйца, г	Отход на скорлупу, стек и потери, %	Коэффициент пересчета (К)
от 48 и выше	12,0	0,880
от 43 до 48	12,5	0,875
до 43	13,0	0,870

Так, выход готовой яичницы при использовании яиц массой брутто более или менее 46 г пересчитывается по формуле
Масса нетто яиц без скорлупы = масса яиц в скорлупе × К,

$$\text{Масса готовои яичницы} = \frac{(\text{масса нетто яиц без скорлупы} + \text{жир на жарку}) \times 88\ ^{1}}{100}$$

[1] При тепловой обработке яичницы размер потерь составляет 12%

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.

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 отпуска на мармите при температуре 60° С не более 15 мин

Отпускают яичную кашку в небольших мисочках или в глубоких чайных блюдцах в натуральном виде, с сыром, гренками или с гарниром из овощей и грибов или мясных продуктов

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
279. Яичная кашка (натуральная)						
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80	2 шт.	80
или меланж	120	120	80	80	80	80
Молоко	60	60	40	40	—	—
Вода	—	—	—	—	40	40
Масло сливочное	10	10	5	5	5	5
Масса готовой кашки	—	160	—	105	—	105
Гренки № 704	—	50	—	35	—	—
или сыр	22	20[1]	16,5	15[1]	—	—
или хлопья кукурузные или пшеничные	—	—	—	—	—	10
Выход: с гренками	—	210	—	140	—	—
с сыром	—	180	—	120	—	—
с хлопьями	—	—	—	—	—	115

[1] Масса тертого сыра.

Яичную кашку готовят, как указано выше

При отпуске хлопья или тертый сыр кладут на середину кашки, гренки укладывают по краям

280. Яичная кашка с овощами или грибами						
Яичная кашка № 279	—	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, разобранную 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, как описано на с 165 При отпуске на середину готовой кашки кладут подготовленные овощи или грибы

ЯИЧНИЦА ГЛАЗУНЬЯ

Яичницу глазунью приготовляют из одних яиц — натуральную или с добавлением каких-либо продуктов (мясных, овощных и др), которые предварительно варят или жарят

Яйца осторожно выпускают на порционную сковороду с растопленным жиром, не нарушая целостности желтка, солят 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
281. Яичница глазунья (натуральная)						
Яйца	3 шт.	120	3 шт.	120	2 шт.	80
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	10	10	10	10
Выход	—	114	—	114	—	79

Жарят яичницу глазунью на порционной сковороде 3—5 мин до тех пор, пока белок не свернется, а желток не станет полужидким

Отпускают яичницу на этой же сковороде

282. Яичница глазунья с овощами или грибами						
Яйца	3 шт.	120	2 шт	80	—	—
Маргарин столовый	10	10	10	10	—	—
Масса готовых овощей или грибов № 280	—	50	—	40	—	—
Выход	—	158	—	114		

Для приготовления используются те же овощи и грибы, что и в рец № 280 Подготовленные овощи кладут на разогретую с жиром сковороду, выпускают на них яйца и жарят 5—7 мин

Подготовленные овощи можно отпускать к готовой яичнице в качестве гарнира

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
283. Яичница глазунья с мясными продуктами				
Яйца	3 шт.	120	2 шт	80
Маргарин столовый	10	10	10	10
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
или свинина	69	59	52	44
Маргарин столовый	4	4	3	3
Масса обжаренных продуктов	—	40	—	30
Выход	—	150	—	105

[1] Масса вареной грудинки без шкуры и костей

Мясопродукты (кроме грудинки) нарезают тонкими ломтиками и обжаривают в жире, затем добавляют остальной жир и выпускают на них яйца Жарят яичницу, как в рец № 281

Грудинку отваривают, очищают от шкуры и костей, нарезают кубиками, помещают на разогретую с жиром сковороду Выпускают яйца и жарят 3—5 мин

ОМЛЕТЫ

Омлеты приготовляют из яиц, меланжа или яичного порошка, разведенных 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)

Натуральные и смешанные омлеты при массовом приготовлении запекают в жарочном шкафу На смазанный жиром противень или порционную сковороду выливают омлетную смесь слоем 2,5—3 см и ставят в жарочный шкаф (180—200° С) на 8—10 мин Готовый омлет имеет упругую консистенцию При запекании смешанных омлетов гарнир предварительно обжаривают на противне и заливают смесью или вводят в омлетную смесь

Омлеты следует готовить по мере спроса, так как при хранении качество омлета ухудшается

При отпуске омлеты поливают маслом или маргарином Рекомендуется посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа, кинзы или зеленым луком (1—3 г нетто на порцию)

Соль в омлеты кладут из расчета 0,5 г на 1 яйцо

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
284. Омлет натуральный				
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 Смесь 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 перекладывают на подогретое блюдо или тарелку швом вниз и поливают растопленным жиром

При массовом приготовлении омлет натуральный запекают в жарочном шкафу, как описано на с 167.

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
285. Омлет с сыром				
Омлетная смесь № 284	—	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 (рец № 284)

При отпуске поливают растопленным жиром

286. Омлет, смешанный с мясными продуктами				
Омлетная смесь № 284	—	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]

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
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

[1] Масса вареной грудинки без шкуры и костей.

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 (рец. № 284).

При отпуске поливают растопленным жиром

287. Омлет с яблоками

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	3 шт	120
Молоко	45	45
Масса омлетной смеси	—	165
Яблоки свежие	100	70
Маргарин	10	10
Масса жареных яблок	—	60
Маргарин	3	3
Масса жареного омлета с яблоками	—	220
Масло сливочное или маргарин	5	5
Выход	—	225

К яйцам добавляют молоко и соль, смесь тщательно размешивают

Яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом нарезают на мелкие ломтики и слегка обжаривают на порционной сковороде с добавлением маргарина, заливают подготовленной омлетной смесью и запекают

При отпуске омлет поливают растопленным жиром

288. Драчена

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	3 шт.	120	2 шт.	80	—	—
Молоко	35	35	25	25	—	—
Мука пшеничная	9	9	6	6	—	—
Сметана	15	15	10	10	—	—
Маргарин столовый	5	5	5	5	—	—
Выход	—	145	—	100	—	—

В омлетную смесь, приготовленную, как для омлета натурального, добавляют муку и сметану и запекают на порционной сковороде 5—8 мин Драчену готовят непосредственно перед подачей

Отпускают в той же сковороде

	БРУТТО	НЕТТО
289. Рулет яичный с морковью		
Яйца	3 шт	120
Молоко	45	45
Масса омлетной смеси	—	165
Маргарин	10	10
Масса готового омлета	—	160
Морковь	55	44
Масса припущенной моркови	—	40
Соус № 552	—	15
Масса фарша	—	55
Масса полуфабриката	—	215
Масса готового рулета	—	180
Масло сливочное или маргарин	5	5
Выход	—	185

К яйцам добавляют молоко, соль, тщательно размешивают и подготовленную массу выливают тонким слоем на противень, смазанный маргарином, и выпекают На выпеченный омлет кладут фарш и заворачивают в виде рулета. Запекают в жарочном шкафу

Для фарша подготовленную морковь шинкуют и припускают, заправляют густым молочным соусом

При отпуске рулет поливают растопленным жиром

БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА

Из творога[1] и творожной массы[2] приготовляют холодные и горячие блюда. К первым 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, а ко вторым — вареники, сырники, запеканки, пудинги

Жирный (18% жира, 65% влаги) и полужирный (9% жира, 73% влаги) творог целесообразно подавать в натуральном виде Полужирный и нежирный (80% влаги) творог рекомендуется использовать для приготовления горячих блюд

Творог, который подают в натуральном виде, не протирают Для подачи в натуральном виде следует использовать творог только из пастеризованного молока

Для приготовления горячих блюд пропускают творог через протирочную машину, небольшое количество творога протирают через сито При протирании образуются потери в размере 1—2%

Вторые горячие блюда готовят отварными (вареники ленивые, пудинг, вареный на пару), жареными (сырники, творожные батончики) и запеченными (пудинги, запеканки)

Сырники готовят с сахаром или без сахара, а также с добавлением различных овощей (картофеля, моркови) или специй (тмин)

Пудинги отличаются от запеканок бо́льшим количеством компонентов (ванилин, изюм, цукаты), а также более нежной консистенцией, так как в них входят взбитые белки

При приготовлении блюд на 1 кг творога кладут 10 г поваренной соли

Отпускают творожную массу по 100—200 г на порцию со свежими, консервированными и быстрозамороженными плодами и ягодами (50—70 г массой нетто на порцию), с вареньем, сметаной, орехами, соленую — со сметаной При отпуске можно оформить листьями салата зеленого (15 г массой нетто на порцию), увеличив соответственно выход блюда

Вторые блюда отпускают с маслом, сметаной, сахаром или сладкими соусами Можно отпускать и с различными плодами и ягодами (50—70 г массой нетто на порцию)

	БРУТТО	НЕТТО
290. Творожные шарики		
Творог [1]	102	100
Масло сливочное	25	25
Сыр	27	25 [2]
Хлеб ржаной	31	20 [3]
Петрушка (зелень)	7	5
Выход	—	175

[1] Творог используется только пастеризованный
[2] Масса тертого сыра.
[3] Масса измельченных сухарей

Творог протирают, соединяют с маслом сливочным, тертым сыром, добавляют перец красный молотый, соль и перемешивают Из полученной массы формуют шарики величиной с грецкий орех, посыпают измельченными сухарями.

При отпуске шарики оформляют зеленью петрушки.

291. Творог с орехами и чесноком		
Творог [1]	612	600
Орехи грецкие	425	180 [2]
Чеснок	90	70
Масло сливочное	120	120
Петрушка (зелень)	68	50
Выход	—	1000

[1] Творог используется только пастеризованный
[2] Масса жареных грецких орехов

Творог протирают Жареные грецкие орехи мелко рубят Подготовленный чеснок растирают с солью

Творог соединяют с маслом сливочным, рублеными орехами, чесноком, растертым с солью, и перемешивают

При отпуске творог (100—150 г на порцию) посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки

292. Вареники ленивые (полуфабрикат)		
Творог	837	820
Мука пшеничная	115	115
Яйцо	1½ 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 разрезают на полоски шириной 25 мм Полоски нарезают на кусочки прямоугольной или треугольной формы

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
293. Вареники ленивые отварные				
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

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	
294. Сырники из творога				
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 №№ 550, 553, 576—579	—	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 перебирают, промывают, заливают горячей водой и оставляют на 1—1,5 часа для набухания, затем воду сливают

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

295. Сырники с морковью

	БРУТТО	НЕТТО
Творог	141	140
Морковь	56	45
Маргарин столовый	3	3
Крупа манная	5	5
Яйца	1/5 шт	8
Сахар	15	15
Мука пшеничная	25	25
Масса полуфабриката	—	227
Кулинарный жир	7	7
Масса готовых сырников	—	200
Соус №№ 550, 553	—	75
или сметана	30	30
Выход: с соусом	—	275
со сметаной	—	230

Очищенную сырую морковь измельчают и припускают с маргарином в небольшом количестве воды (10% воды к массе нетто моркови) Затем всыпают манную крупу и, помешивая, нагревают до ее набухания После охлаждения массу смешивают с протертым творогом, сырыми яйцами, сахаром и частью муки (2/3 от всего количества) Из подготовленной массы формуют сырники, панируют их в муке и жарят

Подают в горячем виде по 4 шт на порцию со сметаной, с молочным или сметанным соусом

296. Пудинг из творога (запеченный)

	I		II и III	
	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

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сметана	5	5	5	5
Масса готового пудинга	—	150	—	200
Сметана	30	30	20	20
или соус №№ 550, 576—579	—	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, разрезают на порционные куски

Отпускают пудинг горячим со сметаной, с молочным или сладким соусами.

297. Запеканка из творога

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 №№ 576—579	—	75	—	75
или сметана	30	30	25	25
Выход: с соусом	—	225	—	225
со сметаной	—	180	—	175

Протертый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной 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

298. Орешки творожные по-российски

	БРУТТО	НЕТТО
Творог	91	90
Сахар	10	10
Мука пшеничная	16	16
Яйца	1/4 шт.	10
Для фарша		
варенье	25	25
изюм	13,3	13
Масса фарша	—	30
Мука пшеничная (для панирования)	5	5
Масса полуфабриката	—	155
Масло растительное	15	15
Масса жареных творожных орешков	—	140
Соус № 550	—	50
Выход	—	190

Творог протирают, добавляют сахар, просеянную муку, желтки яиц, соль и перемешивают, затем осторожно вводят взбитые белки Массу разделывают на кружочки, на середину которых кладут фарш, края защипывают, панируют в муке

Сформованные изделия в виде шариков обжаривают в масле в течение 2—3 мин. Доводят до готовности в жарочном шкафу

Для фарша подготовленный изюм проваривают с вареньем до загустения и охлаждают

Отпускают орешки с соусом молочным сладким

299. Творожники «Пряженые» (с морковью и сыром)

Творог	91	90
Морковь	43	34
Маргарин	3	3
Крупа манная	5	5
Сыр	17	15
Яйца	1/7 шт	6
Сахар	10	10
Мука пшеничная	20	20
Масса полуфабриката	—	170
Кулинарный жир	15	15
Масса готовых изделий	—	150
Сметана	30	30
Выход	—	180

Творог протирают, очищенную сырую морковь нарезают соломкой и припускают с маргарином в небольшом количестве воды (10% воды к массе нетто моркови) Затем всыпают подготовленную манную крупу и при непрерывном помешивании массу проваривают до загустения и охлаждают После охлаждения массу соединяют с творогом, тертым сыром, яйцами, сахаром и частью предварительно просеянной муки (2/3 от всего количества) и перемешивают. Подготовленную массу раскатывают в пласт толщиной 1,5 см, разрезают его на полоски шириной 5—6 см, затем в виде треугольников (по 3 шт на порцию), панируют в муке и жарят в большом количестве жира

Готовые творожники отпускают горячими, подавая сметану отдельно, или охлаждают, заливают сметаной и отпускают

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ, МОРЕПРОДУКТОВ
БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

Рыбу приготовляют отварной, припущенной, тушеной, жареной и запеченной Соленую рыбу жарить и запекать не рекомендуется, ее приготовляют 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, луфарь 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 Кроме того, в рецептурах даны нормы закладки рыбы специальной разделки (полуфабрикат — тушка без плечевой кости), выпускаемой промышленностью

Для установления нормы закладки и выхода блюд из рыб, не указанных в рецептурах, а также поступающих в другом виде промышленной обработки, следует руководствоваться данными, приведенными в табл 21, 22 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с костным скелетом (всех семейств) при использовании сырья и рыбы специальной разделки» и «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с хрящевым скелетом (семейства осетровых) при использовании полуфабриката (рыба, разделанная на звенья)»

Во введениях к подразделам или в рецептурах к блюдам указываются принятые виды разделки рыбы, от которых зависят нормы отходов на холодную обработку

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

РЫБА ОТВАРНАЯ

Для варки пригодны все виды рыб Однако такие рыбы, как хек серебристый, сельдь, карась, омуль, навага, лещ, вобла, в вареном виде менее вкусны, чем в жареном

Варят рыбу целыми тушками, звеньями (рыбу семейства осетровых), в виде крупных кусков (белуга) и порционных кусков.

Подготовленную рыбу (некрупные экземпляры) нарезают на порционные куски, не пластуя, вместе с позвоночником, рыбу массой 1,0—1,5 кг следует предварительно пластовать вдоль позвоночника

Рыбу варят в рыбных котлах, снабженных решетками

Бульон, полученный при варке рыбы, используется для приготовления супов и соусов

При варке форели и лососевых для сохранения их окраски в воду добавляют столовый уксус (10 г на 1 л воды)

Рыбу океаническую и морскую, имеющую специфический запах и привкус, варят с добавлением огуречного рассола, укропа или свежего сладкого стручкового перца

При отпуске рыбу кладут на порционное блюдо или тарелку, гарнируют, соус подают отдельно или поливают им рыбу

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
300. Рыба (филе) отварная						
Капитан-рыба	296	160	237	128	178	96
или окунь морской [1]	214	156	171	125	129	94
или щука (кроме морской)	306	156	245	125	184	94
или треска [1]	197	152	158	122	118	91
или мерланг [1]	203	156	162	125	122	94
Из полуфабрикатов						
Капитан-рыба	182	160	145	128	109	96
или треска	173	152	139	122	103	91
или щука (кроме морской)	184	156	147	125	111	94
или макрель Индийского океана	164	144	131	115	98	86
Морковь [2]	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	1,5	1
Масса отварной рыбы	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 470, 472, 486, 487	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 547, 553, 559	—	75	—	50	—	50
Выход	—	350	—	300	—	275

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, треску, мерланг потрошеные обезглавленные

[2] Рыбу можно варить без добавления моркови

Рыбу, разделанную на филе с кожей и реберными костями, нарезают порционными кусками 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
301. Рыба (семейства осетровых) отварная						
Осетр	267	160	213	128	160	96
или севрюга	250	160	200	128	150	96
или белуга	262	160	210	128	157	96
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	1,5	1
Масса отварной рыбы	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 470, 472	—	150	—	150	—	150
Соус № 546	—	75	—	50	—	50
Выход	—	350	—	300	—	275

Рыбу пластуют на звенья, ошпаривают, удаляют жучки, зачищают Звенья промывают, перевязывают, кладут кожей вниз на вставную решетку рыбного котла, заливают холодной водой, добавляют овощи, коренья, 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 вынимают, удаляют хрящи, сгустки белка, нарезают на порционные куски и хранят до отпуска в небольшом количестве бульона при температуре 50—60° С не более 30—40 мин

Гарниры — картофель отварной, пюре картофельное

Соус — белое вино

302. Рыба (непластованная кусками) отварная						
Горбуша, или кета, или чавыча	226	156	181	125	136	94
или судак	240	156	192	125	145	94
или зубатка пятнистая (пестрая) [1]	184	151	146	120	110	90
или скумбрия азово-черноморская	220	156	176	125	132	94
или палтус черноокорый [1]	240	156	192	125	145	94
или ставрида океаническая	256	156	205	125	154	94
или бельдюга океаническая [1]	164	156	132	125	99	94
Из полуфабрикатов						
Макрурус	163	156	130	125	98	94
или скумбрия дальневосточная	165	156	132	125	99	94
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	1,5	1
Масса отварной рыбы	—	125	—	100	—	75

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Гарнир №№ 470, 472, 486, 487	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 547, 553, 559	—	75	—	50	—	50
Выход	—	350	—	300	—	275

[1] Нормы закладки даны на зубатку пятнистую (пеструю), бельдюгу океаническую потрошеные обезглавленные, палтус чернокорый потрошеный с головой.

Обработанную непластованную рыбу нарезают на куски (по одному на порцию), варят и отпускают, как описано в рец № 300.

Гарниры — картофель отварной, пюре картофельное, рагу овощное

Соусы — томатный, сметанный, польский.

РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ

Припускание — разновидность варки, но в отличие от последней оно производится в небольшом количестве жидкости.

Припущенная рыба вкуснее, чем отварная, так как при этом способе тепловой обработки в ней полнее сохраняются питательные вещества.

Рыбу припускают целиком (некрупную рыбу и рыбу для баикетов); звеньями и порционными кусками (рыбу семейства осетровых); порционными кусками, нарезанными из непластованной рыбы — камбалу, палтус, хек серебристый, ледяную рыбу, минтай Большинство других рыб припускают порционными кусками, нарезанными из филе.

Целую рыбу и порционные куски целесообразнее припускать с кожей. Звенья рыб семейства осетровых предварительно ошпаривают для удаления костных жучек Порционные куски рыбы, нарезанные из обработанного звена с кожей без хрящей, а для некоторых блюд и без кожи, перед припусканием ошпаривают для того, чтобы уменьшить выделение из них белков во время припускания

Рыбу припускают в рыбных котлах, снабженных решетками, при закрытой крышке Подготовленную для припускания рыбу кладут в посуду в один ряд (звенья — кожей вниз), подливают бульон или воду (0,3 л жидкости на 1 кг рыбы) так, чтобы жидкость покрыла рыбу на 1/4 объема

Хорошими вкусовыми достоинствами обладает рыба, припущенная с добавлением сухого белого виноградного вина или грибного отвара. Рыбы морские, а в некоторых случаях и осетровые, рекомендуется припускать с добавлением огуречного рассола

Продолжительность припускания зависит от вида рыбы и толщины кусков.

Бульон, полученный при припускании, используют для приготовления соусов, супов

Отпускают припущенную рыбу под различными соусами; сверху на рыбу укладывают вареные белые грибы или шампиньоны Можно посыпать измельченной зеленью петрушки или укропа, положить ломтик очищенного лимона.

На гарнир подают отварной картофель, овощи отварные, картофельное пюре В дополнение к указанным гарнирам можно давать огурцы, помидоры свежие или соленые, квашеную или маринованную капусту.

В рецептурах блюд из припущенной рыбы с костным скелетом нормы закладки даны в основном на рыбу, разделанную порционными кусками из филе с кожей без костей, а для рыб семейства осетровых — с кожей без хрящей. При ином виде разделки для установления норм закладки следует руководствоваться табл 21, 22

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
303. Рыба (филе) припущенная						
Сом (кроме океанического)	304	152	244	122	182	91
или судак	298	152	239	122	178	91
или щука (кроме морской)	330	152	265	122	198	91
или окунь морской [1]	217	152	174	122	130	91
или мерланг [1]	200	152	161	122	120	91
или ледяная рыба	325	156	260	125	196	94
Из полуфабрикатов						
Сом (кроме океанического)	177	152	142	122	106	91
или судак	197	152	158	122	118	91
или щука (кроме морской)	200	152	161	122	120	91
или окунь морской	179	152	144	122	107	91
или ледяная рыба	190	156	152	125	115	94
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Сом или судак	165	152	133	122	99	91
или ставрида океаническая	158	152	127	122	95	91
или хек серебристый	182	164	147	132	110	99
Лук репчатый	6	5	5	4	4	3
Петрушка (корень)	7	5	5	4	4	3
или сельдерей (корень)	7	5	6	4	4	3
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	75
Шампиньоны свежие	53	40/28[2]	28	21/15[2]	—	—
или грибы белые свежие	49	37/28[2]	26	20/15[2]	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Гарнир №№ 470, 472, 477	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 537, 544, 546, 547	—	75	—	75	—	50
Выход	—	385	—	340	—	275

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные

[2] Масса вареных грибов

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, кладут в посуду в один ряд, подливают горячую воду или бульон, солят, добавляют лук репчатый, коренья, специи, грибной отвар и припускают 10—15 мин

При отпуске на рыбу кладут грибы, нарезанные ломтиками, лимон и гарнируют Соус подают отдельно или поливают им рыбу

Гарниры — картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром

Соусы — белый основной, паровой, белое вино, томатный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
304. Рыба (семейства осетровых) припущенная						
Осетр	311	154	248	123	188	93
или севрюга	290	154	232	123	175	93
или белуга	306	154	244	123	185	93
Из полуфабрикатов (звеньев),						
Осетр, или севрюга, или белуга	171	154	137	123	103	93
Лук репчатый	6	5	5	4	4	3
Петрушка (корень)	7	5	5	4	4	3
или сельдерей (корень)	7	5	6	4	4	3
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	75
Шампиньоны свежие	53	40/28[1]	28	21/15[1]	—	—
или грибы белые свежие	49	37/28[1]	26	20/15[1]	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Гарнир №№ 470, 472, 477	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 544, 546	—	75	—	75	—	50
Выход	—	385	—	340	—	275

[1] Масса вареных грибов

Порционные куски рыбы с кожей без хрящей кладут в рыбный котел с решеткой в один ряд, подливают горячий бульон или воду, добавляют лук репчатый, коренья, соль, специи и, закрыв посуду крышкой, припускают до готовности при температуре 85—90° С За 10 мин до окончания варки добавляют лавровый лист

При отпуске на рыбу кладут готовые грибы, нарезанные ломтиками, лимон и гарнируют, соус подают отдельно или поливают им рыбу. На рыбу можно положить нарезанные ломтиками вареные рыбные хрящи, прогретые в кипящем бульоне, по 5—10 г массой нетто на порцию, соответственно увеличив выход блюда

Гарниры — картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром

Соусы — паровой, белое вино

305. Рыба (непластованная кусками) припущенная						
Скумбрия дальневосточная или судак	234	152	188	122	140	91
или щука (кроме морской)	262	152	210	122	157	91
или сом (кроме океанического)	245	152	197	122	147	91
или окунь морской[1]	183	152	147	122	110	91

[1] Нормы закладки даны на окунь морской и бельдюгу океаническую потрошеные обезглавленные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или камбала-ерш северная	240	149	192	119	144	89
или бельдюга океаническая [1]	171	162	137	130	102	97
или минтай	253	152	203	122	152	91
Из полуфабрикатов.						
Окунь морской	158	152	127	122	95	91
или камбала-ерш северная	155	149	124	119	93	89
или скумбрия дальневосточная	160	152	128	122	96	91
Лук репчатый	6	5	5	4	4	3
Петрушка (корень)	7	5	5	4	4	3
или сельдерей (корень)	7	5	6	4	4	3
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	75
Шампиньоны свежие	53	40/28[2]	28	21/15[2]	—	—
или грибы белые свежие	49	37/28[2]	26	20/15[2]	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Гарнир №№ 470, 472, 477	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 537, 544, 546, 547	—	75	—	75	—	50
Выход	—	385	—	340	—	275

[2] Масса вареных грибов

Обработанную непластованную рыбу нарезают на порционные куски Припускают и отпускают ее так же, как описано в рец № 303

306. Рыба припущенная с соусом белое вино

Судак	298	152	239	122	—	—
или форель (кроме морской)	249	152	200	122	—	—
или осетр	311	154	248	123	—	—
или севрюга	290	154	232	123	—	—
или белуга	306	154	244	123	—	—
Из полуфабрикатов (звеньев)						
Осетр, или севрюга, или белуга	171	154	137	123	—	—
Лук репчатый	6	5	5	4	—	—
Петрушка (корень)	7	5	5	4	—	—
или сельдерей (корень)	7	5	6	4	—	—
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Шампиньоны свежие	53	40/28[1]	28	21/15[1]	—	—
или грибы белые свежие	49	37/28[1]	26	20/15[1]	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Гренки № 704	—	—	—	20	—	—
Крутон № 708	—	40	—	—	—	—
Гарнир №№ 470, 477	—	150	—	150	—	—
Соус № 546	—	75	—	75	—	—
Выход	—	425	—	360	—	—

[1] Масса вареных грибов.

Рыбу, нарезанную на порционные куски с кожей без костей или на порционные куски с кожей без хрящей, предварительно ошпаренные, припускают, как описано в рец № 303 и 304.

При отпуске на гренок из пшеничного хлеба или крутон из слоеного теста кладут кусок припущенной рыбы, на нее — нарезанные ломтиками вареные грибы, поливают соусом, оформляют ломтиком лимона. Форма гренка или крутона должна соответствовать куску рыбы

Гарниры — картофель отварной, овощи отварные с жиром.

Соус — белое вино

307. Рыба по-русски

Осетр	311	154	248	123	188	93
или севрюга	290	154	232	123	175	93
или белуга	306	154	244	123	185	93
или судак	298	152	239	122	178	91
или ставрида океаническая	330	152	265	122	198	91
или треска [1]	200	152	161	122	120	91
или окунь морской [1]	217	152	174	122	130	91
или кабан-рыба	317	149	253	119	189	89
или налим морской [1]	222	162	178	130	133	97
Из полуфабрикатов:						
Макрель Индийского океана	165	140	132	112	99	84
или судак	197	152	158	122	118	91
или треска	175	152	140	122	105	91
или окунь морской	179	152	144	122	107	91
Из филе, выпускаемого промышленностью						
Судак	165	152	133	122	99	91
или ставрида океаническая, или треска	158	152	127	122	95	91
или окунь морской	162	152	130	122	97	91
или макрель Индийского океана	157	151	125	120	94	90
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	75
Морковь	10	8	8	6	5	4

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь, налим морской потрошеные обезглавленные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	9	7	8	6	5	4
Огурцы соленые	15	9/8[2]	12	7/6[2]	10	6/5[2]
Шампиньоны свежие	18	14/10[3]	14	11/8[3]	12	9/6[3]
или грибы белые свежие	17	13/10[3]	14	11/8[3]	11	8/6[3]
Каперсы	10	5	8	4	6	3
Маслины	15	10	12	8	—	—
Соус № 547	—	75	—	75	—	50
Масса соуса с наполнителем	—	100	—	100	—	60
Гарнир № 470	—	150	—	150	—	150
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход	—	382	—	350	—	285

[2] Масса готовых огурцов соленых
[3] Масса вареных грибов

Порционные куски рыбы с кожей без хрящей или с кожей без костей припускают Приготавливают гарнир для соуса морковь и петрушку нарезают мелкими брусочками и припускают Грибы отваривают и нарезают ломтиками. Огурцы соленые очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ломтиками и припускают Лук режут полукольцами и ошпаривают, каперсы отжимают от рассола, у маслин удаляют косточки Подготовленные продукты смешивают, кладут в томатный соус и доводят до кипения Вместо маслин можно использовать оливки

Хрящи можно добавлять к блюду из рыб семейства осетровых — 25, 15, 10 г соответственно колонкам, при этом увеличивается и выход

При отпуске рыбу поливают соусом, сверху кладут ломтик лимона, гарнируют

Гарнир — картофель отварной
Соус — томатный

308. Судак или щука, фаршированные (целиком)

Судак	178	91	143	73	106	54
или щука (кроме морской)	198	91	159	73	117	54
Хлеб пшеничный	17	17	14	14	10	10
Молоко или вода	20	20	15	15	12	12
Лук репчатый	48	40/20[1]	36	30/15[1]	29	24/12[1]
Маргарин столовый	8	8	7	7	5	5
Яйца	1/10 шт.	4	1/10 шт.	4	1/20 шт	2
Чеснок	1	0,8	1	0,8	0,5	0,4
Масса полуфабриката	—	156	—	125	—	94
Масса припущенной рыбы	—	125	—	100	—	75

[1] Масса лука пассерованного

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Гарнир №№ 470, 472, 477, 478	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 547, 548, 553	—	75	—	75	—	50
Выход	—	350	—	325	—	275

Судака или щуку очищают от чешуи, потрошат, отделяют голову и промывают Затем изнутри тушки надрезают реберные кости и отделяют их вместе с хребтовой костью, не прорезая кожи

После этого срезают мякоть, оставляя ее на коже слоем 0,5—1 см. Срезанную мякоть используют для приготовления фарша

Для фарша мякость рыбы, пассерованный лук, чеснок, размоченный в воде или молоке пшеничный хлеб (из муки не ниже I сорта), пропускают через мясорубку, добавляют размягченный маргарин, яйца, соль, молотый перец и все тщательно перемешивают Тушку наполняют фаршем, придают ей форму целой рыбы и припускают в течение 15—20 мин с добавлением специй и лаврового листа за 5—10 мин до готовности

Щуку для фарширования можно обработать и другим способом Ее очищают от чешуи, промывают, надрезают кожу вокруг головы и осторожно, чтобы не порвать, снимают ее целиком по направлению от головы к хвосту. Позвоночник надламывают так, чтобы хвостовой плавник остался при снятой коже Таким образом получают кожу с хвостом и мякоть рыбы с костями и головой После этого удаляют голову, разрезают брюшко, удаляют внутренности и отделяют мякоть от реберных костей и позвоночника Мякоть используют для фарша

Снятую с рыбы кожу заполняют фаршем и придают изделию форму целой рыбы Отверстие, через которое фаршировалась рыба, завязывают или зашивают.

Рыбу подают целиком или нарезают на порции При отпуске рыбу гарнируют, поливают соусом

Гарниры — картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи припущенные с жиром

Соусы — томатный, томатный с овощами, сметанный

РЫБА ТУШЕНАЯ

Тушеная рыба отличается приятным вкусом, так как готовят ее с добавлением кореньев, лука репчатого, томатного пюре и т д

Для придания рыбе особого аромата и вкуса за 10—15 мин до окончания тушения добавляют специи и пряности из следующего расчета на порцию соли — 3 г, перца черного горошком — 0,01 г, лаврового листа — 0,01 г, гвоздики — 0,01 г, корицы — 0,01 г Тушеную рыбу отпускают вместе с овощами, с которыми она тушилась

В тушеном виде целесообразнее приготовлять соленую рыбу или свежую мелкую, так как довольно сухая и жесткая мякоть соленой рыбы в процессе тушения размягчается и становится более сочной, а у мелкой рыбы при длительном тушении размягчаются и кости

Для тушения используется сырая или предварительно обжаренная рыба. При тушении обжаренной рыбы вкусовые качества блюда повышаются

В рецептурах указана рыба, разделанная на филе с кожей и реберными костями и филе с кожей без костей

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
309. Рыба, тушенная в томате с овощами						
Судак	298	152	239	122	178	91
или треска [1]	200	152	161	122	120	91
или окунь морской [1]	217	152	174	122	130	91
или сазан	310	152	249	122	186	91
или зубатка пятнистая (пестрая) [1]	232	151	185	120	138	90
или кабан-рыба	317	149	253	119	189	89
или минтай	308	154	246	123	186	93
или ледяная рыба	325	156	260	125	196	94
Из полуфабрикатов.						
Судак	197	152	158	122	118	91
или треска	175	152	140	122	105	91
или окунь морской	179	152	144	122	107	91
или зубатка пятнистая (пестрая)	182	151	145	120	108	90
или ледяная рыба	190	156	152	125	115	94
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Судак	165	152	133	122	99	91
или треска	158	152	127	122	95	91
или окунь морской	162	152	130	122	97	91
или зубатка пятнистая (пестрая)	157	151	125	120	94	90
или хек серебристый	182	164	147	132	110	99
Вода или бульон	46	46	37	37	27	27
Морковь	45	36	45	36	34	27
Петрушка (корень)	8	6	8	6	5	4
Сельдерей (корень)	4	3	3	2	3	2
Лук репчатый	20	17	19	16	15	13
Томатное пюре	20	20	20	20	15	15
Масло растительное	10	10	10	10	8	8
Уксус 3%-ный	5	5	5	5	4	4
Сахар	3,5	3,5	4	4	2,5	2,5
Гвоздика	0,01	0,01	0,01	0,01	0,007	0,00
Корица	0,01	0,01	0,01	0,01	0,007	0,00
Лавровый лист	0,01	0,01	0,01	0,01	0,007	0,00
Масса тушеной рыбы	—	125	—	100	—	75
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом	—	225	—	200	—	150
Гарнир №№ 470, 472, 486, 487	—	150	—	150	—	150
Выход	—	375	—	350	—	300

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской, зубатку пятнистую (пеструю) потрошеные обезглавленные

Порционные куски рыбы нарезают из филе с кожей без костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, уксус, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45—60 мин); за 5—7 мин до окончания тушения добавляют перец и лавровый лист

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась. Гарниры — картофель отварной, пюре картофельное, рагу овощное

РЫБА ЖАРЕНАЯ

Для жаренья можно использовать рыбу всех видов Рыбу жарят с небольшим количеством жира, а также в большом количестве жира (во фритюре), на вертеле или на решетке

Рыбу для жаренья разделывают на филе с реберными костями или без костей, с кожей и без нее, а также используют непластованную, нарезанную порционными кусками Мелкую рыбу жарят целиком с головой или без головы, а рыбу семейства осетровых — звеном или порционными кусками

Чтобы при жаренье у рыбы сохранить форму кусков, на поверхности кожи делают 2—3 надреза ножом. Рыбу, подготовленную для жаренья с небольшим количеством жира, посыпают солью, перцем и перед началом жаренья панируют в пшеничной муке не ниже 1-го сорта, кладут на разогретые с жиром противень или сковороду, обжаривают с двух сторон до образования румяной корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу Продолжительность жаренья рыбы 10—20 мин

Для жаренья рыбы во фритюре филе без кожи и костей нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, панируют в муке, затем смачивают в льезоне [1] и панируют в сухарях пшеничных

Рыбу полностью погружают в жир, нагретый до 180—190° С, жарят 3—5 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу Соотношение жира и полуфабриката не менее 4 · 1

Жарят рыбу на масле растительном, кулинарном жире (фритюрном) или сале растительном Для холодных блюд рыбу жарят только на растительном масле

Для жаренья рыбы во фритюре применяют масла растительные рафинированные — подсолнечное, хлопковое, соевое, арахисовое, кулинарный жир (фритюрный — пищевой саломас из растительных масел, сало растительное — смесь пищевого саломаса и растительного масла)

Отпускают рыбу жареную с картофелем жареным, отварным, пюре картофельным, кашами рассыпчатыми, овощами тушеными Дополнительно к гарниру можно дать огурцы, помидоры свежие, соленые, маринованные, салат из капусты (50 г массой нетто на порцию)

При отпуске рыбу жареную поливают жиром или к ней подают соус (отдельно или подливают его к рыбе), кладут ломтик лимона

Мелкая рыба указана целиком с головой и без нее

---

[1] Для приготовления льезона (1000 г) яйца или меланж (670 г) смешивают с холодной водой (340 г), взбивают, процеживают и добавляют соль (10 г)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
310. Рыба жареная						
Зубатка пятнистая (пестрая) [1]	207	149	165	119	124	89
или капитан-рыба	296	160	235	127	176	95
или карп	281	149	225	119	168	89
или мерланг [1], или треска [1]	194	149	155	119	116	89
или ставрида океаническая	296	145	237	116	176	86
или окунь морской [1]	204	149	163	119	122	89

---

[1] Нормы закладки даны на зубатку пятнистую (пеструю), мерланг, окунь морской, треску потрошеные обезглавленные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Из полуфабрикатов						
Зубатка пятнистая (пестрая)	166	149	132	119	99	89
или капитан-рыба	182	160	144	127	108	95
или окунь морской	171	149	137	119	102	89
или треска	169	149	135	119	101	89
или щука (кроме морской)	171	145	136	116	101	86
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Масло растительное	8	8	6	6	5	5
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 470, 472—474, 477	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 528, 547, 548	—	—	—	75	—	50
или масло сливочное или маргарин столовый	10	10	7	7	5	5
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход: с жиром	—	292	—	257	—	230
с соусом	—	—	—	325	—	275

Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей и реберными костями, посыпают солью, перцем, панируют в муке, кладут на разогретые с жиром противень или сковороду, жарят с двух сторон до образования румяной корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Гарниры — картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный, овощи отварные с жиром

Соусы — красный основной, томатный, томатный с овощами

311. Рыба (семейства осетровых) жареная

Осетр	337	149	269	119	201	89
или севрюга	313	149	250	119	187	89
или белуга	331	149	264	119	198	89
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Кулинарный жир или масло растительное	8	8	6	6	5	5
Масса жареной рыбы	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 470, 473, 474	—	150	—	150	—	150
Маргарин столовый или масло сливочное	10	10	7	7	5	5
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход	—	292	—	257	—	230

Порционные куски, нарезанные от подготовленного звена кожи и хрящей, дополнительно ошпаривают, промывают и обсушивают, солят, посыпают перцем, панируют в муке, жарят и отпускают, как указано на с 186—188

Гарниры — картофель отварной, картофель жареный.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
312. Рыба жареная с луком по-ленинградски						
Треска [1]	194	149	155	119	116	89
или окунь морской [1]	204	149	163	119	122	89
или скумбрия дальневосточная	261	149	209	119	156	89
или судак, или хек серебристый	264	145	211	116	156	86
или ставрида океаническая	296	145	237	116	176	86
Из полуфабрикатов						
Треска	169	149	135	119	101	89
или окунь морской	171	149	137	119	102	89
или судак	173	145	138	116	102	86
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Масло растительное	8	8	6	6	5	5
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	—	75
Лук, жаренный во фритюре № 489	—	40	—	35	—	30
Гарнир №№ 473, 474	—	150	—	150	—	150
Выход	—	315	—	285	—	255

[1] Нормы закладки даны на треску и окунь морской потрошеные 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.

313. Рыба, жаренная во фритюре						
Осетр	249	110	199	88	145	64
или севрюга	231	110	185	88	134	64
или белуга	244	110	195	88	142	64
или судак	240	115	192	92	140	67
или окунь морской [1]	174	115	139	92	102	67
или сом (кроме океанического)	262	118	211	95	153	69
или капитан-рыба	290	122	233	98	171	72
Из полуфабрикатов:						
Осетр, или севрюга, или белуга	138	110	110	88	80	64
или судак	160	115	128	92	93	67
или окунь морской	142	115	114	92	83	67
или сом (кроме океанического)	146	118	117	95	85	69

[1] Нормы закладки даны на окунь морской потрошеный обезглавленный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Яйца	1/6 шт.	7	1/7 шт	6	1/8 шт	5
Сухари	20	20	15	15	12	12
Кулинарный жир	12	12	10	10	7	7
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 473, 474	—	150	—	150	—	150
Соус № 547	—	75	—	75	—	50
или №№ 564, 567	—	50	—	50	—	30
или масло сливочное, или маргарин столовый	10	10	7	7	5	5
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход: с соусом № 547	—	357	—	325	—	275
с соусом №№ 564, 567	—	332	—	300	—	255
с жиром	—	292	—	257	—	230

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 (с 187), панируют в сухарях и жарят во фритюре

Гарнир — картофель жареный

Соусы — томатный, майонез, майонез с корнишонами

314. Рыба в тесте жареная

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 № 547	—	75	—	75	—	—
или № 567	—	50	—	50	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход: с соусом № 547	—	282	—	225	—	—
с соусом № 567	—	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 с температурой 20—30° С, 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° С

При отпуске рыбу кладут в виде пирамиды, рядом — ломтики лимона. Соус подают отдельно.

Соусы — томатный, майонез с корнишонами.

	БРУТТО	НЕТТО
315. Рыба по-волжски (рыба маринованная жареная)		
Судак	192	92
или осетр	199	88
Масло растительное	10	10
Кислота лимонная	0,5	0,5
Петрушка (зелень)	4	3
Сухари	20	20
Кулинарный жир	12	12
Масса жареной рыбы	—	100
Яйца (белки)	2 шт.	49
Выход	—	140

Рыбу с костным скелетом разделывают на филе без кожи и костей или звенья из рыбы без кожи и хрящей (семейства осетровых), нарезают по два куска на порцию, заливают маринадом и маринуют 10—15 мин.

Маринованные куски рыбы панируют в сухарях и жарят во фритюре Жареную рыбу кладут на порционные сковороды, вокруг рыбы отсаживают из кондитерского мешка взбитые белки и запекают в жарочном шкафу

Для маринада в растительное масло добавляют раствор кислоты лимонной, соль, перец, мелко нарезанную зелень петрушки

При отпуске можно оформить мелко нарезанной зеленью (2—3 г нетто на порцию)

316. Грибочки калевальские (рыба, фаршированная яйцом — Карельское национальное блюдо)		
Треска [1]	122	89
или судак	185	89
или сиг амурский	168	89
Яйца	1 шт	40
Мука пшеничная	5	5
Яйца (для льезона)	1/8 шт.	5
Сухари панировочные	10	10
Масса полуфабриката	—	147
улинарный жир	12	12
Масса жареной фаршированной рыбы	—	130
Помидоры маринованные	45	25

[1] Норма закладки дана на треску потрошеную обезглавленную.

	БРУТТО	НЕТТО
Масса готовых грибочков	—	155
Гарнир № 494, 496, 501	—	100
Горошек зеленый консервированный	38	25
Соус № 540	—	50
Выход	—	330

Филе рыбы без кожи и костей слегка отбивают, посыпают солью и перцем В подготовленное филе заворачивают яйцо, сваренное вкрутую, панируют в просеянной муке, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят во фритюре

При отпуске фаршированную рыбу укладывают на тарелку, сверху — кусочек помидора, придавая вид грибочка, и гарнируют Дополнительно к сложному гарниру подается зеленый горошек Соус томатный подают отдельно в соуснике

317. Поджарка из рыбы

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Осетр	337	149	269	119	—	—
или севрюга	313	149	250	119	—	—
или белуга	331	149	264	119	—	-
или ледяная рыба	—	–	258	116	191	86
или мерланг [1]	—	—	165	119	124	89
или судак	—	—	242	116	179	86
Мука пшеничная	10	10	8	8	6	6
Лук репчатый	95	80/40[2]	71	60/30[2]	48	40/20[2]
Маргарин столовый	25	25	15	15	10	10
Масса рыбы жареной	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 473, 475, 477	—	150	—	150	—	150
Выход	—	315	—	280	—	245

[1] Нормы закладки даны на мерланг потрошеный обезглавленный.
[2] Масса лука пассерованного

Порционные куски без кожи и хрящей (рыба семейства осетровых) или филе без кожи и костей (рыба с костным скелетом) нарезают по 3—5 кусочков на порцию, посыпают солью и перцем, панируют в муке и жарят вместе с мелко нарезанным луком

При отпуске жареные кусочки рыбы с луком гарнируют ,

Гарниры — картофель жареный, овощи отварные с жиром

318. Зразы донские

Судак	302	145	248	119	179	86
или сом (кроме океанического)	322	145	264	119	191	86
или окунь морской [1]	220	145	180	119	130	86
или треска [1]	199	145	163	119	118	86
или хек тихоокеанский	330	145	270	119	195	86

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, треску, мерланг потрошеные обезглавленные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или ледяная рыба	322	145	264	119	191	86
или мерланг [1]	201	145	165	119	119	86
или осетр	328	145	269	119	—	—
или севрюга	305	145	250	119	—	—
или белуга	322	145	264	119	—	—
Из полуфабрикатов						
Судак или сом (кроме океанического),	201	145	165	119	119	86
или окунь морской	179	145	147	119	106	86
или треска	171	145	140	119	101	86
или ледяная рыба	184	145	151	119	109	86
или макрурус	169	145	138	119	100	86
Фарш						
Лук репчатый	50	42/21[2]	43	36/18[2]	36	30/15[2]
Маргарин столовый	7	7	6	6	5	5
Сухари	2	2	1,5	1,5	1,5	1,5
Яйца	1/4 шт	10	1/3 шт	13	—	—
Петрушка (зелень)	8	6	5	4	3	2
Мука пшеничная	7	7	6	6	5	5
Яйца (для льезона)	1/4 шт.	10	1/6 шт.	7	1/5 шт.	8
Хлеб пшеничный (для панировки)	20	20	18	18	12	12
Масса полуфабриката	—	215	—	180	—	125
Кулинарный жир	10	10	8	8	6	6
Масса жареных зраз	—	190	—	160	—	110
Гарнир №№ 463, 472, 473, 478	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное	10	10	5	5	—	—
или маргарин столовый	—	—	5	5	5	5
Выход	—	350	—	315	—	265

[2] Масса лука пассерованного.

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 (с 187), панируют в белковой панировке (натертом пшеничном хлебе) и жарят в жире

Для фарша лук шинкуют, слегка пассеруют, охлаждают, добавляют сухари пшеничные, яйца рубленые (кроме III колонки), измельченную зелень петрушки или укропа, соль, перец и все перемешивают

Зразы отпускают по 1—2 шт на порцию с гарниром, полнвают жиром. К блюду можно подать соусы — томатный или майонез (75, 75 и 50 г или 50, 50 и 30 г соответственно по I, II и III колонкам).

Гарниры — каша гречневая рассыпчатая, пюре картофельное, картофель жареный, овощи припущенные с жиром

РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ

Рыбу запекают сырой, припущенной или обжаренной с двух сторон с картофелем, рассыпчатой гречневой кашей, капустой тушеной под соусом (сметанным, молочным и др) Изделия запекают в порционных сковородах и в них же подают к столу

Запекают рыбу целой или нарезанной на порционные куски без костей, с кожей или без нее Подготовленную рыбу кладут на смазанные жиром и политые соусом сковороды, укладывают соответствующий гарнир, заливают соусом, посыпают тертым сыром или сухарями, сбрызгивают жиром и запекают в жарочном шкафу при температуре 250—280° С до образования румяной корочки

При отпуске на рыбу кладут ломтик лимона, маслины и маринованные плоды

Для запеченной рыбы потери при тепловой обработке приняты, как для жареной (в блюдах, где она предварительно обжаривается) или как для припущенной (в блюдах, где она запекается сырой или предварительно припущенной)

В рецептурах указана рыба, разделанная на филе с кожей без костей, нарезанная на куски от непластованной рыбы, мелкая рыба — целиком. Порционные куски осетра, севрюги, белуги запекают с кожей без хрящей, можно запекать и без кожи, соответственно изменив норму закладки

При запекании потери составляют 10% от общей массы блюда

319. Рыба, запеченная с картофелем по-русски

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Окунь морской [1]	217	152	174	122	150	91
или треска [1]	200	152	161	122	120	91
или судак	298	152	239	122	178	91
или хек тихоокеанский	317	152	254	122	190	91
или мерланг [1]	200	152	161	122	120	91
или осетр	311	154	248	123	188	93
или севрюга	290	154	232	123	175	93
или белуга	306	154	244	123	185	93
Из полуфабрикатов						
Окунь морской	179	152	144	122	107	91
или треска	175	152	140	122	105	91
или судак	197	152	158	122	118	91
Из филе, выпускаемого промышленностью						
Окунь морской	162	152	130	122	97	91
или судак	165	152	133	122	99	91
или хек тихоокеанский	169	152	136	122	101	91
или ставрида океаническая, или треска	158	152	127	122	95	91
Масса готовой рыбы	—	125	—	100	—	75
Картофель	206	206/150 [2]	206	206/150 [2]	206	206/150 [2]
Соус № 545	—	150	—	125	—	100
Сыр	6,5	6	5,4	5	4,3	4
или сухари	5	5	4	4	3	3

[1] Нормы закладки даны на окунь, треску, мерланг потрошеные обезглавленные.

[2] Масса отварного очищенного картофеля

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин столовый или масло сливочное	15	15	11	11	8	8
Выход	—	400	—	350	—	300

Порционные куски сырой рыбы, нарезанные на филе с кожей без хрящей посыпают солью, перцем черным молотым, кладут на смазанную жиром сковороду, сверху кладут ломтики вареного картофеля, заливают соусом белым, посыпают сухарями или тертым сыром, поливают жиром и запекают в жарочном шкафу.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
320. Рыба, запеченная под молочным соусом				
Треска [1]	129	98	96	73
или судак	192	98	143	73
или окунь морской [1]	140	98	104	73
или ставрида океаническая	213	98	159	73
или мерланг [1]	129	98	96	73
или зубатка пятнистая (пестрая) [1]	148	96	111	72
или минтай	198	99	148	74
Из полуфабрикатов:				
Треска	113	98	84	73
или окунь морской	115	98	86	73
или зубатка пятнистая (пестрая)	116	96	87	72
или скумбрия дальневосточная	103	98	77	73
Из филе, выпускаемого промышленностью				
Треска	102	98	76	73
или окунь морской	104	98	78	73
или ставрида океаническая	102	98	76	73
или зубатка, или макрель Индийского океана	100	96	75	72
Масса рыбы припущенной	—	80	—	60
Лук репчатый	19	16/8 [2]	14	12/6 [2]
Соус № 551	—	100	—	100
Сыр	5,4	5	4,3	4
Гарнир №№ 471, 472	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	8	8
Масса полуфабриката	—	350	—	325
Выход	—	315	—	290

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской, мерланг, зубатку пятнистую (пеструю) потрошеные обезглавленные.

[2] Масса лука пассерованного.

На смазанную жиром сковороду кладут гарнир, а сверху — припущенную рыбу (филе с кожей без костей) В соус молочный добавляют пассерованный лук репчатый, доводят до кипения, после чего заливают им рыбу, посыпают тертым сыром, поливают жиром и запекают в жарочном шкафу

Гарниры — картофель в молоке, пюре картофельное

	БРУТТО	НЕТТО
321. Рыба «Аппетитная» (рыба, запеченная с капустой и луком)		
Минтай	246	113
Мука пшеничная	6	6
Масло растительное	6	6
Масса жареного минтая	—	100
Капуста белокочанная свежая	166	133
Маргарин	7	7
Масса капусты жареной	—	100
Лук репчатый	71	60
Маргарин	11	11
Масса пассерованного лука	—	30
Соус № 553	—	100
Сыр	5,4	5
Яйца	1/8 шт	5
Маргарин на смазку	2	2
Масса полуфабриката	—	340
Выход	—	300

Минтай разделывают на филе без кожи и костей, нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, панируют в муке и жарят с обеих сторон.

Подготовленную капусту белокочанную нарезают соломкой, обжаривают на жире, добавляют соль, перец и перемешивают

Лук репчатый мелко нарезают полукольцами и пассеруют

На смазанную жиром порционную сковороду кладут слой жареной капусты, на нее — кусочки жареной рыбы, затем слой лука пассерованного, сверху — слой оставшейся капусты Поверхность выравнивают ножом, заливают сметанным соусом, смазывают яйцом, посыпают тертым сыром и запекают в течение 10—15 мин

Отпускают в порционной сковороде.

322. Рыба, запеченная в соусе с грибами		
Судак	227	116
или сом (кроме океанического)	248	124
или ледяная рыба	242	116
или мерланг [1]	157	119
или осетр	240	119
или севрюга	224	119
или белуга	236	119
Мука пшеничная	6	6
Кулинарный жир	11	11
Масса жареной рыбы	—	100
Грибы белые сушеные	15	30 [2]
или грибы белые свежие	53	30 [2]
Сметана	25	25
Майонез	25	25

[1] Нормы закладки даны на мерланг потрошеный обезглавленный.

[2] Масса вареных грибов.

	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное или маргарин	10	10
Масса полуфабриката	—	190
Выход	—	170

Рыбу (с костным скелетом) разделывают на филе с кожей без костей или звенья из рыбы с кожей без хрящей (рыба семейства осетровых), нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, панируют в просеянной муке и обжаривают с двух сторон Подготовленные грибы варят и нарезают ломтиками Обжаренную рыбу кладут на порционную сковороду, смазанную жиром, сверху кладут вареные грибы, заливают сметаной, соединенной с майонезом, поливают маслом сливочным или маргарином и запекают.

Отпускают в порционной сковороде Можно посыпать мелко нарезанной зеленью (2—3 г нетто на порцию)

323. Солянка из рыбы на сковороде

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Ледяная рыба	325	156	260	125	196	94
или минтай	308	154	246	123	186	93
или белуга	306	154	244	123	185	93
или осетр	311	154	248	123	188	93
или севрюга	290	154	232	123	175	93
или судак	298	152	239	122	178	91
или треска [1]	200	152	161	122	120	91
или окунь морской [1]	217	152	174	122	130	91
или ставрида океаническая	330	152	265	122	198	91
Из полуфабрикатов						
Ледяная рыба	190	156	152	125	115	94
или макрурус	171	154	137	123	103	93
или судак	197	152	158	122	118	91
или треска	175	152	140	122	105	91
или окунь морской	179	152	144	122	107	91
Из филе, выпускаемого промышленностью						
Треска или ставрида океаническая	158	152	127	122	95	91
или судак	165	152	133	122	99	91
или окунь морской	162	152	130	122	97	91
или нототения мраморная	164	156	132	125	99	94
Масса рыбы припущенной	—	125	—	100	—	75
Капуста тушеная № 482	—	150	—	150	—	150
Огурцы соленые	70	42/36[2]	58	35/30[2]	40	24/20[2]
Каперсы	30	15	24	12	20	10
Томатное пюре	15	15	12	12	8	8
Лук репчатый	14	12/6[3]	10	8/4[3]	7	6/3[3]

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской потрошеные обеглавленные

[2] Масса огурцов (без кожицы и семян) припущенных

[3] Масса лука пассерованного

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сыр	4,3	4	3,3	3	2,2	2
или сухари	4	4	3	3	2	2
Маргарин столовый	15	15	11	11	8	8
Масса полуфабриката	—	362	—	318	—	274
Масса готовой солянки	—	323	—	285	—	245
Плоды маринованные	45	25	36	20	—	—
Маслины	20	20	15	15	—	—
Лимон	8	7	—	—	—	—
Выход	—	375	—	320	—	245

Филе с кожей без костей (рыба с костным скелетом) или предварительно ошпаренные порционные куски с кожей без хрящей (рыба семейства осетровых) нарезают кусочками массой 25—30 г, кладут в смазанную жиром посуду, добавляют нарезанные огурцы соленые, бульон и припускают до готовности Затем добавляют каперсы, пассерованные томатное пюре и лук, специи, лавровый лист и кипятят 8—10 мин в закрытой посуде

На смазанную жиром сковороду кладут слой тушеной капусты, на нее кусочки готовой рыбы вместе с гарниром и соусом, в котором она припускалась, сверху — слой оставшейся капусты Поверхность выравнивают ножом, посыпают сыром или сухарями, поливают жиром и запекают в течение 10—15 мин

При отпуске на солянку кладут кружочек лимона, маслины, маринованные плоды

БЛЮДА ИЗ КОТЛЕТНОЙ МАССЫ

Для приготовления котлетной массы используют свежую или хорошо вымоченную соленую рыбу, разделанную на филе без кожи и костей или на филе с кожей без костей В котлетную массу из нежирной рыбы для увеличения рыхлости можно положить пропущенную через мясорубку охлажденную вареную рыбу в количестве 25—30% к массе мякоти сырой рыбы

При приготовлении котлетной массы из трески, окуня морского, сквамы, кабан-рыбы и других рыб, имеющих недостаточное количество связывающих клейдающих веществ, можно добавить яйца из расчета 1/10 или 1/20 шт на порцию

Рыбные котлеты не рекомендуется готовить из жирных рыб (палтуса и др) или обладающих резким специфическим запахом (сардинопс, сардинелла и др)

К котлетной массе можно добавлять молоку от свежей рыбы, но не более 6% от массы нетто, за счет уменьшения закладки рыбы

Из котлетной массы приготовляют котлеты, биточки, рулет, зразы, тефтели и другие изделия

Для приготовления котлетной массы можно использовать рыбу специальной разделки (полуфабрикат), а также океанические рыбы

В приведенных ниже рецептурах указана закладка рыбы, разделанной на филе без кожи и костей

324. Котлеты или биточки рыбные

Треска[1]	110	80	89	65	66	48
или мерланг[1]	111	80	90	65	67	48
или сом (кроме океанического)	178	80	144	65	107	48
или судак	167	80	135	65	100	48

[1] Нормы закладки даны на треску, мерланг потрошеные обезглавленные.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Из полуфабрикатов.						
Треска	94	80	76	65	56	48
или судак	111	80	90	65	67	48
или сом (кроме океанического)	99	80	80	65	59	48
или макрурус	93	80	76	65	56	48
Из филе, выпускаемого промышленностью.						
Треска	85	80	69	65	51	48
Хлеб пшеничный	24	24	18	18	14	14
Молоко или вода	32	32	25	25	19	19
Сухари	12	12	10	10	7	7
Масса полуфабриката	—	144	—	115	—	86
Кулинарный жир или масло растительное	12	12	8	8	5	5
Масса жареных изделий	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 470, 472, 477, 478	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 547, 553	—	100	—	75	—	50
или маргарин столовый	8	8	7	7	5	5
Выход: с соусом	—	375	—	325	—	275
с жиром	—	283	—	257	—	230

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 формуют 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

325. Котлеты рыбные любительские

	БРУТТО	НЕТТО
Треска (филе промышленное, обесшкуренное)	71	67
или окунь	71	67
Морковь	25	20 [1]
Хлеб пшеничный	8	8
Лук репчатый	10	8/4 [2]
Яйца	1/4 шт.	10
Молоко	10	10
Масса полуфабриката	—	120
Маргарин	3	3
Масса готовых котлет	—	100
Соус № 538	—	75
Гарнир № 472	—	100
Выход	—	275

[1] Масса вареной моркови

[2] В числителе указана масса лука нетто, в знаменателе — масса пассерованного лука

Подготовленное филе рыбы нарезают на куски и пропускают дважды через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом, вареной морковью, луком репчатым В рыбную массу добавляют яйцо, соль, хорошо перемешивают и формуют котлеты по 2 шт на порцию Изделия кладут в сотейник, смазанный маргарином, добавляют немного воды и припускают при закрытой крышке 15—20 мин

Отпускают с соусом паровым и гарниром

Гарнир — картофельное пюре

	БРУТТО	НЕТТО
326. Котлеты рыбные с капустой и морковью		
Судак	120	61
или хек тихоокеанский	127	61
или минтай	124	62
Масса припущенной рыбы	—	50
Капуста белокочанная свежая	28	20 [1]
Морковь	27	15 [2]
Лук репчатый	24	10 [2]
Масло растительное	5	5
Сыр	11	10
Майонез	25	25
Масса полуфабриката	—	130
Выход	—	100

[1] Масса припущенной капусты

[2] Масса пассерованных овощей

Рыбу разделывают на филе с кожей без костей, припускают, охлаждают, мелко нарезают Подготовленные капусту белокочанную и морковь шинкуют соломкой, лук репчатый — полукольцами Затем морковь и лук репчатый пассеруют, капусту припускают

Подготовленные овощи и рыбу соединяют, добавляют соль, перец, половину нормы тертого сыра и майонеза, тщательно перемешивают Из полученной мыссы формуют изделия продолговатой формы, укладывают на сковороду или противень, заливают оставшимся майонезом, посыпают тертым сыром и запекают

Отпускают котлеты по 2 шт на порцию

327. Котлеты рыбные с омлетом и сыром		
Минтай	209	96
или окунь [1]	145	96
Яйца	1 шт	40
Молоко	10	10
Масса омлетной смеси	—	50
Маргарин	2	2
Масса готового омлета	—	46
Масло сливочное	12	12
Майонез	30	30
Яйца	1/5 шт	8
Сыр	33	30 [2]

[1] Нормы закладки даны на окунь морской потрошеный обезглавленный

	БРУТТО	НЕТТО
Хлеб пшеничный	22	20
Масса полуфабриката	—	240
Кулинарный жир	20	20
Масса котлет жареных	—	200
Гарнир № 475	—	100
Петрушка (зелень)	7	5
или		
Тарталетки (корзиночки) для закусок	2 шт	50
Салат		
картофель	21	15[3]
морковь	12,6	10[3]
чеснок	5	4
майонез	10	10
клюква	17	16
Масса салата в тарталетках	—	105
Выход	—	305

[2] Масса тертого сыра
[3] Масса вареных очищенных овощей.

Порционный кусок рыбы, разделанный на филе без кожи и костей, отбивают, посыпают солью и перцем, на середину кладут омлет, на него кусочек сливочного масла, затем закрывают омлетом, потом куском рыбы. Изделиям придают овальную форму, смачивают в смеси майонеза и яйца, панируют в тертом сыре, повторно смачивают в смеси майонеза и яиц, панируют в белой панировке и жарят во фритюре 5—7 мин до образования поджаристой корочки. Доводят до готовности в жарочном шкафу

При отпуске котлеты (2 шт на порцию) гарнируют

Гарниры картофель, жаренный во фритюре, с зеленью или салат овощной в тарталетках

Для салата вареные очищенные картофель и морковь мелко нарезают, соединяют с измельченным чесноком, заправляют майонезом, укладывают в тарталетки, украшают клюквой

328. Биточки рыбные, жаренные «фри»

Треска	147	107
или окунь морской[1]	162	107
Масло сливочное или маргарин	15	15
Масса полуфабриката	—	120
Тесто		
мука пшеничная	30	30
молоко или вода	25	25
яйца	2/5 шт	16
Соль	2	2
Масса теста	—	70
Масло растительное	15	15
Масса жареных биточков в тесте	—	160
Гарнир		
гарнир № 474	—	50
огурцы свежие	32	30
или консервированные	55	30

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь потрошеные обезглавленные

	БРУТТО	НЕТТО
фрукты маринованные (яблоки, сливы)	36	20
Масса гарнира	—	100
Выход	—	260

Рыбу разделывают на филе без кожи и костей, нарезают на куски, пропускают через мясорубку с мелкой решеткой, добавляют сливочное масло или маргарин, соль и тщательно перемешивают Из рыбной массы формируют биточки по 3 шт на порцию

Просеянную муку разводят молоком или водой (температура 20—30° С), размешивают, чтобы не было комков, добавляют желтки яиц, соль, оставляют на 10—15 мин для набухания клейковины Перед жареньем в тесто вводят взбитые белки и размешивают Подготовленные биточки погружают в тесто и жарят в большом количестве жира (фритюре)

Отпускают биточки (2 шт на порцию) с гарниром Гарнир — картофель жареный (из сырого), огурцы свежие или консервированные, фрукты маринованные

329. Зразы рыбные с черносливом по-россійски

Хек тихоокеанский	206	90
или треска	124	90 [1]
или ледяная рыба	201	90
Хлеб пшеничный	24	24
Молоко	28	28
Яйца	1/8 шт	5
Масса рыбная котлетная	—	145
Фарш:		
чернослив	13	20/15 [2]
яйца	1/4 шт	10
масло сливочное или маргарин	2	2
Масса фарша	—	25
Масса полуфабриката	—	165
Масса готовых зраз	—	140
Гарнир № 522	—	100
Выход	—	240

[1] Норма закладки указана на треску потрошеную обезглавленную

[2] В числителе указана масса набухшего чернослива, в знаменателе — масса чернослива без косточки

Подготовленную рыбу разделывают на филе без кожи и костей, нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке черствым пшеничным хлебом, добавляют соль, перец, яйца и массу тщательно перемешивают. Из массы формуют лепешки, на середину которых кладут фарш, края соединяют, придавая изделиям овальную форму и варят на пару 20—25 мин

Для фарша подготовленный чернослив заливают водой, дают набухнуть, удаляют косточку и измельчают, яйца варят вкрутую и мелко рубят, измельченный чернослив и яйца соединяют, добавляют размягченное масло или маргарин и перемешивают

При отпуске зразы (2 шт на порцию) гарнируют Для гарнира используют овощи свежие (огурцы, помидоры, и др)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
330. Шницель рыбный натуральный						
Судак	221	106	177	85	133	64
или сом (кроме океанического)	236	106	189	85	142	64
или окунь морской [1]	161	106	129	85	97	64
или мерланг [1]	147	106	118	85	89	64
или треска [1]	145	106	116	85	88	64
или минтай	230	106	185	85	139	64
Из полуфабрикатов:						
Судак	147	106	118	85	89	64
или окунь морской	131	106	105	85	79	64
или треска	125	106	100	85	75	64
Из филе, выпускаемого промышленностью:						
Треска	113	106	90	85	68	64
Лук репчатый	24	20	20	17	15	13
Петрушка (зелень)	5	4	4	3	3	2
Молоко или вода	10	10	8	8	6	6
Яйца	1/8 шт	5	1/10 шт.	4	1/13 шт.	3
Сухари	15	15	12	12	9	9
Масса полуфабриката	—	156	—	125	—	94
Масло растительное или кулинарный жир	13	13	10	10	8	8
Масса жареного шницеля	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 470, 473, 474, 478	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	5	5	5	5
Выход	—	285	—	255	—	230

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные.

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, формуют изделия овальной формы, смачивают в яйце, взбитом с молоком, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон на плите 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.

331. Тельное из рыбы						
Судак	167	80	135	65	100	48
или сом (кроме океанического), или ледяная рыба	178	80	144	65	107	48
или щука (кроме морской)	200	80	163	65	120	48

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или треска [1]	110	80	89	65	66	48
или мерланг [1]	111	80	90	65	67	48
или окунь морской [1]	121	80	98	65	73	48
Из полуфабрикатов						
Треска	94	80	76	65	56	48
или сом (кроме океанического), или окунь морской	99	80	80	65	59	48
или макрурус	93	80	76	65	56	48
или ледяная рыба	101	80	82	65	61	48
Из филе, выпускаемого промышленностью						
Треска	85	80	69	65	51	48
Хлеб пшеничный	24	24	18	18	14	14
Молоко или вода	32	32	25	25	19	19
Масса рыбная котлетная	—	134	—	106	—	80
Фарш						
Лук репчатый	40	34/17[2]	26	22/11[2]	17	14/7[2]
Кулинарный жир	5	5	4	4	3	3
Грибы белые свежие	26	20/15[3]	17	13/10[3]	14	11/8[3]
или шампиньоны свежие	28	21/15[3]	18	14/10[3]	14	11/8[3]
Яйца	1/4 шт.	10	1/6 шт.	7	1/8 шт	5
Сухари	2	2	1,5	1,5	1	1
Масса фарша	—	42	—	28	—	21
Яйца	1/4 шт	10	1/6 шт.	7	1/8 шт	5
Сухари	10	10	6	6	5	5
Масса полуфабриката	—	194	—	145	—	109
Кулинарный жир	14	14	12	12	10	10
Масса готового тельного	—	160	—	120	—	90
Гарнир №№ 472, 474, 475, 495, 499	—	100	—	100	—	150
Маргарин столовый	7	7	5	5	5	5
Соус №№ 547, 548	—	100	—	75	—	50
Выход	—	367	—	300	—	295

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные

[2] Масса лука пассерованного

[3] Масса вареных грибов

Фарш готовят так же, как для рулета рыбного (рец № 334)

Разделывают тельное при помощи смоченной полотняной салфетки Рыбной котлетной массе (рец № 324) придают форму лепешек толщиной в 1 см На середину лепешек укладывают фарш, складывают лепешки вдвое, придают им форму полумесяца Сформированные изделия смачивают во взбитых яйцах, панируют в сухарях, жарят во фритюре, затем ставят на 4—5 мин в жарочный шкаф

При подаче тельное (1—2 шт на порцию) гарнируют, поливают маргарином Соус подают отдельно

Гарниры — пюре картофельное, картофель жареный, сложный

Соусы — томатный, томатный с овощами

332. Тефтели рыбные

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Судак	135	65	100	48
или треска [1]	89	65	66	48
или ледяная рыба	144	65	107	48
или окунь морской [1]	98	65	73	48
Из полуфабрикатов				
Треска или макрурус	76	65	56	48
или ледяная рыба	82	65	61	48
или окунь морской	80	65	59	48
Из филе, выпускаемого промышленностью				
Треска	69	65	51	48
Хлеб пшеничный	13	13	10	10
Молоко или вода	20	20	15	15
Лук репчатый	17	14	12	10
Мука пшеничная	8	8	6	6
Масса полуфабриката	—	118	—	88
Масло растительное	8	8	5	5
Масса тушеных тефтелей	—	100	—	75
Гарнир №№ 465, 470, 472	—	150	—	150
Соус №№ 547, 548, 554	—	75	—	50
Выход	—	325	—	275

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской потрошеные обезглавленные

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 формуют 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 приготавливать, заменяя хлеб рисом припущенным из расчета закладки сырого риса в количестве 5 и 4 г соответственно II и III колонкам 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.

333. Запеканка из икры частиковых рыб (национальное блюдо народов Севера)

	БРУТТО	НЕТТО
Икра частиковых рыб свежая	110	100
Лук репчатый	18	15
Молоко или вода	20	20
Хлеб пшеничный	25	25
Масса полуфабриката	—	155
Маргарин	3	3
Масса готовой запеканки	—	130

	БРУТТО	НЕТТО
Соус № 547	—	50
Гарнир № 470	—	100
Выход	—	280

Икру промывают, не нарушая целостности оболочки Подготовленную икру вместе с предварительно замоченным в молоке или воде хлебом измельчают на мясорубке, добавляют мелко рубленный лук репчатый, соль, перец и перемешивают Массу выкладывают на смазанный жиром противень и запекают.

Запеканку подают с гарниром и томатным соусом

Гарнир — отварной картофель

334. Рулет из рыбы

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Щука (кроме морской)	150	60	113	45
или судак	125	60	94	45
или треска [1]	82	60	62	45
или окунь морской [1]	91	60	68	45
или мерланг [1]	83	60	63	45
Из полуфабрикатов				
Щука	92	60	69	45
или треска	71	60	53	45
или судак	83	60	63	45
или окунь морской	74	60	56	45
Из филе, выпускаемого промышленностью				
Треска	64	60	48	45
Хлеб пшеничный	18	18	13	18
Молоко или вода	24	24	18	18
Масса рыбная котлетная	—	100	—	75
Фарш				
Грибы белые свежие	17	13/10 [2]	—	—
или шампиньоны свежие	18	14/10 [2]	—	—
или грибы сушеные	5	10 [2]	—	—
Лук репчатый	26	22/11 [3]	24	20/10 [3]
Кулинарный жир	4	4	3	3
Яйца	1/7 шт	6	1/4 шт	10
Масса фарша	—	25	—	20
Сухари пшеничные	3	3	2	2
Масса полуфабриката	—	125	—	95
Кулинарный жир	3	3	2	2
Масса готового рулета	—	100	—	75
Гарнир №№ 470, 473, 474	—	150	—	150
Соус №№ 547, 548, 553	—	75	—	50
Выход	—	325	—	275

[1] Нормы закладки даны на треску, окунь морской, мерланг потрошеные обезглавленные

[2] Масса вареных грибов

[3] Масса лука пассерованного

Подготовленную котлетную массу (рец № 324) раскладывают на мокрую полотняную салфетку слоем толщиной 1,5—2,0 см, на середину вдоль слоя кладут фарш Соединяют края массы так, чтобы один край котлетной массы прикрывал другой, образуя сплошной шов Сформованный рулет перекладывают на смазанный жиром противень швом вниз Поверхность рулета выравнивают, посыпают сухарями, сбрызгивают жиром, прокалывают ножом в 2—3 местах и запекают в жарочном шкафу при температуре 250—280° С в течение 20—30 мин

Приготовление фарша отварные грибы нарезают ломтиками, лук репчатый шинкуют, пассеруют, соединяют с грибами, добавляют рубленые вареные яйца, соль, перец черный молотый и перемешивают

При отпуске рулет нарезают на порции (по 2—3 куска), гарнируют, соус подают отдельно или подливают к рулету.

Гарниры — картофель отварной, картофель жареный

Соусы — томатный, томатный с овощами, сметанный, сметанный с луком

БЛЮДА ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ

Для приготовления блюд используют крабы, морской гребешок, креветки, кальмары, трепанги, пасту «Океан», 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)

335. Маринованная морская капуста

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста морская мороженая	630	1000 [1]
или сушеная	160	1000 [2]
Сахар	20	20
Уксус 3%-ный	10	10
Гвоздика	0,5	0,5
Лавровый лист	0,2	0,2
Соль	10	10
Выход	—	1000

[1] Масса вареной капусты

Подготовленную морскую капусту варят, охлаждают, шинкуют, заливают охлажденным маринадом и выдерживают в нем 6—8 ч Затем маринад сливают

Для маринада в горячую воду добавляют сахар, гвоздику, лавровый лист, соль и кипятят 3—5 мин, затем охлаждают, добавляют уксус

Маринованную капусту подают как самостоятельное блюдо или как гарнир к рыбным и мясным блюдам

336. Салат из картофеля с морской капустой и свеклой

Картофель	620	450 [1]
Капуста морская консервированная	202	200
Свекла	166	130 [1]

[1] Масса вареных очищенных овощей

	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	75	60 [1]
Лук репчатый	83	70
Масло растительное	70	70
Петрушка (зелень)	41	30
Выход	—	1000

[1] Масса вареной очищенной моркови

Вареные очищенные морковь, картофель и свеклу нарезают ломтиками. Подготовленные овощи соединяют, добавляют капусту морскую консервированную, мелко нарезанный лук репчатый, перец черный молотый, соль, масло растительное и перемешивают

Салат укладывают горкой, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки и отпускают

337. Салат из овощей с капустой морской

Капуста морская сушеная	21	21
Масса отварной капусты морской	—	135
Капуста квашеная	207	145
Картофель	687	500 [1]
Лук репчатый	155	130
Масло растительное	100	100
Выход	—	1000

[1] Масса отварного очищенного картофеля

Капусту морскую (ламинарию) сушеную пищевую заливают холодной водой в соотношении 1 8 и оставляют для набухания на 12 ч После замачивания капусту промывают до полного удаления песка и других механических примесей

Подготовленную морскую капусту погружают в кипящую воду (на 1 кг набухшей капусты берут 2 л воды) и варят в течение 2 ч при слабом кипении до размягчения, без соли

Готовую капусту хранят в отваре до следующего дня На другой день отвар сливают, капусту промывают, заливают холодной водой и хранят в холодильном шкафу

Подготовленную капусту морскую нарезают тонкой соломкой, смешивают с квашеной капустой, отварным картофелем, нарезанным ломтиками, и шинкованным луком Салат заправляют растительным маслом

338. Салат из белокочанной и морской капусты

Капуста белокочанная свежая	986	789
Кислота лимонная	2,8	2,8
Вода (для лимонной кислоты)	137	137
Масса прогретой капусты	—	710
Морская капуста мороженая	126	200 [1]
Сахар	50	50
Масло растительное	50	50
Выход	—	1000

[1] Масса вареной морской капусты

Подготовленную белокочанную капусту шинкуют, добавляют соль, раствор лимонной кислоты и нагревают при непрерывном помешивании, пока капуста не осядет. Затем капусту охлаждают, смешивают с отварной морской капустой, нарезанной соломкой, сахаром и маслом растительным

	БРУТТО	НЕТТО
339. Салат из белокочанной капусты с кальмарами		
Капуста белокочанная свежая	99	50[1]
Кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей	103	50[2]
Морковь	13	10
Лук зеленый	13	10
Майонез	30	30
Выход	—	150

[1] Масса капусты, стертой с солью
[2] Масса вареных кальмаров

Подготовленную капусту режут соломкой, перетирают с солью до выделения сока Затем в капусту добавляют шинкованный лук, нарезанные соломкой морковь и вареные кальмары, все перемешивают и заправляют майонезом

340. Салат из кальмаров с яблоками		
Кальмар мороженый разделанный (тушка) с кожицей	662	250[1]
или кальмар мороженый обезглавленный (филе)	514	250[1]
Яблоки	300	210
Горошек зеленый консервированный	308	200
Яйца	2½ шт	100
Майонез или сметана	250	250
Выход	—	1000

[1] Масса вареных кальмаров

Вареные кальмары и очищенные от кожицы яблоки, с удаленным семенным гнездом нарезают соломкой, соединяют их с зеленым горошком, мелко нарезанными вареными яйцами, перемешивают, заправляют майонезом или сметаной, украшают продуктами, входящими в состав салата

341. Салат рыбный с морской капустой		
Окунь морской потрошеный обезглавленный	56	37
или мерланг потрошеный обезглавленный	51	37
Масса припущенной рыбы	—	30
Капуста морская мороженая	13	20[1]
Помидоры свежие	24	20
или огурцы свежие	25	20

[1] Масса вареной капусты

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель	34	25 [2]
Салат	17	12
Лук зеленый	13	10
Яйца	1/4 шт.	10
Майонез или сметана	25	25
Выход	—	150

[2] Масса вареного очищенного картофеля

Подготовленную рыбу разделывают на филе без кожи и костей, припускают, охлаждают и нарезают тонкими ломтиками Вареную морскую капусту шинкуют, соединяют с нарезанным ломтиками вареным картофелем, помидорами или очищенными огурцами, крупно нарезанными листьями салата, шинкованным луком, добавляют рыбу, перемешивают, заправляют майонезом или сметаной Салат оформляют вареным яйцом, рыбой, помидорами или огурцами

342. Салат из морского гребешка с огурцами

Филе морского гребешка мороженое	521	250 [1]
Огурцы свежие	537	510
Лук зеленый	125	100
или лук репчатый	119	100
Заправка для салатов № 572	150	150
Выход	—	1000

[1] Масса вареного гребешка

Мясо морского гребешка отваривают, охлаждают и нарезают ломтиками Подготовленные огурцы нарезают кружочками, лук репчатый — кольцами, лук зеленый шинкуют На тарелку раскладывают слоями огурцы, лук репчатый или зелень, сверху кладут мясо морского гребешка, поливают заправкой

343. Салат из креветок с рисом

Креветки сыромороженные неразделанные	208	50 [1]
Крупа рисовая	18	50 [2]
Яйца	1/2 шт	20
Лимон	12	5 [3]
Сахар	4	4
Сметана	25	25
Выход	—	150

[1] Масса вареных креветок (мякоть).
[2] Масса рассыпчатого риса
[3] Масса сока

Подготовленные креветки отваривают, разделывают на мякоть и нарезают. Из рисовой крупы варят рассыпчатую кашу и охлаждают Сваренные вкрутую яйца мелко режут Креветки, рассыпчатый рис, яйца соединяют, добавляют сахар, сок лимона, перемешивают и заправляют сметаной

344. Яйца, фаршированные креветками

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1 шт.	40
Креветки сыромороженые неразделанные	83	20[1]
Майонез	16	16
Петрушка (зелень)	3	2
Масса фаршированного яйца	—	75
Помидоры свежие	35	30
или огурцы свежие	32	30
Выход	—	105

[1] Масса вареных креветок (мякоть)

Сваренное вкрутую яйцо разрезают вдоль, отделяют желток, протирают его и соединяют с мелко нарезанными вареными креветками, зеленью петрушки Массу заправляют частью майонеза (8 г) и наполняют ею яичные белки, сверху поливают оставшимся майонезом Рядом с яйцами укладывают нарезанные дольками помидоры или огурцы

345. Морской гребешок или креветки заливные

Филе морского гребешка мороженое	104	50[1]
или креветки сыромороженые неразделанные	208	50[1]
Желе рыбное № 574	—	75
Лимон	7	6
Петрушка (зелень)	3	2
Морковь	5	4
Майонез или соус № 569	20	20
Выход	—	155

[1] Масса вареных морепродуктов

Вареные морской гребешок или креветки, очищенные от панциря, кладут на тонкий слой налитого в формы и застывшего желе, украшают дольками лимона, зеленью, вареной морковью Украшение закрепляют охлажденным желе и дают застыть Затем добавляют оставшееся желе и охлаждают.

Отдельно подают майонез или соус хрен.

346. Морепродукты под майонезом

Крабы[1]	94	75
или креветки[1]	94	75
или филе морского гребешка	156	147

[1] Консервы

	БРУТТО	НЕТТО
или кальмар [2]	154	139
или лангусты [3]	188	188
Масса отварных морепродуктов	—	75
Майонез	35	35
Выход	—	110

[2] Филе с кожицей
[3] Шейки в панцире

Подготовленные морепродукты (с 207) нарезают тонкими ломтиками поперек волокон, а затем выкладывают горкой и поливают майонезом

Вареные кальмары можно отпускать с репчатым луком (10 г массой нетто на порцию), увеличив соответственно выход блюда

347. Суп картофельный с кальмарами

Картофель	400	300
Кальмар потрошеный разделанный (тушка)	265	204/100 [1]
Лук репчатый	48	40
Морковь	50	40
Сельдерей (корень)	29	20
Масло сливочное или маргарин	20	20
Петрушка (зелень)	7	5
Вода	750	750
Выход	—	1100
Масса вареных кальмаров на порцию супа 500 г	—	50

[1] В числителе указана масса кальмара нетто, в знаменателе — масса вареных кальмаров

Вареные кальмары, сельдерей, лук, морковь нарезают соломкой, картофель — ломтиками В кипящий бульон, полученный от варки кальмаров, кладут картофель, доводят до кипения, добавляют сельдерей, пассерованные лук и морковь В конце варки кладут соль, специи

Суп отпускают с кальмарами и посыпают мелко нарезанной зеленью

348. Суп пикантный с креветками

Креветки сыромороженые неразделанные	417	100 [1]
Грибы белые свежие	88	67/50 [2]
Горошек зеленый консервированный	154	100
Морковь	50	40
Лук репчатый	24	20
Капуста цветная	144	75
Маргарин	20	20

[1] Масса вареных креветок (мякоть)
[2] Масса вареных грибов

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1/2 шт	20
Молоко	53 [3]	50
Бульон или вода	750	750
Выход	—	1100
Масса вареных креветок на порцию супа 500 г	—	50

[3] Масса кипяченого молока

Обработанные грибы варят, шинкуют Грибной отвар процеживают В кипящий отвар кладут отварные грибы, пассерованные нарезанные соломкой морковь и лук, цветную капусту, разобранную на соцветия, и варят при слабом кипении В конце варки кладут зеленый горошек, мякоть креветок, специи

Перед отпуском суп заправляют льезоном (смесью молока и яиц) Для его приготовления яичные желтки размешивают, постепенно добавляют кипяченое и охлажденное до 60—70° С молоко Смесь прогревают при слабом нагреве на водяной бане до загустения, не доводя до кипения, и процеживают.

349. Морской гребешок отварной с соусом

Филе морского гребешка	156	147
Морковь	4	3
Петрушка (корень)	4	3
Масса отварного филе морского гребешка	—	75
Гарнир №№ 470, 472	—	150
Соус №№ 547, 553	—	50
Выход	—	275

Филе морского гребешка мороженое размораживают на воздухе при температуре 18—20° С в течение 1—1,5 ч

Варят филе морского гребешка в течение 10—15 мин, погружая в кипящую подсоленную воду с добавлением кореньев, перца черного горошком (на 1 кг филе берут 2 л воды и 60 г соли) Более продолжительная варка ухудшает качество продукта, делая его жестким, упругим, сухим

Перед отпуском его нарезают ломтиками, заливают бульоном и доводят до кипения

При отпуске филе морского гребешка гарнируют, соус подают отдельно

Гарниры — картофель отварной, пюре картофельное

Соусы — томатный, сметанный

350. Креветки с соусом

Креветки сыромороженые неразделанные (целые)	313	313
Масса креветок отварных, разделанных на мякоть	—	75
или креветки (консервы)	94	75
Гарнир №№ 470, 477	—	100
Соус №№ 547, 549	—	50
Выход	—	225

Креветки сыромороженые и вареномороженые неразделанные (целые) мелкие размораживают на воздухе при температуре 18—20° С в течение 2 ч для того, чтобы разделить блок на части Размораживать полностью креветки не рекомендуется, так как головы их темнеют, ухудшается внешний вид

Подготовленные креветки блоками массой 2—3 кг опускают в кипящую соленую воду с добавлением перца черного горошком, лаврового листа (на 1 кг креветок берут 3 л воды, 150 г соли), перемешивают и варят сыромороженые — в течение 5 мин, вареномороженые — 3 мин с момента вторичного закипания воды Готовые креветки всплывают на поверхность. Перед отпуском отварные креветки разделывают 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.

351. Филе морского гребешка, жаренное во фритюре

	БРУТТО	НЕТТО
Филе морского гребешка мороженое	248	233/119[1]
Мука	6	6
Яйца	1/7 шт.	6
Сухари	15	15
Масса полуфабриката	—	145
Масло растительное	10	10
Масса жареного филе гребешка	—	125
Гарнир № 474	—	100
Масло сливочное или маргарин	5	5
Выход	—	230

[1] В числителе указана масса филе морского гребешка нетто, в знаменателе — масса вареного филе.

Вареное филе морского гребешка нарезают по 1—2 куска на порцию, посыпают солью, перцем, панируют в муке, смачивают в яйце, панируют в сухарях и жарят во фритюре до образования золотистой корочки

При отпуске жареный морской гребешок поливают растопленным жиром, гарнируют жареным картофелем (из сырого).

352. Креветки, запеченные под сметанным или молочным соусом

Креветки сыромороженые неразделанные (целые)	208	208
Масса креветок отварных, разделанных на мякоть	—	50
или креветки (консервы)	63	50
Картофель	206	206/150[1]
Соус №№ 551, 553	—	100
Сыр	4,3	4
Маргарин столовый	5	5
Масса полуфабриката	—	305
Выход	—	275

[1] Масса картофеля отварного очищенного.

На порционную сковороду, смазанную жиром, укладывают $^1/_2$ часть картофеля отварного, нарезанного ломтиками, на него — креветки отварные (рец № 350), разделанные на мякоть, или креветки (консервы), вокруг — оставшиеся ломтики картофеля Все это заливают молочным или сметанным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маргарином и запекают в жарочном шкафу в течение 5 мин

353. Биточки, котлеты из кальмаров и рыбы

	БРУТТО	НЕТТО
Кальмар мороженый разделанный (тушка)	64	24 [1]
или кальмар мороженый обезглавленный (филе)	49	24
Сом (кроме океанического)	34	24
или треска	33	24
Хлеб пшеничный	13	13
Молоко или вода	18	18
Яйца	1/4 шт	10
Сухари	7	7
Масса полуфабриката	—	90
Кулинарный жир или масло растительное	7	7
Масса готовых изделий	—	75
Гарнир №№ 463, 470, 474, 482	—	100
Масло сливочное или маргарин	5	5
или соус № 528	—	50
Выход: с жиром	—	180
с соусом	—	225

[1] Масса вареного кальмара

Вареные кальмары пропускают через мясорубку вместе с подготовленным филе рыбы (без кожи и костей), луком и хлебом, размоченным в молоке или воде, затем добавляют яйцо, соль, перец и все перемешивают. Из полученной массы формуют котлеты или биточки, панируют в сухарях, жарят с обеих сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу

Отпускают котлеты или биточки с растопленным жиром или с соусом красным основным На гарнир подают отварной или жареный картофель (из сырого), рассыпчатую кашу, тушеную капусту

354. Котлеты, биточки из рыбы и пасты «Океан»

Треска [1]	62	45
или мерланг [1]	63	45
или сом (кроме океанического)	100	45
Паста «Океан»	21	20
Хлеб пшеничный	18	18
Молоко или вода	25	25
Яйца	1/20 шт	2
Сухари	10	10
Масса полуфабриката	—	118
Кулинарный жир	8	8
Масса готовых изделий	—	100
Гарнир №№ 463, 470, 474	—	150

[1] Нормы закладки даны на треску и мерланг потрошеные обезглавленные

	БРУТТО	НЕТТО
Маргарин столовый	—	5
или соус №№ 547, 553	—	75
Выход: с жиром	—	255
с соусом	—	325

Пасту белковую «Океан» мороженую, в блоках, размораживают на воздухе при температуре 18—20° С в течение 2—6 ч (в зависимости от температуры в центре блока), зачищая поверхностный слой Паста считается размороженной при достижении в центре блока минус 1° С Размораживать пасту «Океан» следует по мере спроса Срок хранения размороженной пасты при температуре 4—8° С не более 6 ч Повторное замораживание пасты «Океан» не допускается.

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски и пропускают через мясорубку, соединяют с замоченным в молоке или воде черствым пшеничным хлебом, размороженной пастой «Океан», добавляют яйца, соль, перец черный молотый, вторично пропускают через мясорубку и перемешивают Котлеты или биточки панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон в течение 8—10 мин, затем доводят до готовности в жарочном шкафу

При отпуске котлеты или биточки поливают жиром или соусом

Гарниры — каша гречневая рассыпчатая, картофель отварной, картофель жареный.

Соусы — томатный, сметанный

355. Зразы картофельные с фаршем из пасты «Океан»

Картофель	241	176 [1]
Яйца	1/10 шт	4
Масса протертого картофеля с яйцом	—	180
Фарш из пасты «Океан» № 356	—	40
Сухари	12	12
Масса полуфабриката	—	225
Кулинарный жир	10	10
Масса жареных зраз	—	200
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10
или сметана	20	20
Выход: с жиром	—	210
со сметаной	—	220

[1] Масса очищенного отварного картофеля

Отварной картофель обсушивают и в горячем состоянии протирают Затем добавляют яйца и перемешивают. Из полученной массы формуют лепешки по 2 шт на порцию На середину лепешки кладут фарш из пасты «Океан», соединяют края Полученному изделию придают форму овального пирожка, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу При отпуске поливают растопленным жиром или сметаной

356. Фарш из пасты «Океан»

Паста «Океан»	743	698
Масса припущенной пасты	—	600
Лук репчатый	595	500
Кулинарный жир или маргарин столовый	75	75

	БРУТТО	НЕТТО
Масса лука пассерованного	—	250
Яйца	2½ шт	100
Соус:		
Мука пшеничная	10	10
Кулинарный жир или маргарин столовый	10	10
Выход	—	1000

Лук репчатый мелко нарезают и пассеруют Пасту «Океан» размораживают, как описано в рец № 354 и припускают Размороженную пасту кладут слоем 2—3 см, добавляют горячую воду (5—10% от массы пасты) и, периодически помешивая, припускают при непрерывном кипении в течение 10 мин. Припущенную пасту «Океан» охлаждают

Срок хранения припущенной пасты «Океан» при температуре 4—8° С составляет 6 ч

Припущенную пасту «Океан» пропускают через мясорубку и соединяют с пассерованным репчатым луком, сваренными вкрутую рублеными яйцами, подготовленным соусом, добавляют соль, перец черный молотый и перемешивают.

Фарш готовят по мере спроса в небольших количествах

Оставлять фарш на следующий день запрещается Готовый фарш следует немедленно охладить, не допуская его замораживания, и хранить в холодильном шкафу

БЛЮДА ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ

Из мяса и мясных продуктов приготавливают разнообразный ассортимент отварных, припущенных, жареных, тушеных и запеченных вторых блюд

В рецептурах указаны соусы и гарниры, лучше всего сочетающиеся по вкусу с данным блюдом Допускается, однако, использование соусов и гарниров, не указанных в данной рецептуре, но входящих в соответствующие разделы Сборника

Норма гарнира для большинства блюд — 150 г Однако масса гарнира может быть уменьшена до 100 г или увеличена до 200 г Кроме того, сверх установленной нормы основного гарнира можно дополнительно подавать свежие, соленые или маринованные огурцы и помидоры, а также квашеную капусту, маринованные плоды и ягоды

Температура вторых мясных блюд в момент подачи должна составлять 60—65° С

Норма расхода соли, специй, а также зелени на оформление блюда в рецептурах не указана На каждое блюдо следует предусматривать соли 4 г, зелени (лук, петрушка, укроп) — 4 г нетто, а кроме того, по мере надобности — перца 0,05 г и лаврового листа — 0,02 г

В графе нетто некоторых рецептур в числителе указана масса нетто сырого продукта, в знаменателе — масса готового продукта

ОТВАРНОЕ МЯСО, СУБПРОДУКТЫ

В отварном виде приготавливают говядину (мякоть грудинки, лопаточная и подлопаточная части, покромка 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 покромку 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 куска на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 50—60° С 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 мясопродуктам рекомендуется подавать отварные или припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис и другие рассыпчатые каши

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
357. Мясо отварное						
Говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка)	219	161	164	121	110	81
или баранина, козлятина (лопаточная часть грудинка)	218	156	164	117	109	78
или свинина (лопаточная часть, грудинка)	196	167	147	125	97	83
или телятина (лопаточная часть, грудинка)	236	156	177	117	118	78
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Масса отварного мяса	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 470, 472, 477, 479, 482	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 528, 531, 538, 539, 556	—	75	—	75	—	50
Выход	—	325	—	300	—	250

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 (1-й и 2-й варианты), капуста тушеная Рис рекомендуется подавать к телятине и баранине, а тушеную капусту к свинине

Соусы — красный основной, луковый, паровой, белый с яйцом, сметанный с хреном

358. Язык отварной с соусом						
Язык говяжий	169	169	126	126	84	84
или бараний	191	191	143	143	96	96
или свиной, или телячий	170	170	127	127	85	85
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Масса отварного языка		100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 470, 472, 477, 478, 479		150	—	150	—	150
Соус №№ 528 529, 537, 556	—	100	—	75	—	50
Выход	—	350	—	300	—	250

Подготовленные языки варят так же, как и мясо После варки их погружают в холодную воду и, не давая им сильно остыть, снимают кожу

Отварные очищенные языки нарезают по 2—4 куска 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 (1-й и 2-й варианты)

Соусы — красный основной, красный с вином, белый основной, сметанный с хреном

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
359. Вымя отварное в соусе						
Вымя говяжье	182	182	136	136	91	91
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Масса отварного вымени	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 464, 469, 470, 472, 477	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 528, 530, 553, 556	—	100	—	75	—	50
Выход	—	350	—	300	—	250

Куски вымени массой 1,5—2 кг вымачивают в холодной воде 3—5 ч и варят с кореньями и специями, как говядину (с 218) Отварное вымя нарезают широкими кусками по 1—2 на порцию, заливают соусом и кипятят 10—15 мин

Гарниры — каши рассыпчатые, каши вязкие, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром

Соусы — красный основной, луковый, красный с луком и огурцами, луковый с горчицей, сметанный, сметанный с хреном

360. Котлеты натуральные паровые						
Свинина (корейка)	244	208+20[1]	123	105+20[1]	—	—
или телятина (корейка)	295	195+20[1]	159	105+20[1]	—	—
Масса готовой котлеты:						
из свинины	—	125+20[1]	-	63+20[1]	—	—
из телятины	—	125+20[1]	-	67+20[1]	—	—
Шампиньоны свежие	47	36	38	29	—	—
или грибы белые свежие	43	33	36	27	—	—
		25	—	20	—	—
Масса вареных грибов						
Гарнир №№ 465, 466, 470, 472, 477, 478	—	150	—	150	—	—
Соус № 538	—	100	—	75	—	—
или масло сливочное, или маргарин столовый	15	15	10	10	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Выход:						
с соусом						
свинина	—	420	—	328	—	—
телятина	—	420	—	332	—	—
или жиром						
свинина	—	335	—	263	—	—
телятина	—	335	—	267	—	—

[1] Масса реберной косточки

Подготовленные натуральные котлеты припускают в небольшом количестве бульона За 20—25 мин до готовности добавляют шляпки шампиньонов или белых грибов (грибы можно нарезать ломтиками) На бульоне, оставшемся после припускания, готовят соус паровой При отпуске на котлету кладут готовые грибы, поливают соусом или жиром и гарнируют Блюдо можно готовить без грибов

Гарниры — рис отварной, рис припущенный, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром

Соус — паровой

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 (с 218)

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[1] 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° С При этих условиях на поверхности быстро образуется поджаристая корочка, после чего мясо дожаривают при температуре не выше 150° С, 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° С, и жарят до образования поджаристой корочки с обеих сторон

[1] Приготовление льезона указано на с 187

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, жаренного 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, посыпают 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° С 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

Общие правила жаренья изделий из рубленого мяса описаны в специальном разделе (с 251)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
361. Мясо, жаренное крупным куском						
Говядина (вырезка, толстый, тонкий края)	209	154	156	115	105	77
или баранина, козлятина (тазобедренная часть, корейка, лопаточная часть)	222	159	166	119	110	79
или свинина (тазобедренная часть, корейка, шейная часть, лопаточная часть)	173	147	129	110	87	74
или телятина (тазобедренная часть, лопаточная часть, корейка)	241	159	180	119	120	79
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3	2	2
Масса жареного мяса	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 466, 468, 469, 470, 471, 472, 474, 479, 482, 504, 510		150	—	150	—	150
Выход	—	250	—	225	—	200

Говядину жареную (с 221) 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 строганый хрен (15—20 г) К баранине подают кашу рассыпчатую гречневую, рис припущенный, бобовые отварные, горох и фасоль отварные с томатом и луком, картофель отварной или жареный, сложные гарниры.

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

362. Мясо, жаренное крупным куском, шпигованное

Говядина (толстый, тонкий края)	178	131	136	100	94	69
Шпик	18	17	11	11	6	6
или баранина, козлятина (корейка, тазобедренная часть, лопаточная часть)	222	159	166	119	110	79
Чеснок	2,3	1,8	1,5	1,2	1,0	0,8
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3	2	2
Масса жареного шпигованного мяса	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 466, 468, 469, 470, 471, 472, 474, 479, 482, 504, 510	—	150	—	150	—	150
Выход	—	250	—	225	—	200

Говядину шпигуют шпиком, а баранину — чесноком Шпигованное мясо жарят Отпускают так же, как мясо, жаренное крупным куском (рец № 361).

363. Грудинка, фаршированная кашей

Баранина козлятина (грудинка)	222	159	166	119	110	79
Крупа гречневая [1]	52	52	52	52	50	50
или крупа рисовая	39	39	39	39	38	38
Масса каши	—	109	—	109	—	105
Лук репчатый	36	30	36	30	24	20
Маргарин столовый	16	16	12	12	8	8
Масса пассерованного лука с жиром	—	26	—	22	—	15
Яйца	1/2 шт.	20	1/3 шт.	13	1/4 шт.	10
Петрушка (зелень) или укроп	7	5	8	6	6	4
Масса фарша	—	160	—	150	—	134
Маса полуфабриката	—	319	—	269	—	213
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3	2	2
Масса жареной грудинки	—	255	—	215	—	170
Выход	—	255	—	215	—	170

[1] Ядрица не поджаренная и быстроразваривающаяся

У грудинки с внутренней стороны вдоль реберных костей прорезают пленки, ребра удаляют до или после тепловой обработки Затем по всей длине грудинки, начиная с тонкого ее конца, между наружным слоем мяса и слоем мяса, непосредственно прилегающим к ребру, прорезают пленки так, чтобы получилось пространство в виде мешка Образовавшийся мешок наполняют рассыпчатой кашей (рисовой или гречневой), смешанной с пассерованным луком и жиром, сваренными вкрутую измельченными яйцами и зеленью петрушки или укропа. Края зашивают

Подготовленную грудинку посыпают солью, перцем и жарят в жарочном шкафу до готовности (более часа)

Готовую грудинку нарезают по одному куску на порцию и поливают мясным соком

	БРУТТО	НЕТТО
364. Говядина, фаршированная грибами		
Вырезка (замороженная блоками)	129	110
Грибы белые сушеные	10	10/20 [1]
Лук репчатый	24	20
Маргарин	8	8
Масса пассерованного лука с жиром	—	15
Масса полуфабриката	—	140
Кулинарный жир	5	5
Масса готовой говядины фаршированной	—	90
Сметана	20	20
Гарнир № 474	—	100
Перец сладкий	13	10
Петрушка (зелень)	2,9	2
Выход	—	210

[1] Масса отварных грибов

Подготовленную вырезку нарезают на порционные куски и слегка отбивают, посыпают солью и перцем

На середину подготовленного куска вырезки кладут подготовленный фарш, заворачивают конвертом и обжаривают с жиром с двух сторон. Перекладывают в посуду, добавляют сметану, грибной отвар и доводят до готовности в жарочном шкафу

Для фарша грибы отваривают, нарезают соломкой, обжаривают, соединяют с пассерованным мелко нарезанным луком репчатым, добавляют соль, перец и перемешивают

При отпуске оформляют зеленью петрушки, перцем сладким и гарнируют Гарнир — картофель жареный (из вареного)

365. Свинина, жаренная в тесте		
Свинина (тазобедренная часть)	129	110
Яйца	1/2 шт	20
Мука пшеничная	30	30
Молоко	30	30
Горошек зеленый консервированный	15	10
Жир животный топленый пищевой	20	20
Масса свинины, жаренной в тесте	—	150
Помидоры	56	48/30 [1]

	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное или маргарин	5	5
Гарнир № 475	—	70
Перец маринованный (в банках)	20	10
Лимон	11	10
Выход	—	270

[1] В числителе указана масса помидоров нетто, в знаменателе — масса жареных помидоров

Мясо нарезают на порционные куски, отбивают, делают насечки ножом, посыпают солью, перцем, погружают с помощью поварской иглы в жидкое тесто (кляр) и жарят в жире (фритюре)

Для теста желтки яиц растирают, добавляют теплое молоко с температурой 20—30° С, соль, всыпают просеянную муку, размешивают, чтобы не было комков, добавляют консервированный зеленый горошек, слегка перемешивают и оставляют на 10—15 мин для набухания клейковины Взбитые белки вводят в тесто непосредственно перед жарением

Отпускают мясо с гарниром, оформляют маринованным перцем, долькой лимона, веточкой зелени петрушки

Гарнир — помидоры жареные и картофель, жаренный во фритюре

366. Рулет из говядины

Говядина (грудинка, покромка)	75	55
Фарш		
шпик	5,2	5
сыр	5,4	5
или плавленый сыр	5,2	5
Чеснок	1,3	1
Масса фарша	—	10
Масса полуфабриката	—	65
Масса готового рулета	—	50
Гарнир № 463, 472, 474	—	100
Выход	—	150

Куски мяса отбивают, посыпают солью, перцем Подготовленный шпик нарезают тонким пластом, сыр — тонкими ломтиками, чеснок мелко рубят На кусок говядины кладут слой шпика, затем слой сыра, посыпают чесноком и завертывают в виде рулета Рулет кладут на противень, подливают немного воды или бульона, ставят в жарочный шкаф и доводят до готовности

При отпуске рулет нарезают по 1—2 куска на порцию, гарнируют и поливают мясным соком

Гарниры — каша рассыпчатая, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого)

367. Бифштекс

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса жареного бифштекса	—	100	—	79	—	50
Хрен (корень)	23	15	16	10	—	—
Масло зеленое № 562	15	15	—	—	—	—
Гарнир №№ 473, 474, 475, 504, 510, 511	—	150	—	150	—	150
Выход	—	280	—	239	—	200

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° С, до образования с обеих сторон поджаристой корочки.

Продолжительность тепловой обработки составляет около 15 мин

Отпускают бифштекс с гарниром и строганым хреном (I и II колонки), 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 жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель, жаренный во фритюре, сложные гарниры

368. Бифштекс с яйцом

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного бифштекса	—	100	—	79	—	50
Яйцо	1 шт.	40	1 шт.	40	1 шт.	40
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
Масса готовой яичницы	—	40	—	40	—	40
Хрен (корень)	23	15	16	10	—	—
Гарнир №№ 473, 474, 475, 504, 510, 511	—	150	—	150	—	150
Выход	—	305	—	279	—	240

Приготавливают так же, как и бифштекс (рец № 367), но при отпуске на готовый бифштекс вместо зеленого масла кладут яичницу глазунью из одного яйца Гарниры — те же

369. Бифштекс с луком

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	—	—
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	—	—
Масса жареного бифштекса	—	100	—	79	—	—
Лук, жаренный во фритюре № 489	—	40	—	35	—	—
Гарнир № 473—475	—	150	—	150	—	—
Выход	—	290	—	264	—	—

Приготавливают так же, как бифштекс (рец № 367) При отпуске вокруг готового бифштекса укладывают жареный картофель, мясо поливают соком и кладут на него лук, жаренный во фритюре

Гарниры — картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре

	БРУТТО	НЕТТО
Лук, жаренный во фритюре		
Лук репчатый	3500	2940
Мука пшеничная	60	60
Кулинарный жир	150	150
Выход	—	1000

Лук репчатый режут кольцами, посыпают мукой, встряхивают от лишней муки В подготовленный фритюр (разогретый до 160—180° С) кладут лук и жарят 1—1,5 мин.

370. Филе

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	5	5	3	3	3	3
Маса жареного филе	—	100	—	79	—	50
Гарнир №№ 470, 473—475, 477, 504, 510, 511	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	5	5	5	505
Выход	—	255	—	234	—	205

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° С. 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, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, помидоры жареные, тыква, кабачки, баклажаны жареные, сложные гарниры

371. Филе с соусом

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	—	—
Жир животный топленый пищевой	5	5	3	3	—	—
Масса жареного филе	—	100	—	79	—	—
Окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	26	20	26	20	—	—
или язык говяжий	34	34	34	34	—	—
Масса готового окорока или языка	—	20	—	20	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Гренки № 704	—	20	—	20	—	—
Гарнир №№ 473—475, 476, 504, 510, 511	—	150	—	150	—	—
Соус №№ 529	—	75	—	50	—	—
Выход	—	365	—	319	—	—

Вырезку нарезают и жарят, как в рец № 370 При отпуске на гренок кладут ломтик прогретого копчено-вареного окорока или вареного языка, сверху — жареное филе и поливают соусом Гарнир подают отдельно

Гарниры — картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель, жаренный во фритюре, крокеты картофельные, сложные гарниры

Соус — красный с вином

372. Филе с помидорами и соусом

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	—	—
Жир животный топленый пищевой	5	5	3	3	—	—
Маса жареного филе	—	100	—	79	—	—
Гренки № 704	—	20	—	20	—	—
Паштет из печени № 103	—	25	—	25	—	—
Помидоры жареные	—	55	—	55	—	—
Гарнир №№ 473—475	—	100	—	100	—	—
Соус № 529	—	75	—	50	—	—
Выход	—	375	—	329	—	—

Мясо нарезают и жарят, как в рец № 370 При отпуске на гренок, смазанный паштетом из печени, кладут жареное филе, поливают соусом, а сверху укладывают половинки поджаренных помидоров Гарнир можно подать отдельно. Допускается приготовление без гренков и паштета

Гарниры — картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель, жаренный во фритюре.

Соус — красный с вином

	БРУТТО	НЕТТО
Помидоры жареные		
Помидоры свежие	1867	1587
Маргарин столовый	60	60
или масло растительное	50	50
Выход	—	1000

Подготовленные помидоры разрезают на две половинки, солят и жарят на жире

373. Лангет

Говядина (вырезка)	216	159	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса жареного лангета	—	100	—	79	—	50
Гарнир №№ 473—475, 476, 510, 511	—	150	—	150	—	150
Выход	—	250	—	229	—	200

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° С, 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, сложные гарниры

374. Антрекот

Говядина (толстый и тонкий края)	216	159	170	125	109	80
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного антрекота	—	100	—	79	—	50
Масло зеленое № 562	15	15	—	—	—	—
Хрен (корень)	23	15	16	10	—	—
Гарнир №№ 471, 473—475, 504, 510, 511	—	150	—	150	—	150
Выход	—	280	—	239	—	200

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 строганым 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, сложные гарниры

375. Бефстроганов

Говядина (вырезка, толстый и тонкий края, верхний и внутренний куски тазобедренной части)	216	159	162	119	107	79
или телятина (корейка, тазобедренная часть, лопаточная часть)	241	159	180	119	120	79
Лук репчатый	57	48	43	36	29	24
Маргарин столовый	15	15	10	10	7	7
Масса лука пассерованного	—	24	—	18	—	12
Мука пшеничная	6	6	5	5	4	4
Сметана	40	40	30	30	20	20

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Соус Южный	5	5	4	4	3	3
Масса жареного мяса	—	100	—	75	—	50
Масса соуса и пассерованного лука	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 470, 473—475, 476	—	150	—	150	—	150
Выход	-	350	—	300	—	250

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° С, посыпают солью и перцем и жарят, непрерывно помешивая, в течение 3—4 мин. Из пассерованной без жира муки, сметаны, соуса Южного 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 (по III колонке допускается совместная подача).

Гарниры — картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель, жаренный во фритюре, крокеты картофельные

376. Поджарка

Говядина (толстый, тонкий края, верхний и внутренний куски тазобедренной части)	216	159	162	119	107	79
или свинина (корейка, тазобедренная часть)	173	147	129	110	87	74
или баранина, козлятина (корейка, тазобедренная часть)	222	159	166	119	110	79
или телятина (корейка, лопаточная часть, тазобедренная часть)	241	159	180	119	120	79
Масса жареного мяса	—	100	—	75	—	50
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Жир животный топленый пищевой	15	15	10	10	7	7
Масса пассерованного лука	—	20	—	15	—	10
Томатное пюре	20	20	15	15	10	10
Масса пассерованного лука и томата	—	35	—	25	—	15
Гарнир №№ 463, 468, 469, 470, 473—475, 477, 482, 484	—	150	—	150	—	150
Выход	—	285	—	250	—	215

Мясо, нарезанное брусочками, массой 10—15 г, посыпают солью и перцем, жарят до готовности. Затем добавляют мелко нашинкованный пассерованный репчатый лук, томатное пюре и жарят еще 2—3 мин По I и II колонкам поджарку готовят и отпускают в порционной сковородке. Гарнир подают отдельно (по III колонке допускается совместная подача).

Гарниры — каши рассыпчатые, бобовые отварные, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, капуста тушеная, свекла тушеная.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
377. Шашлык из баранины, говядины или свинины						
Баранина, козлятина (корейка, тазобедренная часть)	222	159	166	119	—	—
или говядина (вырезка, толстый, тонкий края)	216	159	162	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	118	100	118	100	—	—
или огурцы свежие	105	100	105	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—4,0 см и долькой лимона.

Вместо свежих овощей к шашлыку можно подать рассыпчатый рис (рец. №№ 465, 466 или 467 — 130 г) и сырой или маринованный репчатый лук (рец. № 488 — 20 г) Норму соуса Южного можно увеличить до 50 г Шашлык можно отпускать без соуса или с одним репчатым луком (20 г) Выход блюда при этом соответственно изменяется.

378. Котлеты натуральные						
Баранина (корейка)	222	159+12[1]	158	113+12[1*]	112	80[2*]
или свинина (корейка)	173	147+20[1]	123	105+20[1*]	94	80[2*]
или телятина (корейка)	241	159+20[1]	159	105+20[1*]	121	80[2*]

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареных котлет						
из баранины	—	100+12[1]	—	71+12[1]	—	50[2]
из свинины	—	100+20[1]	—	71+20[1]	—	54[2]
из телятины	—	100+20[1]	—	66+20[1]	—	50[2]
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	—	—	—	
Гарнир №№ 470, 471, 473—475, 477, 479, 480—504, 506, 511	—	155	—	150	—	150
Выход:						
баранины	—	267	—	233	—	200
свинины	—	275	—	241	—	204
телятины	—	275	—	236	—	200

[1] Масса реберной косточки
[2] Масса котлет дана без косточки

Натуральные котлеты, нарезанные из корейки по одному куску на порцию вместе с реберной костью (I и II колонки), жарят на разогретой сковородке с жиром и доводят до готовности в жарочном шкафу (10—12 мин)

При отпуске на косточку котлеты надевают папильотку, гарнируют и поливают жиром или мясным соком

Гарниры — картофель отварной, картофель в молоке, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, овощи в молочном соусе (1-й и 2-й варианты), сложные гарниры.

379. Эскалоп

Свинина (корейка)	173	147	147	125*	94	80*
или телятина (корейка)	241	159	189	125*	121	80*
или баранина (корейка)	222	159	175	125*	112	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного эскалопа из свинины	—	100	—	85	—	54
из телятины, баранины	—	100	—	79	—	50
Гренки № 704	—	20	—	20	—	—
Гарнир №№ 470, 473—475, 477, 504, 506		150	—	150	—	150
Выход:						
из свинины	—	270	—	255	—	204
из телятины или баранины	—	270	—	249	—	200

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.

380. Котлеты из свинины по-саранск и

Свинина (корейка)	101	86
Масло сливочное или маргарин	25	25
Чеснок	3	2
Яйца	1/4 шт	10
Сухари	15	15
Масса полуфабриката	—	135
Кулинарный жир	12	12
Масса жареных котлет	—	115
Гарнир № 474	—	100
Выход	—	215

Свинину нарезают на порционные куски, отбивают толщиной 10—15 мм (по 1—2 куска на порцию), посыпают солью, перцем, мелко рубленным чесноком. На середину кладут кусочек масла или маргарина, завертывают его, придавая изделию продолговатую форму. Затем полуфабрикат смачивают в яйце, дважды панируют в сухарях, жарят во фритюре и доводят до готовности в жарочном шкафу

Отпускают котлеты с жареным картофелем (из сырого)

381. Котлеты отбивные

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (корейка)	168	143+20[1]	106	90+20[1]	82	70[2]
или телятина (корейка)	217	143+20[1]	136	90+20[1]	106	70[2]
или баранина (корейка)	211	151+12[1]	137	98+12[1]	98	70[2]
Яйца	1/5шт.	8	1/8 шт.	5	1/13 шт.	3
Сухари	22	22	15	15	9	9
Масса полуфабриката						
из свинины, телятины	—	171+20[1]	—	105+20[1]*	—	80[2]*
из баранины	—	179+12[1]	—	113+12[1]*	—	80[2]*
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареных котлет						
из свинины, телятины	—	125+20[1]	—	77+20[1]	—	58
из баранины	—	125+12[1]	—	79+12[1]	—	56
Гарнир №№ 470, 473—475, 477, 504, 510, 511	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	8	8	5	5	4	4
Выход:						
из свинины, телятины	—	303	—	252	—	212
из баранины	—	295	—	246	—	210

[1] Масса реберной косточки
[2] Масса дана без косточки

Порционные куски мяса, нарезанные с косточкой (по III колонке без косточки) из корейки (по одному на порцию), слегка отбивают, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят с обеих сторон При отпуске гарнируют и поливают жиром По II и III колонкам можно отпускать без жира

Гарниры — картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, сложные гарниры.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
382. Шницель						
Свинина (тазобедренная часть)	168	143	129	110	82	70
или телятина (тазобедренная часть)	217	143	167	110	106	70
или баранина, козлятина (тазобедренная часть)	211	151	154	110	98	70
Яйца	1/5 шт.	8	1/8 шт.	5	1/13шт.	3
Сухари	22	22	15	15	9	9
Масса полуфабриката из свинины, телятины	—	171	—	125*	—	80*
из баранины	—	179	—	125*	—	80*
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареного шницеля из свинины или из телятины	—	125	—	91	—	58
из баранины	—	125	—	88	—	56
Каперсы	16	8	—	—	—	—
Лимон	9	8	—	—	—	—
Гарнир №№ 470, 473—475, 477, 504, 510, 511	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	8	8	5	5	4	4
Выход:						
свинина, телятина	—	299	—	246	—	212
баранина	—	299	—	243	—	210

Порционные куски, нарезанные из мякоти тазобедренной части, отбивают и рыхлят, придавая им овально-продолговатую форму, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят с обеих сторон При отпуске шницель кладут на гарнир, поливают жиром, сверху кладут прогретые с жиром и цедрой каперсы и кусочек лимона без кожицы (I колонка) По I колонке блюдо можно отпускать без каперсов и лимона ,а по II и III колонкам — без жира.

Гарниры — картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, овощи в молочном соусе (2 вариант), сложные гарниры

383. Ромштекс

Говядина (толстый, тонкий края, верхний и внутренний куски тазобедренной части)	194	143	149	110	95	70

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1/5 шт.	8	1/8 шт.	5	1/13 шт.	3
Сухари	22	22	15	15	9	9
Масса полуфабриката	—	171	—	125*	—	80*
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареного ромштекса	—	125	—	91	—	58
Гарнир №№ 463, 468, 470, 473—475, 477, 479, 499, 504, 510, 511	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	8	8	5	5	4	4
Выход	—	283	—	246	—	212

Порционные куски (по одному на порцию) отбивают, рыхлят, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят При отпуске поливают жиром и гарнируют.

Гарниры — каши рассыпчатые, бобовые отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, овощи в молочном соусе (I и II варианты), сложные гарниры

384. Шашлык из говядины

Говядина (вырезка)	216	159	162	119	—	—
Шпик	41	39	29	28	—	—
Жир животный топленый пищевой	11	11	7	7	—	—
Масса жареной говядины	—	100	—	75	—	—
Масса жареного шпика	—	35	—	25	—	—
Лук, жаренный во фритюре № 489	—	25	—	20	—	—
Гарнир № 466	—	150	—	150	—	—
Соус Южный	15	15	10	10	—	—
Выход	—	325	—	280	—	—

Кусочки мяса одинаковой формы массой по 40 г посыпают солью и перцем и накалывают на шпажку вперемешку с кусочками шпика, вдвое меньшей толщины Первый и последний кусочки должны быть мясными Подготовленный шашлык жарят на сковородке с небольшим количеством жира Можно жарить и на углях, но в этом случае жир животный топленый пищевой не используется

При отпуске на припущенный рис кладут шашлык (шпажку вынимают так, чтобы форма шашлыка сохранилась), сверху укладывают кольца жаренного во фритюре лука Шашлык можно отпускать без риса

385. Жар-баур (шашлык из печени — кабардино-балкарское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Печень баранья	170	150
Жир-сырец бараний	100	100
Масса полуфабриката	—	250
Масса готового шашлыка	—	200
Тузлук	100	100
Выход	—	300
Тузлук		
айран (простокваша)	80	80
или бульон костный № 108	80	80
чеснок	26	20
соль	1	1
перец черный молотый	0,05	0,05
Выход	—	100

Подготовленный бараний жир нарезают квадратами размером 80×80 мм, массой по 30—40 г, кладут на него печень, нарезанную пластом, посыпают солью, перцем, заворачивают в форме конверта, надевают на шпажки и жарят над углями

Тузлук подают отдельно в пиалах

Для тузлука толченный с солью чеснок разводят айраном (простоквашей) или бульоном, добавляют перец и перемешивают

386. Печень жареная с жиром или луком

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Печень говяжья	170	141	127	105	86	71
или печень баранья, или свиная, или телячья	160	141	119	105	81	71
Мука *пшеничная*	6	6	5	5	3	3
Масса полуфабриката	—	147	—	110	—	74
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареной печени	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 470, 472, 473, 474, 477	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	5	5	4	4
или лук, жаренный во фритюре № 489	—	15	—	15	—	10
Выход:						
с жиром	—	260	—	230	—	204
с луком	—	265	—	240	—	210

Печень нарезают по 1—2 куска на порцию (свиную печень бланшируют), посыпают солью и перцем, панируют в муке и жарят с обеих сторон до готовности, но не пережаривая.

Отпускают с гарниром и жиром или с гарниром и жареным луком, который кладут на готовую печень

Гарниры — каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
387. Печень по-строгановски						
Печень говяжья	177	147	133	110	89	74
или печень баранья, или свиная, или телячья	167	147	125	110	84	74
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса готовой печени	—	100	—	75	—	50
Соус № 553	—	100	—	75	—	50
Томатное пюре	10	10	8	8	3	5
Соус Южный	5	5	4	4	3	3
Гарнир №№ 469, 470, 472, 473, 474, 477		150	—	150	—	150
Выход	—	365	—	312	—	258

Подготовленную печень (рец № 386) нарезают брусочками длиной 3—4 см массой 5—7 г, посыпают солью и перцем, кладут ровным слоем на разогретую сковороду с жиром и обжаривают при помешивании 3—4 мин Затем заливают соусом сметанным, добавляют томатное пюре, соус Южный, размешивают и доводят до кипения Отпускают вместе с соусом, гарнир укладывают сбоку Можно готовить без соуса Южный, соответственно увеличив закладку томатного пюре.

Гарниры — макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром.

388. Почки жареные с помидорами или лимонным соком						
Почки говяжьи	242	208	181	156	121	104
или почки бараньи, или свиные, или телячьи	202	182	151	136	101	91
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареных почек	—	100	—	75	—	50
Помидоры жареные № 372	—	80	—	65	—	—
или лимон	19	8[1]	17	7[1]	10	4[1]
Гарнир №№ 470, 472, 473, 474, 476, 477	—	150	—	150	—	150
Выход:						
с помидорами	—	330	—	290	—	—
с лимонным соком	—	258	—	232	—	204

[1] Масса лимонного сока

Почки зачищают от пленок и излишнего жира Для удаления специфического запаха говяжьи почки вымачивают в течение 2—3 ч в дважды сменяемой воде, заливают свежей водой и доводят до кипения Воду сливают, почки промывают, вновь заливают свежей водой (3 л воды на 1 кг почек) и варят до готовности

Вареные говяжьи или сырые бараньи, телячьи и свиные почки нарезают ломтиками, посыпают солью и перцем и жарят 3—6 мин При отпуске на почки кладут половинки обжаренных помидоров или поливают их лимонным соком (можно отпускать без лимонного сока) Жареные почки хранить нельзя, так как вкус их быстро ухудшается.

Гарниры — картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), крокеты картофельные, овощи отварные с жиром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
389. Почки с грибами в соусе красном с вином						
Почки говяжьи	242	208	181	156	—	—
или бараньи, или свиные, или телячьи	202	182	151	136	—	—
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	—	—
Шампиньоны свежие	66	50	57	43	—	—
или грибы белые свежие	62	47	53	40	—	—
Масса жареных почек	—	100	—	75	—	—
Масса вареных грибов	—	35	—	30	—	—
Гарнир №№ 470, 473—475, 477	—	150	—	150	—	—
Соус № 529	—	100	—	75	—	—
Выход	—	385	—	330	—	—

Обжаренные почки (рец. № 388) заливают соусом красным с вином, добавляют вареные нарезанные ломтиками грибы белые или шампиньоны и доводят до кипения Гарнир подают отдельно

Гарниры — картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром

ТУШЕНОЕ МЯСО, СУБПРОДУКТЫ

В тушеном виде приготавливают говядину (верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части, мякоть лопаточной части, покромку от туш I категории и подлопаточную часть), баранину, козлятину и свинину (лопаточную часть и грудинку каждого вида), а также мякоть шейной части свинины и некоторые субпродукты Мясо тушат крупными (массой до 2 кг), порционными и мелкими кусками Для некоторых блюд перед обжариванием куски мяса шпигуют кореньями, чесноком и шпиком Подготовленное мясо посыпают солью, перцем и обжаривают на плите или в жарочном шкафу до образования корочки Овощи, входящие в состав соуса, обжаривают отдельно или вместе с мясом, добавляя их после того, как мясо слегка обжарится

Обжаренное мясо и овощи заливают бульоном или водой, так, чтобы порционные и мелкие куски были покрыты полностью, а крупные — наполовину (60—150 г жидкости на порцию) Для улучшения вкуса и аромата мяса во вре-

мя тушения добавляют пряности (чаще всего кладут перец горошком и лавровый лист, иногда — гвоздику, кориандр, бадьян, майоран, тмин и др.), а также ароматические коренья (пастернак, петрушка, сельдерей) и репчатый лук. Пряности, зелень петрушки и сельдерея, связанную в пучок (букет), добавляют за 15—20 мин до окончания тушения.

Иногда в процессе тушения мяса кладут пассерованное томатное пюре

Тушат мясо при слабом кипении под крышкой. Бурное кипение вызывает потерю аромата и сильное выкипание Крупные куски мяса в процессе тушения несколько раз переворачивают

Бульон, полученный при тушении мяса, используют для приготовления соуса Его процеживают, соединяют с пассерованной без жира мукой, кипятят 25—30 мин, протирают в него разварившиеся при тушении овощи и доводят до кипения Если для тушения мяса используют готовый соус, в него добавляют жидкость в размере 15—20% с учетом выкипания.

Гарниры тушат вместе с мясом или приготавливают отдельно

Для этого нарезанный картофель и другие овощи предварительно обжаривают. Если гарнир тушат вместе с мясом, блюдо получается более ароматным и сочным. Хорошим вкусом и ароматом отличаются мясные тушеные блюда, приготовленные в порционных керамических горшочках с плотно закрывающейся крышкой, в которых и производится их подача При массовом производстве тушеных блюд допускается раздельное приготовление гарнира и мяса.

Тушеное мясо отпускают с гарниром и соусом, в котором производилось тушение Если гарнир приготовлен отдельно, его укладывают рядом, а мясо поливают соусом При отпуске блюдо посыпают зеленью петрушки или укропа.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
390. Мясо тушеное						
Говядина (верхний, внутренний, наружный, боковой куски тазобедренной части)	227	167	170	125	113	83
или баранина, козлятина (лопаточная часть, грудинка)	222	159	166	119	110	79
или свинина (лопаточная и шейная части)	173	147	129	110	87	74
Морковь	15	12	10	8	5	4
Лук репчатый	10	8	7	6	5	4
Петрушка (корень)	9	7	8	6	—	—
или сельдерей (корень)	10	7	9	6	—	—
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Мука пшеничная	6	6	5	5	4	4
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Масса соуса	–	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 469, 470, 472—474, 477, 478, 482, 484	—	150	—	150	—	150
Выход	—	375	—	325	—	275

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 куска 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, капуста тушеная, свекла тушеная

	БРУТТО	НЕТТО
391. Мясо, тушенное с луком в горшочке		
Говядина (внутренний и наружный куски тазобедренной части)	162	119/75 [1]
Жир животный топленый пищевой	10	10
Лук репчатый	119	100/50 [2]
Гарнир № 463	—	100
Выход	—	225

[1] В числителе указана масса говядины нетто, в знаменателе — масса тушеного мяса

[2] В числителе указана масса лука нетто, в знаменателе — масса пассерованного лука

Мясо нарезают брусочками массой 15—20 г, посыпают солью, перцем и обжаривают, лук репчатый нарезают полукольцами и пассеруют В горшочек кладут слой пассерованного лука, на него кусочки мяса, затем слой лука Далее слои повторяют Добавляют воду (30—40 г), соль, специи, лавровый лист и тушат при слабом кипении до готовности

Отпускают мясо в горшочке, отдельно подают рассыпчатую гречневую или рисовую кашу

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
392. Мясо шпигованное						
Говядина (верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части)	227	167	170	125	113	83
или баранина, козлятина (лопаточная часть)	222	159	166	119	110	79
или свинина (лопаточная и шейная части)	173	147	129	110	87	74
Морковь	38	30	28	22	19	15
Петрушка (корень)	29	22	20	15	—	—
Лук репчатый	19	16	14	12	14	12
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Мука пшеничная	6	6	5	5	4	4
Чеснок	1,9	1,5	1,5	1,2	1,0	0,8
Масса готового шпигованного мяса	—	140	—	100	—	60
в том числе масса мяса без овощей	—	100	—	75	—	50

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса соуса	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 469, 470, 472, 473, 474, 477, 478, 482, 484	—	150	—	150	—	150
Выход	—	415	—	350	—	285

Крупные куски мяса шпигуют морковью и петрушкой, нарезанными брусочками Говядину можно шпиговать морковью и шпиком (на порцию тушеного мяса — 10—15 г шпика) Далее шпигованное мясо приготавливают и отпускают так же, как мясо тушеное с гарниром (рец № 390).

393. Зразы отбивные

Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	227	167	170	125*	109	80*
или свинина (лопаточная и шейная части)	196	167	147	125*	94	80*
Для фарша.						
Лук репчатый	71	60	60	50	48	40
Жир животный топленый пищевой	9	9	8	8	6	6
Масса лука пассерованного	—	30	—	25	—	20
Яйца	1/2 шт.	20	1/4 шт.	10	шт.	10
или грибы белые свежие	36	27	17	13		13
или грибы белые сушеные	10	10	5	5	5	5
Масса вареных грибов	—	20	—	10	—	10
Сухари	6	6	5	5	5	5
Петрушка (зелень)	3	2	3	2	3	2
Масса фарша	—	58	—	42	-	37
Масса полуфабриката	—	225	—	167	—	117
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса тушеных зраз	—	135	—	100	—	70
Томатное пюре	15	15	12	12	10	10
Мука пшеничная	5	5	4	4	3	3
Лук репчатый	10	8	7	6	5	4
Морковь	10	8	3	6	5	4
Петрушка (корень)	9	7	8	6	—	—
Масса соуса	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 465, 472	—	150	—	150	—	150
Выход	—	385	—	325	—	270

На тонко отбитые порционные куски мяса кладут фарш и свертывают в виде маленьких колбасок.

Подготовленные полуфабрикаты посыпают солью и перцем, обжаривают и тушат в воде или бульоне около часа с добавлением пассерованных овощей и томатного пюре

На оставшемся после тушения бульоне приготавливают соус, заливают им зразы, добавляют душистый и черный перец горошком и тушат еще 30—35 мин.

За 5—10 мин до готовности кладут лавровый лист Отпускают с соусом и гарниром

Для фарша пассерованный репчатый лук соединяют с сухарями, рубленными крутыми яйцами или вареными грибами, измельченной зеленью петрушки или укропа, добавляют соль и перец

Гарниры — каши рассыпчатые, рис отварной, пюре картофельное

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
394. Жаркое по-домашнему						
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	216	159	162	119	107	79
или свинина (лопаточная и шейная части)	173	147	129	110	87	74
Картофель	253	190	253	190	267	200
Лук репчатый	30	25	30	25	24	20
Жир животный топленый пищевой	12	12	12	12	10	10
Томатное пюре	15	15	15	15	12	12
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Маса готовых овощей	—	250	—	250	—	250
Выход	—	350	—	325	—	300

Мясо нарезают по 2—4 куска 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.

	БРУТТО	НЕТТО
395. Жаркое с грибами по-русски		
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	162	119/75[1]
Картофель	160	120
Лук репчатый	12	10
Кулинарный жир	20	20
Соус		
грибы сушеные	8	16[2]
вода	50	50
отвар грибной	40	40
мука пшеничная	3	3
маргарин	5	5
лук репчатый	24	20
маргарин	3	3

	БРУТТО	НЕТТО
сметана	30	30
Масса соуса	—	75
Помидоры	56	48
Петрушка (зелень)	7	5
Выход	—	280

[1] В числителе указана масса мяса нетто, в знаменателе — масса тушеного мяса

[2] Масса вареных грибов.

Мясо нарезают кубиками, посыпают солью и перцем, обжаривают Картофель нарезают кубиками, обжаривают. Лук репчатый нарезают полукольцами и пассеруют В горшочек кладут мясо, на него картофель, лук, заливают сметанно-грибным соусом и тушат.

Для соуса подготовленные сушеные грибы замачивают и варят. Отвар процеживают, грибы промывают, нарезают соломкой. Лук репчатый шинкуют и пассеруют, добавляют нарезанные вареные грибы и продолжают жарку 3—5 мин. Пассерованную на жире муку разводят горячим грибным отваром до однородной консистенции, варят 20—25 мин., добавляют соль и процеживают, затем кладут пассерованный лук с грибами и варят 10—15 мин. В конце варки вводят сметану и доводят до кипения.

Отпускают в горшочке, посыпав рубленой зеленью.

396. Жаркое «Казань» (жаркое с черносливом)

Баранина (лопаточная часть)	200	143
Картофель	160	120
Лук репчатый	31	26/13 [1]
Масло сливочное или маргарин	20	20
Чернослив	20	20
Помидоры	59	50
Бульон	75	75
Масса тушеного мяса	—	100
Масса соуса и овощей	—	200
Выход	—	300

[1] В числителе указана масса лука нетто, в знаменателе — масса лука пассерованного

Мясо нарезают на куски массой 30—40 г и обжаривают. Сырой очищенный картофель нарезают крупными кубиками (если мелкий — пополам) и жарят до полуготовности, мелко нарезанный лук репчатый пассеруют.

Подготовленное мясо и овощи кладут в горшочек, добавляют промытый чернослив, нарезанные дольками помидоры, соль, перец, лавровый лист, заливают бульоном и тушат до готовности.

Отпускают жаркое в горшочке.

397. Жаркое из субпродуктов по-ингушски

Сердце	98	83
Легкие	75	69
Почки говяжьи	109	94

	БРУТТО	НЕТТО
Печень говяжья	89	74
Масса готовых субпродуктов	—	200
Картофель	137	103
Морковь	38	30
Лук репчатый	30	25
Масса готовых овощей	—	150
Петрушка (зелень)	5	4
Выход	—	350

Подготовленные субпродукты нарезают на кусочки массой 20—30 г, кладут в сотейник, заливают горячей водой (1 л на 1 кг субпродуктов) и варят при слабом кипении до готовности Подготовленные овощи нарезают картофель — дольками, морковь соломкой, лук репчатый — полукольцами и добавляют в субпродукты, за 15 мин до окончания варки кладут соль, перец черный молотый.

При отпуске жаркое посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки

398. Говядина в кисло-сладком соусе

Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	227	167	170	125*	109	80*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Лук репчатый	30	25	24	20	18	15
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Сахар	10	10	8	8	5	5
Уксус 9%-ный	5	5	3	3	2	2
Сухари ржаные	10	10	10	10	10	10
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	48
Масса соуса	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 463, 469, 470, 472, 473, 474, 477, 478	—	150	—	150	—	150
Выход	—	375	—	325	—	273

Нарезанное порционными кусками мясо обжаривают, добавляют перец черный горошком, мелко нарезанный пассерованный лук, томатное пюре, заливают горячим бульоном или водой и тушат при слабом кипении около 1 ч Затем добавляют измельченные сухари, уксус, сахар и продолжают тушение до готовности мяса, в конце тушения кладут лавровый лист При отпуске мясо и гарнир поливают соусом, в котором тушилось мясо

Гарниры — каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром, овощи, припущенные с жиром

	БРУТТО	НЕТТО
399. Говядина, тушенная с луком, орехами и чесноком (адыгейское национальное блюдо)		
Говядина (лопаточная и подлопаточная части, грудинка, покромка)	270	199
Лук репчатый	48	40/20 [1]

	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное или маргарин	50	50
Орехи грецкие	244	110 [2]
Чеснок	3	2
Кинза сушеная молотая	1	1
Масса тушеного мяса	—	125
Масса соуса с орехами	—	175
Выход	—	300

[1] В числителе указана масса лука репчатого нетто, в знаменателе — масса лука пассерованного

[2] Масса измельченных жареных орехов

Говядину нарезают на кусочки массой 20—30 г, кладут нарезанный соломкой репчатый лук и обжаривают Затем добавляют воду (60 г), растертый с солью чеснок, посуду закрывают крышкой и тушат После 15—20 мин тушения добавляют измельченные жареные орехи, сушеную молотую кинзу и тушат до готовности

При отпуске посыпают мелко нарезанной свежей кинзой (2—3 г нетто).

400. Баранина с рисом и изюмом (еврейское национальное блюдо)

Баранина (грудинка, лопаточная часть)	200	143
Маргарин	20	20
Лук репчатый	60	50/25 [1]
Крупа рисовая	45	45
Изюм	10,2	10
Корица	2	2
Перец черный молотый	2	2
Вода	100	100
Масса тушеного мяса	—	100
Масса гарнира	—	170
Выход	—	270

[1] В числителе указана масса лука нетто, в знаменателе — масса пассерованного лука

Нарезанную кусочками по 20—30 г баранину обжаривают Подготовленный лук репчатый мелко нарезают и пассеруют на маргарине Баранину соединяют с пассерованным луком, добавляют подготовленные рис и изюм, измельченную корицу, соль, перец, заливают горячей водой и тушат при слабом нагреве, закрыв посуду крышкой, 1,2—1,3 ч

Отпускают, равномерно распределив баранину с рисом и изюмом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
401. Гуляш						
Говядина (лопаточная и подлопаточная части, грудинка, покромка)	216	159	162	119	107	79
или свинина (лопаточная и шейная части)	173	147	129	110	87	74

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или баранина, козлятина (лопаточная часть)	200	143	150	107	99	71
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Лук репчатый	30	25	24	20	18	15
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Мука пшеничная	6	6	5	5	4	4
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Масса соуса	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 463, 465, 469, 472, 474, 477, 478, 482, 484	—	50	—	150	—	150
Выход	—	375	—	325	—	275

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 маслом, овощи, припущенные с жиром, капуста тушеная, свекла тушеная

402. Азу

Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	216	159	162	119	107	79
Жир животный топленый пищевой	15	15	12	12	10	10
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Лук репчатый	42	35	30	25	24	20
Мука пшеничная	6	6	5	5	4	4
Помидоры свежие	47	40	—	—	—	—
Огурцы соленые	50	30	50	30	33	20
Картофель	133	100	193	145	213	160
Чеснок	1,0	0,8	1,0	0,8	1,0	0,8
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Масса соуса и овощей	—	250	—	250	—	250
Выход	—	350	—	325	—	300

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 (I колонка), лавровый лист Готовое блюдо заправляют растертым чесноком Блюдо можно готовить по I кол. 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.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
403. Плов						
Баранина, козлятина (лопаточная часть, грудинка)	200	143	150	107	99	71
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	216	159	162	119	1[illegible]	79
Свинина (лопаточная часть, грудинка)	173	147	129	110	87	74
Крупа рисовая	65	65	67	67	68	68
Маргарин	20	20	15	[illegible]	10	10
Лук репчатый	24	20	18	15	12	10
Морковь	19	15	19	15	19	15
Томатное пюре	15	15	15	15	15	15
Масса тушеного мяса	—	100	—	75	—	50
Масса гарнира	—	200	—	200	—	200
Выход	—	300	—	275	—	250

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 и 160 г по I, II и III колонкам соответственно), доводят до кипения и 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.

	БРУТТО	НЕТТО
404. Рулет из баранины по-башкирски		
Баранина (грудинка)	126	90
Фарш		
лук репчатый	24	20/10[1]
морковь	16	13/9[1]
яйца	2/7 шт.	12
масло сливочное или маргарин	6	6
соль	0,3	0,3
перец черный молотый	0,02	0,02
Масса фарша	—	30
Лепешка		
мука пшеничная	24	24
в том числе на подпыл	2	2
яйца	1/7 шт	6
вода	8	8
соль	0,3	0,3

	БРУТТО	НЕТТО
Масса теста	—	37
Масса вареной до полуготовности лепешки	—	56
Масса полуфабриката	—	175
Бульон	—	190
Масса готового рулета	—	150
Масса бульона	—	175
Выход	—	325

[1] В числителе указана масса овощей нетто, в знаменателе — масса пассерованных овощей

Порционные куски баранины отбивают, посыпают солью, перцем, кладут фарш, сверху накрывают отваренной до полуготовности лепешкой, свертывают в виде рулета, перевязывают шпагатом, заливают бульоном, тушат до готовности и вынимают из бульона, удаляют шпагат

Для фарша очищенный репчатый лук мелко нарезают, пассеруют, соединяют с пассерованной измельченной морковью и вареными рублеными яйцами, добавляют соль, перец и тщательно перемешивают

Для лепешки из муки, яйца, воды и соли готовят пресное тесто, выдерживают его 30—40 мин, раскатывают на лепешку толщиной 30 мм и варят до полуготовности в подсоленной воде

Готовый рулет разрезают по 2 куска на порцию Бульон подают отдельно.

405. Рагу из баранины или свинины

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Баранина (грудинка и шейная часть)[1]	—	—	144	129	96	86
или свинина (грудинка)[2]	—	—	110	104	74	70
или рагу по-домашнему (полуфабрикат)[2]	—	—	—	104	—	70
Жир животный топленый пищевой	—	—	12	12	10	10
Картофель	—	—	193	145	213	160
Морковь	—	—	25	20	44	35
Репа[3]	—	—	27	20	—	—
Петрушка (корень)	—	—	13	10	—	—
Лук репчатый	—	—	30	25	24	20
Томатное пюре	—	—	15	15	12	12
Мука пшеничная	—	—	3	3	3	3
Масса тушеной баранины	—	—	—	90	—	60

[1] Масса полуфабриката — рагу из баранины дана с учетом содержания костей 20%, масса готового продукта дана с учетом содержания мякоти 64 г и 43 г (соответственно по II и III 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса тушеной свинины или тушеного рагу из полуфабриката	—	—	—	74	—	50
Масса овощей и соуса	—	—	—	250	—	250
Выход:						
из баранины	—	—	—	340	—	310
или свинины или полуфабриката	—	—	—	324	—	300

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

406. Сердце, легкие и другие субпродукты в соусе

Сердце	196	167	147	125	98	83
или легкие	167	154	125	115	84	77
или почки говяжьи	242	208	181	156	121	104
или почки бараньи, или свиные	202	182	151	136	101	91
Петрушка (корень)	4	3	3	2	—	—
Морковь	5	4	4	3	3	2
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса готовых субпродуктов	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 469, 470, 472—474, 477, 478, 482, 484	—	150	—	150	—	150
Соус № 528	—	125	—	100	—	75
Чеснок	1,0	0,8	1,0	0,8	1,0	0.8
Выход	—	375	—	325	—	275

Легкие и сердце, а также предварительно вымоченные говяжьи почки отваривают по отдельности с добавлением овощей до готовности Готовые субпродукты нарезают на кусочки массой по 20—30 г и обжаривают. Почки бараньи и свиные нарезают ломтиками сырыми, после чего обжаривают Подготовленные продукты заливают красным соусом и тушат 15—20 мин. Перед окончанием тушения добавляют чеснок Отпускают с соусом и гарниром

Гарниры — каши рассыпчатые макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром овощи, припущенные с жиром, капуста тушеная, свекла тушеная

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
407. Почки по-русски						
Почки говяжьи	242	208	181	156	121	104
или почки телячьи, или бараньи, или свиные	202	182	151	136	101	91
Картофель	145	109	145	109	193	145
Морковь	31	25	31	25	31	25
Лук репчатый	30	25	30	25	30	25
Петрушка (корень)	13	10	13	10	—	—
Маргарин столовый	17	17	13	13	8	8
Огурцы соленые	58	35	58	35	58	35
Чеснок	1,0	0,8	1,0	0,8	1,0	0,8
Масса готовых почек	—	100	—	75	—	50
Масса соуса № 528 и овощей	—	225	—	225	—	250
Выход	—	325	—	300	—	300

Вареные говяжьи почки или сырые бараньи, телячьи и свиные почки (рец. № 388), нарезают ломтиками и обжаривают, заливают соусом красным основным, добавляют морковь, петрушку и репчатый лук, нарезанные дольками и обжаренные, и через 5—10 мин — обжаренный картофель В конце тушения кладут очищенные от кожицы и семян припущенные соленые огурцы, нарезанные ломтиками, душистый перец горошком, лавровый лист, доводят до кипения и заправляют растертым чесноком Отпускают вместе с овощами и соусом.

Картофель можно обжаривать и тушить отдельно

408. Печень, тушенная в соусе						
Печень говяжья	170	141	127	105	86	71
или баранья, или свиная, или телячья	160	141	119	105	81	71
Мука пшеничная	6	6	5	5	3	3
Масса полуфабриката	—	147	—	110	—	74
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса тушеной печени	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 470, 472—474, 477		150	—	150	—	150
Соус №№ 553, 555	—	100	—	75	—	50
Выход	—	350	—	300	—	250

Печень нарезают на порционные куски, посыпают солью, перцем, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон до полуготовности (5—10 мин). Затем печень заливают соусом и тушат в течение 15—20 мин Подают с гарниром и соусом.

Гарниры — каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с жиром

Соусы — сметанный, сметанный с томатом и луком

	БРУТТО	НЕТТО
409. Печень по-деревенски (печень, запеченная в яйце — татарское национальное блюдо)		
Печень говяжья	170	141
Мука пшеничная	6	6
Масса полуфабриката	—	147
Масло сливочное или маргарин	15	15
Лук репчатый	36	30
Яйца	1 шт	40
Молоко	50	50
Выход	—	195

Подготовленную печень нарезают пластом толщиной 10—15 мм, слегка отбивают, посыпают солью, перцем, панируют в просеянной муке и обжаривают на порционной сковороде, затем добавляют мелко нарезанный лук репчатый, через 5 мин заливают яично-молочной смесью и запекают в жарочном шкафу.

Отпускают в порционной сковороде

410. Печень с грибами		
Печень говяжья	175	145
Грибы белые сушеные	15	30 [1]
или грибы белые свежие	61	46
Масса жареных грибов	—	30
Лук репчатый	24	20
Масло сливочное или маргарин	20	20
Сметана	20	20
Масса готовой печени	—	100
Масса соуса и овощей	—	75
Выход	—	175

[1] Масса вареных грибов.

Подготовленную печень нарезают брусочками и обжаривают Вареные сушеные грибы или подготовленные свежие грибы нарезают ломтиками и обжаривают на масле сливочном или маргарине вместе с репчатым луком, нарезанным полукольцами Подготовленные печень, грибы и лук кладут в горшочек, заливают процеженным грибным отваром, добавляют сметану и тушат до готовности

Отпускают блюдо в горшочке.

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 покромка 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 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° С

Мясные рубленые изделия рекомендуется жарить непосредственно перед отпуском Полуфабрикаты кладут на сковороду или противень с жиром, нагретым до температуры 150—160° С, и обжаривают 3—5 мин с двух сторон до образования поджаристой корочки, а затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250—280° С (5—7 мин) Готовые рубленые изделия должны быть полностью прожарены температура в центре для натуральных рубленых изделий должна быть не ниже 85° С, для изделий из котлетной массы — не ниже 90° С. 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

411. Бифштекс рубленый

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	155	114	109	80	82	60
Шпик	18	17	12,5	12	9,5	9
Молоко или вода	10,5	10,5	6,76	6,76	5,07	5,07
Перец черный молотый	0,06	0,06	0,04	0,04	0,03	0,03
Соль	1,7	1,7	1,2	1,2	0,9	0,9
Масса полуфабриката	—	43	—	100*	—	75*
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареного бифштекса	—	100	—	70	—	53
Гарнир №№ 463, 469, 470, 473—475, 477—479	—	150	—	150	—	150
Выход	—	250	—	220	—	203

В измельченное мясо добавляют свиной шпик, нарезанный кубиками (5×5 мм), соль, специи, воду (или молоко), вымешивают, разделывают в виде биточков по 1 шт на порцию и жарят При отпуске бифштекс гарнируют и поливают соком, выделившимся при жарении

Гарниры — каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, картофель жареный (из вареного), картофель жареный (из сырого); картофель, жаренный во фритюре, овощи отварные с жиром, овощи припущенные с жиром, овощи в молочном соусе (1-й и 2-й варианты)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
412. Бифштекс рубленый с яйцом или луком						
Бифштекс рубленый жареный № 411	—	100		70	—	53
Яйца	1 шт.	40	1 шт.	40	1 шт.	40
Жир животный топленый пищевой	5	5	5	5	5	5 г
Масса яичницы	—	40	—	40	—	40
или лук, жаренный во фритюре № 489	—	60	—	35	—	30
Гарнир №№ 463, 469, 470, 473—475, 477—479	—	150	—	150	—	150
Выход:						
с яйцом	—	290	—	260	—	243
с луком	—	310	—	255	—	233

Готовый рубленый бифштекс гарнируют, поливают мясным соком и кладут на него яичницу глазунью из одного яйца или жареный во фритюре репчатый лук

Гарниры — те же, что и в предыдущей рецептуре

413. Шницель натуральный рубленый						
Свинина (котлетное мясо)	156	133	128	109	95	81
или баранина (котлетное мясо)	161	115	133	95	98	70
Жир-сырец бараний [1]	18	18	14	14	11	11
или говядина (котлетное мясо)	156	115	129	95	95	70
Жир-сырец говяжий или свиной [1]	18	18	14	14	11	11
Вода	12	12	9	9	7	7
Яйца	1/5 шт.	8	1/7 шт.	6	1/10 шт.	4
Сухари	20	20	15	15	12	12
Масса полуфабриката	—	171	—	137	—	103
Жир животный топленый пищевой	12	12	10	10	6	6
Масса жареного шницеля	—	125	—	100	—	75

[1] Жир-сырец бараний используют для бараньих котлет, жир-сырец свиной или говяжий — для говяжьих котлет.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Гарнир №№ 463, 468, 469, 470, 473, 474, 477, 478, 504, 511	—	150	—	150	—	150
Маргарин столовый или масло сливочное	8	8	5	5	—	—
Выход	—	283	—	255	—	225

Подготовленный фарш (с 252) разделывают в виде изделий плоско-овальной формы, смачивают в льезоне, панируют в сухарях и жарят. При отпуске шницель гарнируют и поливают жиром (I и II кол.). Можно отпускать с жиром и по III кол (4 г).

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, сложные гарниры

414. Котлеты натуральные рубленые

Баранина (котлетное мясо)	159	114	119	85	80	57
Жир-сырец бараний [1]	17	17	14	14	9	9
или свинина (котлетное мясо)	154	131	116	99	77	66
Вода	14	14	10	10	7	7
Масса полуфабриката	—	143	—	107	—	71
Жир животный топленый пищевой	10	10	7	7	5	5
Масса жареных котлет		100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 468, 469, 470, 473, 474, 477, 478	—	150	—	150	—	150
Выход	—	250	—	225	—	200

[1] Используют только для котлет из баранины

Приготовленный согласно рецептуре фарш (с 252) разделывают в виде котлет и жарят При отпуске гарнируют и поливают мясным соком В рубленое мясо можно добавлять репчатый лук (10, 8 и 5 г нетто на порцию по I, II и III колонкам соответственно) Выход котлет при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается закладка воды.

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

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
415. Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом				
Говядина (котлетное мясо)	101	74	50	37
или свинина (котлетное мясо)	87	74	43	37
или телятина (котлетное мясо)	11.	74	56	37
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	103	74	52	37
Хлеб пшеничный	18	18	9	9
Молоко или вода	24	24	2	12
Котлетная масса	—	114	—	57
Фарш — соус № 552	—	54	—	26
Масло сливочное или маргарин столовый	8	8	5	5
Сыр	4,3	4	3,3	3
Масса полуфабриката	—	179	—	90
Масса запеченных котлет	—	140	—	70
Гарнир №№ 470, 477, 478, 498, 499	—	100	—	150
Соус №№ 528, 529	—	50	—	50
Выход	—	290	—	270

Непанированные котлеты кладут на смазанный жиром противень или сковороду, в середине по длине котлеты делают углубление, заполняют его густым молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают 15—20 мин При отпуске котлеты гарнируют, соус красный основной и красный с вином подливают сбоку.

Гарниры — картофель отварной, овощи отварные с жиром; овощи, припущенные с жиром, сложные гарниры

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
416. Котлеты, биточки, шницели						
Говядина (котлетное мясо)	101	74	76	56	50	37
или свинина (котлетное мясо)	87	74	66	56	43	37
или телятина (котлетное мясо)	112	74	85	56	56	37
или баранина (котлетное мясо)	103	74	78	56	52	37
Хлеб пшеничный	18	18	14	14	9	9
Молоко или вода	24	24	17	17	12	12
Сухари	10	10	8	8	5	5
Масса полуфабриката	—	123		93	—	62
Жир животный топленый пищевой	6	6	5	5	3	3

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса жареных котлет, биточков, шницелей	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 468—470, 472—474, 477, 482, 499	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 528, 530, 553, 554	—	50	—	50	—	50
или маргарин столовый, или масло сливочное	8	8	5	5	5	5
Выход:						
с соусом	—	300	—	275	—	250
с жиром	—	258	—	230	—	205

Из готовой котлетной массы разделывают изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты) или круглоприплюснутой формы толщиной 2,0—2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели)

Котлеты, биточки и шницели можно приготовлять с добавлением репчатого лука (10, 8 и 5 г нетто) и чеснока (1,0; 0,8, 0,5 г нетто) по I, II и III колонкам соответственно. Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды

При отпуске изделий их гарнируют и поливают жиром или соусом

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, сметанный, сметанный с томатом

417. Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски

	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	75	55
Свинина (котлетное мясо)	12	10
Картофель	20	15
Лук репчатый	12	10
Яйца	1/8 шт	5
Сухари	5	5
Масса полуфабриката	—	100
Кулинарный жир	6	6
Масса жареных котлет	—	80
Гарнир № 477—479	—	100
Соус № 528, 530, 531	—	50
или масло сливочное или маргарин	8	8
Выход:		
с соусом		230
с жиром	—	188

Подготовленные говядину, свинину, сырой очищенный картофель, репчатый лук нарезают, пропускают через мясорубку, добавляют яйца, соль, перец Массу тщательно перемешивают и формируют изделия овально-приплюснутой формы с

заостренным концом, панируют в сухарях и обжаривают с двух сторон, доводя до готовности в жарочном шкафу

Отпускают по 2 шт на порцию, гарнируют и поливают соусом или жиром.

Гарниры — овощи отварные с жиром, овощи припущенные с жиром, овощи в молочном соусе

Соусы — красный основной, луковый, красный с луком и огурцами

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
418. Зразы рубленые				
Говядина (котлетное мясо)	103	76	52	38
или свинина (котлетное мясо)	89	76	45	38
или телятина (котлетное мясо)	115	76	58	38
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	106	76	53	38
Хлеб пшеничный	16	16	8	8
Молоко или вода	23	23	11	11
Котлетная масса	—	113	—	56
Фарш				
Лук репчатый	62	52	31	26
Жир животный топленый пищевой	7	7	4	4
Масса пассерованного лука	—	26	—	13
Яйца	1/4 шт	10	1/8 шт.	5
Петрушка (зелень)	5	4	3	2
Масса фарша	—	40	—	20
Сухари	12	12	6	6
Масса полуфабриката	—	165	—	82
Жир животный топленый пищевой	6	6	4	4
Масса жареных зраз	—	140	—	70
Гарнир №№ 463, 470, 472, 477	—	100	—	150
Соус №№ 528, 530	—	50	—	50
Выход	—	290	—	270

Котлетную массу формуют в виде лепешки толщиной в 1 см, на середину которой кладут фарш (измельченный пассерованный лук и зелень, рубленые вареные яйца) После этого края лепешек соединяют, панируют в сухарях, придавая им овально-приплюсную форму, и жарят. Отпускают с гарниром и соусом по 2—1 шт на порцию по I, II, III колонкам соответственно

Приготовлять зразы можно и без яиц, увеличив соответственно закладку пассерованного лука Вместо указанного в рецептуре фарша зразы можно фаршировать омлетом (рец № 284), нарезанным мелкими ломтиками

Гарниры — каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром

Соусы — красный основной, луковый

419. Рулетики мясные, фаршированные капустой, по-домашнему

	БРУТТО	НЕТТО
Свинина (котлетное мясо)	106	90
Сметана	20	20
Яйца	1/3 шт	13
Масса полуфабриката	—	120
Фарш		
капуста белокочанная свежая	25	20
лук репчатый	12	10
морковь	6	5
петрушка (зелень)	5	4
маргарин	10	10
яйца	1/4 шт.	10
Масса фарша	—	30
Мука пшеничная	5	5
Яйца	1/4 шт.	10
Сухари	15	15
Масса полуфабриката	—	175
Кулинарный жир	12	12
Масса готовых рулетиков	—	140
Гарнир № 494	—	100
Выход	—	240

Мясо нарезают кусочками, добавляют сметану, соль, специи и оставляют в прохладном помещении на 2—3 ч Затем мясо пропускают через мясорубку, в фарш добавляют яйцо и перемешивают. Готовую массу разделывают на лепешки толщиной 1 см, на середину кладут фарш.

Для фарша подготовленные капусту, морковь нарезают соломкой, лук репчатый — полукольцами, обжаривают, добавляют мелко рубленное яйцо, сваренное вкрутую, зелень петрушки, перемешивают.

Края лепешек соединяют и придают изделиям овальную форму Рулетики панируют, смачивают в яйце, панируют в сухарях, жарят во фритюре. Доводят до готовности в духовом шкафу

Отпускают по 2 шт на порцию со сложным гарниром

420. Рулет с луком и яйцом

Говядина (котлетное мясо)	103	76
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	106	76
или телятина (котлетное мясо)	115	76
Хлеб пшеничный	15	15
Молоко или вода	23	23
Котлетная масса		13
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

	БРУТТО	НЕТТО
Сухари	4	4
Масса полуфабриката	—	161
Жир животный топленый пищевой (на смазку противня и сбрызгивание)	1	1
Масса готового рулета		142
Гарнир №№ 463, 470, 472, 477	—	100
Выход	—	242

Для приготовления фарша пассерованный лук рубят, соединяют с измельченными вареными яйцами и зеленью петрушки Далее готовят, как в рец № 421. Допускается приготовление рулета без яиц, с соответствующим увеличением закладки репчатого лука Рулет можно отпускать с соусом красным или луковым (50 г на порцию)

Гарниры — каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром.

421. Рулет с макаронами или яйцом

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Говядина (котлетное мясо)	155	114	103	76
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	159	114	106	76
или телятина (котлетное мясо)	173	114	115	76
Хлеб пшеничный	23	23	15	15
Молоко или вода	34	34	23	23
Котлетная масса	—	170	—	113
Фарш				
Макароны отварные № 469	—	125	—	75
или яйца	2 шт.	80	1 шт.	40
Маргарин столовый	3	3	2	2
Масса фарша из макарон	—	128	—	77
или из яиц	—	83	—	42
Яйца	1/4 шт.	10	1/6 шт	7
Сухари	6	6	4	4
Масса полуфабриката с макаронами	—	313	—	199
Масса полуфабриката с яйцом	—	267	—	165
Маргарин столовый (на смазку противня и сбрызгивание)	4	4	3	3
Масса готового рулета:				
с макаронами	—	275	—	175
с яйцом	—	235	—	145
Соус №№ 528, 530	—	50	—	50
Выход:				
с макаронами	—	325	—	225
с яйцом	—	285	—	195

На смоченную водой полотняную салфетку раскладывают котлетную массу ровным слоем толщиной в 1,5—2 см На котлетную массу кладут фарш (заправленные жиром отварные макароны или рубленые крутые яйца) 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)

Соусы — красный основной, луковый

	I		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
422. Тефтели				
1-й вариант				
Говядина (котлетное мясо)	103	76	52	38
или свинина (котлетное мясо)	89	76	45	38
или телятина (котлетное мясо)	115	76	58	38
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	106	76	53	38
Хлеб пшеничный	16	16	8	8
Молоко или вода	24	24	12	12
Лук репчатый	29	24	24	20
Жир животный топленый пищевой	4	4	3	3
Масса пассерованного лука	—	12	—	10
Мука пшеничная	8	8	4	4
Масса полуфабриката	—	135	—	71
Жир животный топленый пищевой	7	7	3	3
Масса готовых тефтелей	—	115	—	60
Соус №№ 528, 533, 540, 554	—	75	—	50
Гарнир №№ 463, 465, 470, 472, 477	—	100	—	150
Выход	—	290	—	260

В котлетную массу добавляют измельченный пассерованный репчатый лук (можно добавлять зеленый лук), перемешивают и формуют в виде шариков по 3—4 шт на порцию, панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1—2 ряда, заливают соусом, в который добавляют 10—20 г воды, и тушат 8—10 мин

Отпускают тефтели с гарниром и соусом ,в котором они тушились

Соусы — красный основной, красный с кореньями (для тефтелей), томатный, сметанный с томатом

Гарниры — каши рассыпчатые, рис отварной, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
423. Тефтели						
2-й вариант						
Говядина (котлетное мясо)	103		76	52		38
или свинина (котлетное мясо)	89		76	45		38
или телятина (котлетное мясо)	115		76	58		38
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	106		76	53		38
Вода	12		12	6		6
Крупа рисовая	11		11	5		5
Масса готового рассыпчатого риса	—		30	—		15
Лук репчатый	29		24	21		18
Жир животный топленый пищевой	4		4	3		3
Масса пассерованного лука	—		12	—		9
Мука пшеничная	8		8	4		4
Масса полуфабриката	—		135	—		71
Жир животный топленый пищевой	7		7	5		5
Масса готовых тефтелей	—		115	—		60
Соус №№ 528, 533, 540, 554	—		75	—		50
Гарнир №№ 470, 472, 477	—		125	—		150
Выход	—		315	—		260

В мясной фарш без хлеба добавляют соль, перец, мелко нарезанный пассерованный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделывают тефтели в виде шариков по 3—4 шт на порцию Шарики панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1—2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (10—20 г на порцию) и тушат 8—10 мин

При отпуске тефтели гарнируют и поливают соусом, в котором они тушились

Соусы те же, что и в рец № 422

Гарниры — картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
424. Биточки паровые						
Говядина (котлетное мясо)	101	74	76	56	50	37
или телятина (котлетное мясо)	112	74	85	56	56	37
Хлеб пшеничный	18	18	13	13	9	9
Молоко или вода	22	22	16	16	11	11

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное или маргарин столовый	4	4	3	3	2	2
Масса полуфабриката	—	114	—	85	—	57
Масса припущенных биточков	—	100	—	75	—	50
Гарнир №№ 466, 472, 479, 506	—	100	—	150	—	150
Соус №№ 538, 539	—	75	—	50	—	50
Выход	—	275	—	275	—	250

Из взбитой котлетной массы с добавлением жира формуют биточки, которые варят на пару 20—25 мин или припускают под крышкой 15—20 мин Отпускают биточки с гарниром и соусом В качестве дополнительного гарнира можно дать готовые вареные белые грибы или шампиньоны (40, 20, 10 г нетто по I, II и III колонкам соответственно)

Гарниры — рис припущенный, пюре картофельное, овощи в молочном соусе (1-й вариант), сложный гарнир

Соусы — паровой, белый с яйцом.

425. Оладьи из печени

Печень говяжья	139	115	120	100	—	—
или печень свиная	131	115	114	100	—	—
Хлеб пшеничный	20	20	15	15	—	—
Масло сливочное или маргарин столовый	5	5	3	3	—	—
Масса полуфабриката	—	136	—	115	—	—
Жир животный топленый пищевой	13	13	11	11	—	—
Масса жареных оладьев	—	120	—	101	—	—
Гарнир №№ 472—474, 478	—	150	—	150	—	—
Масло сливочное или маргарин столовый	6	6	5	5	—	—
Выход	—	276	—	256	—	—

Подготовленную печень пропускают через мясорубку, соединяют с натертым черствым хлебом, добавляют жир, соль, перец и разделывают в виде лепешек по 2—3 шт на порцию. Жарят на сковородке с жиром, нагретым до 150—180° С, до образования корочки с обеих сторон При отпуске оладьи поливают жиром и гарнируют

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
426. Биточки по-селянски (украинское национальное блюдо)				
Говядина (котлетное мясо)	136	100	101	74
Жир-сырец (говяжий или свиной)	5	5	4	4

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
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[1]
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

[1] Масса вареных грибов.

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 формуют 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.

427. Котлеты полтавские (украинское национальное блюдо)

Говядина (котлетное мясо)	141	104	106	78
Вода	10	10	7	7
Шпик	10	10	7	7
Чеснок	1,3	1	1	0,8
Сухари	12	12	9	9

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса полуфабриката	—	135	—	100
Жир животный топленый пищевой	9	9	7	7
Масса жареных котлет	—	100	—	75
Гарнир №№ 474, 475	—	150	—	150
Масло сливочное или маргарин столовый	7	7	5	5
Выход	—	257	—	230

Говядину пропускают два раза через мясорубку, добавляют воду, шпик, нарезанный мелкими кубиками, измельченный чеснок, соль, перец и перемешивают Из подготовленной массы формуют котлеты (по 2 шт на порцию), панируют в сухарях и жарят Подают с жареным картофелем.

При отпуске котлеты поливают жиром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
428. Люля-кебаб (азербайджанское национальное блюдо)						
Баранина (котлетное мясо)	331	237	277	198	—	—
Жир-сырец (курдючный)	20	20	10	10	—	—
Лук репчатый	20	17	20	17	—	—
Соль	5	5	5	5	—	—
Перец	0,1	0,1	0,1	0,1	—	—
Масса полуфабриката	—	270	—	222	—	—
Масса жареного люля-кебаб	—	170	—	140	—	—
Мука пшеничная для лаваша	45	45	45	45	—	—
Вода	—	12	—	12	—	—
Масса готового лаваша	—	50	—	50	—	—
Лук зеленый	40	32	40	32	—	—
Петрушка (зелень)	15	11	15	11	—	—
Сумах [1]	3	3	3	3	—	—
Выход	—	265	—	235	—	—

[1] Сумах сушеный, дробленый, получаемый из плодов дикорастущего кустарника семейства сумаховых, используется как вкусовая приправа к мясным блюдам

Баранину, лук репчатый, жир-сырец пропускают через мясорубку, заправляют солью и перцем Из приготовленного фарша формуют люля в виде сарделек, нанизывают на шпажку и жарят на углях Из муки на воде замешивают крутое тесто, раскатывают лаваш толщиной 1 мм, выпекают на противне без жира.

При подаче люля-кебаб кладут на лаваш, гарнируют луком, зеленью, посыпают сумахом Люля-кебаб можно подавать без лаваша

	БРУТТО	НЕТТО
429. Палочки из оленины (национальное блюдо народов Севера)		
Оленина (котлетное мясо) *	101	74
Яичный порошок	2	2
Молоко сухое	5	5
Сало оленье или шпик	52	50
Масса полуфабриката	—	130
Маргарин	3	3
Масса готовых палочек	—	100
Гарнир № 472, 473, 474	—	100
Выход	—	200

* Нормы отходов и потерь при холодной и тепловой обработках определяются контрольными проработками

Оленину пропускают через мясорубку, добавляют соль и выдерживают сутки при температуре 2—3° С. Затем в массу добавляют сухое молоко, яичный порошок, вновь измельчают на мясорубке вместе с салом оленьим или шпиком и тщательно перемешивают Из кондитерского мешка массу отсаживают в виде палочек на смазанный жиром противень и запекают.

Подают 2—3 палочки на порцию

Гарниры — пюре картофельное, картофель жареный из вареного, картофель жареный из сырого

Палочки можно отпускать без гарнира

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° С 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° С Для этого полуфабрикаты, подготовленные для запекания в сковородах на 1—5 порций, помещают в жарочный шкаф, разогретый до температуры 250—280° С, на 10—30 мин Полуфабрикаты, подготовленные для запекания в противнях, запекают при более низкой температуре (220—250° С), но не 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
430. Запеканка картофельная или рулет картофельный с мясом или субпродуктами						
Говядина (котлетное мясо)	—	—	162	119	107	79
или сердце	—	—	147	125	98	83
или легкие	—	—	113	104	75	69
или печень говяжья	—	—	133	110	89	74
Жир животный топленый пищевой	—	—	6	6	4	4
Масса готовых мясопродуктов	—	—	—	75	—	50
Картофель	—	—	309	232/225[1]	309	232/225[1]
Масса вареного протертого картофеля	—	—	—	220	—	220
Лук репчатый	—	—	29	24	21	18
Маргарин столовый	—	—	4	4	3	3
Масса пассерованного лука	—	—	—	12	—	9
Маргарин столовый	—	—	5	5	3	3
Сухари	—	—	6	6	5	5
Масса полуфабриката	—	—	—	315	—	286
Масса запеченного блюда	—	—	—	268	—	243
Маргарин столовый	—	—	10	10	5	5
или соус №№ 528, 557, 558	—	—	—	50	—	50
Выход:						
с жиром	—	—	—	278	—	248
с соусом	—	—	—	318	—	293

[1] В числителе масса картофеля нетто, в знаменателе — масса вареного картофеля.

Легкие и сердце варят, печень жарят, а мясо обжаривают и тушат. Готовые продукты пропускают через мясорубку, добавляют пассерованный лук, перец. Протертый картофель делят на две равные части. Одну часть кладут на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень или сковороду, разравнивают, кладут фарш, а на него оставшуюся часть картофеля. После разравнивания изделие посыпают сухарями, сбрызгивают жиром и запекают.

Если блюдо готовят в виде рулета, его формируют так же, как рулет картофельный с овощами и грибами (рец № 242)

При отпуске запеканку или рулет нарезают по одному куску на порцию, поливают жиром или соусом.

Соусы — красный основной, грибной, грибной с томатом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
431. Макаронник с мясом или субпродуктами						
Говядина (котлетное мясо)	—	—	162	119	107	79
или сердце	—	—	147	125	98	83
или легкие	—	—	113	104	75	69
или печень говяжья	—	—	133	110	89	74
Маргарин столовый	—	—	6	6	4	4
Масса готовых мясопродуктов	—	—	—	75	—	50
Макароны	—	—	72	207[1]	71	204[1]
Лук репчатый	—	—	29	24	21	18
Маргарин столовый	—	—	4	4	3	3
Масса пассерованного лука	—	—	—	12	—	9
Яйца	—	—	1/4 шт.	10	1/5 шт.	8
Маргарин столовый	—	—	5	5	3	3
Сухари	—	—	6	6	5	5
Масса полуфабриката	—	—	—	312	—	277
Масса запеченного блюда	—	—	—	265	—	235
Маргарин столовый	—	—	10	10	5	5
Выход	—	—	—	275	—	240

[1] Масса отварных макарон.

Макароны варят в подсоленной воде, охлаждают до 70° С и заправляют взбитыми яйцами Далее блюдо готовится так же, как запеканка с мясом (рец № 430).

При отпуске макаронник нарезают по одному куску на порцию и поливают жиром Можно отпускать с соусом красным основным или томатным.

432. Солянка сборная на сковороде						
Говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка)	76	56/35[1]	76	56/35[1]	54	40/25[1]
или баранина, козлятина (лопаточная часть, грудинка)	77	55/35[1]	77	55/35[1]	55	39/25[1]
или свинина (лопаточная часть, грудинка)	68	58/35[1]	68	58/35[1]	49	42/25[1]
Сосиски или сардельки	26	25[1]	26	25[1]	26	25[1]
Окорок копчено-вареный (со шкурой и костями)	20	15[1]	20	15[1]	—	—
Почки говяжьи	60	52/25[1]	—	—	—	—
или язык говяжий	42	42/25[1]	—	—	—	—
Огурцы соленые	58	35	58	35	58	35
Масса припущенных огурцов	—	30	—	30	—	30

[1] Масса вареных продуктов

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Каперсы	30	15	30	15	20	10
Соус № 528	—	50	—	50	—	50
Капуста тушеная № 482	—	150	—	200	—	200
Сухари	4	4	3	3	5	5
Сыр	3,3	3	2,2	2	—	—
Маргарин столовый	5	5	4	4	3	3
Масса полуфабриката	—	355	—	377	—	346
Масса запеченной солянки	—	284	—	302	—	277
Маслины	20	20	15	15	10	10
Плоды или ягоды маринованные	36	20	27	15	18	10
Лимон	9	8	6	5	6	5
Выход	—	332	—	337	—	302

Вареные сосиски или сардельки, почки или язык, окорок, мясо, нарезанные тонкими ломтиками, слегка обжаривают, соединяют с припущенными солеными огурцами, очищенными от кожицы и семян и нарезанными ломтиками, каперсами, красным соусом и доводят до кипения На сковороду, смазанную жиром, кладут часть тушеной капусты, на нее — мясные продукты с соусом и каперсами, затем снова оставшуюся капусту. После этого поверхность разравнивают, сверху посыпают тертым сыром и молотыми сухарями или одними сухарями, сбрызгивают жиром и запекают в жарочном шкафу в течение 15 мин при температуре 250° С до образования румяной корочки Перед подачей на солянку кладут ломтик лимона Можно посыпать зеленью петрушки или укропа Украшают маринованными фруктами, маслинами и лимоном

Солянку можно приготовить без фруктов, маслин, лимона, соответственно уменьшив выход.

При отсутствии почек и языка их можно заменить сердцем и рубцом в соответствующих количествах.

Соус — красный основной.

433. Говядина в луковом соусе запеченная

Говядина (лопаточная и подлопаточная части)	219	161	164	121	110	81
Масса вареной говядины	—	100	–	75	—	50
Картофель	172	129/125[1]	206	206/150[2]	206	206/150[2]
Молоко или вода	—	25	—	—	—	—
Масло сливочное или маргарин	5	5	—	—	—	—
Яйца	1/8 шт.	5	—	—	—	—
Масса картофельного пюре	—	155	—	—	—	—
Соус № 530	—	100	—	100	—	100
Сухари	–	—	2	2	5	5
Сыр	5,4	5	3,3	3	—	—
Маргарин столовый	7	7	5	5	3	3
Масса полуфабриката	—	367	—	333	—	305
Выход	—	330	—	300	—	275

[1] В числителе — масса сырого очищенного картофеля нетто, в знаменателе — масса вареного картофеля

[2] Масса отварного очищенного картофеля

На смазанную жиром порционную сковородку подливают немного соуса и кладут 1—2 кусочка вареной говядины. Вокруг мяса выпускают из кондитерского мешка картофельное пюре (I колонка) или укладывают кружочки вареного картофеля (II и III колонки) Мясо и картофель заливают соусом, посыпают тертым сыром или сухарями, сбрызгивают жиром и запекают в жарочном шкафу

	БРУТТО	НЕТТО
434. Баранина рубленая, запеченная в омлете (чувашское национальное блюдо)		
Баранина (котлетное мясо)	98	70
Лук репчатый	36	30
Жир животный топленый пищевой	10	10
Яйца	1/2 шт.	20
Молоко	30	30
Масса готовой баранины в омлете	—	110
Гарнир № 465	—	100
Выход	—	210

Подготовленную баранину, очищенный лук репчатый пропускают через мясорубку, обжаривают с жиром, добавляют соль, перец черный молотый и перемешивают Затем массу выкладывают на порционную сковороду, смазанную жиром, заливают яично-молочной смесью и запекают в жарочном шкафу.

Отпускают в порционной сковороде Отдельно подается отварной рис

435. Говядина, запеченная с макаронами		
Говядина (лопаточная и подлопаточная части)	219	161
Масса вареной говядины	—	100
Макароны	40	40
Вода	240	240
Соль	2	2
Масса отварных макарон	—	115
Масло сливочное или маргарин	10	10
Майонез	50	50
Сыр	22	20[1]
Масса полуфабриката	—	285
Выход	—	255

[1] Масса тертого сыра

Говядину отваривают, нарезают поперек волокон на куски массой 50 г. Макароны варят в подсоленной воде, затем откидывают.

На смазанную жиром порционную сковороду кладут отварные макароны, на них два куска отварной говядины, сверху поливают майонезом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают жиром и запекают в жарочном шкафу в течение 10 мин при температуре 250° С

При отпуске блюдо можно украсить маринованными фруктами (20—30 г на порцию)

436. Мозги, запеченные на гренках

	БРУТТО	НЕТТО
Мозги	41	33/25 [1]
Хлеб ржаной	40	35
Соус № 551	25	25
Сыр	5,5	5 [2]
Масло сливочное или маргарин	3	3
Масса полуфабриката	—	89
Выход	—	80

[1] В числителе указана масса мозгов нетто, в знаменателе — масса отварных мозгов

[2] Масса тертого сыра.

Подготовленные мозги варят, нарезают ломтиками, кладут на гренки, приготовленные из подсушенного ржаного хлеба, зализают молочным соусом, посыпают тертым сыром и запекают в жарочном шкафу

Подают блюдо в порционной сковороде, в которой запекалось

437. Кабачки, баклажаны, перец или помидоры, фаршированные мясом и рисом

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кабачки	—	—	266	160 [1]	212	128 [1]
или баклажаны	—	—	168	160	135	128
или помидоры	—	—	219	160	175	128
или перец сладкий	—	—	213	160	171	128
Говядина (котлетное мясо)	—	—	164	121/75 [2]	110	81/50 [2]
или баранина (котлетное мясо)	—	—	164	117/75 [2]	109	78/50 [2]
Крупа рисовая	—	—	16	45 [3]	9	25 [3]
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	—	—	—	295	—	215
Масса запеченного блюда	—	—	—	266	—	194
Соус №№ 540, 553, 554	—	—	—	100	—	75
Выход	—	—	—	366	—	269

[1] Масса кабачков, сваренных до полуготовности

[2] В числителе — масса сырого мяса нетто, в знаменателе — масса вареного мяса

[3] Масса каши рисовой рассыпчатой.

Кабачки очищают от кожицы, разрезают 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, разрезают 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 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

438. Тулма (голубцы — татарское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная свежая	163	130/120 [1]
Фарш		
говядина (котлетное мясо)	92	68
или баранина (котлетное мясо)	95	68
крупа рисовая	10	28 [2]
лук репчатый	24	20
масло сливочное или маргарин	7	7
Масса пассерованного лука	—	10
Масса фарша	—	105
Яйца	1/8 шт.	5
Масса полуфабриката	—	230
Маргарин	3	3
Соус		
лук репчатый	15	13
морковь	16	13
томатное пюре	13	13
масло сливочное или маргарин	7	7
сметана	32	32
соль	0,7	0,7
перец черный молотый	0,03	0,03
бульон	25	25
Масса соуса	—	75
Выход	—	250

[1] В числителе указана масса сырой капусты нетто, в знаменателе — масса вареной до полуготовности капусты.

[2] Масса рассыпчатого вареного риса

Кочаны капусты кладут в горячую воду, предварительно вырезав из них кочерыгу, варят, периодически снимая с кочанов верхние сварившиеся листы. Затем их разравнивают и утолщенные части листьев слегка отбивают. На лист капусты укладывают фарш, завертывают его, придавая изделиям цилиндрическую форму

Затем голубцы смазывают яйцами, кладут на смазанный жиром противень, обжаривают, заливают соусом и тушат 30—40 мин В конце тушения добавляют лавровый лист.

Для фарша говядину или баранину вместе с луком пропускают через мясорубку, добавляют сваренный в подсоленной воде рассыпчатый рис, мелко нарезанный пассерованный лук репчатый, соль, перец черный молотый и перемешивают

Для соуса мелко нарезанные лук репчатый и морковь пассеруют, кладут томатное пюре и продолжают пассерование еще 5—7 мин Затем добавляют бульон, сметану, соль, перец и варят до готовности

Отпускают тулму вместе с соусом, в котором она тушилась, по 2 шт на порцию

БЛЮДА ИЗ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ, ПЕРНАТОЙ ДИЧИ И КРОЛИКА

Для вторых блюд сельскохозяйственную птицу, пернатую дичь, кролика и изделия из них варят, припускают, жарят, тушат и запекают

При изготовлении блюд из кур, гусей и уток I категории жир для жаренья и поливки, предусмотренный рецептурой, не расходуется, при отпуске блюда поливают вместо масла сливочного или маргарина жиром и соком, выделившимся при жаренье

Указанные в рецептурах нормы пернатой дичи в штуках — 1, 1/2, 1/4, 1/5 и т д даны из расчета выхода готового изделия примерно 125, 100 и 75 г, исходя из средней массы дичи (табл 18 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из пернатой дичи»)

В помещенных ниже рецептурах указаны соусы и гарниры, хорошо сочетающиеся по вкусовым качествам с основным продуктом блюда Изделия можно отпускать с другими соусами и гарнирами, не предусмотренными в рецептуре, но имеющимися в соответствующих разделах Сборника

На гарнир дополнительно можно подавать огурцы, помидоры, яблоки, ягоды, маринованные овощи и фрукты в количестве 50—75 г (нетто) на порцию

Часть хлеба (2—3 г), предусмотренного для панировки котлет натуральных из птицы, дичи или кролика, можно заменить мукой пшеничной

Норма расхода соли, специй и зелени в рецептурах не указана, их следует вводить в следующем количестве соли и зелени петрушки или укропа 3—5 г (нетто), перца — 0,05 г и лаврового листа — 0,02 г на порцию.

439. Птица, дичь или кролик отварные с гарниром

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	260	179	208	143	155	107
или цыпленок	230	161	184	129	139	97
или бройлер-цыпленок	218	157	175	126	131	94
или индейка	234	172	186	137	140	103
или гусь	261	172	208	137	156	103
или утка	266	172	212	137	159	103
или фазан (шт)	1/3	1/3	1/4	1/4	1/6	1/6
или кролик	179	170	143	136	107	102
Лук репчатый	5	4	4	3	2,5	2
Петрушка (корень)	5	4	4	3	—	—
или сельдерей (корень)	6	4	4	3	—	—
	—	125	—	100	—	75
Масса вареной птицы или кролика						

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Гарнир №№ 463, 465, 466, 468, 470, 472, 477, 482, 493, 505	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 528, 538, 539		75	—	75	—	50
Выход:						
птицы, кролика	—	350	—	325	—	275
фазана	—	1/3 шт. +225	—	1/4 шт. +225	—	1/6 шт. +200

Обработанные тушки птицы перед варкой формуют, т е придают им 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 первонаачльное 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 коренья, 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 окорочек) на порцию Кроликов нарубают на 4—6 и более частей в зависимости от величины тушек и нормы выхода порции

При парционировании 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. Норма отходов при разрубе указана в табл 17 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из птицы сельскохозяйственной».

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

440. Птица или дичь под паровым соусом с грибами и рисом

Курица	260	179	208	143	155	107
или цыпленок	230	161	184	129	139	97
или бройлер-цыпленок	218	157	175	126	131	94
или индейка	234	172	186	137	140	103
или фазан (шт)	1/3	1/3	1/4	1/4	1/6	1/6
Масло сливочное	3	3	2	2	1	1
Масса вареной или припущенной птицы	—	125	—	100	—	75

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Грибы белые свежие	53	40	43	33	26	20
или грибы белые сушеные	15	15	12,5	12,5	7,5	7,5
или шампиньоны свежие	66	50	55	42	33	25
Масса готовых грибов	—	30	—	25	—	15
Гарнир №№ 465, 466	—	150	—	150	—	150
Соус № 538	—	100	—	75	—	75
Выход:						
птицы	—	405	—	350	—	315
фазана	—	1/3 шт. +280	—	1/4 шт. +250	—	1/6 шт. +240

Кур, цыплят, бройлеров-цыплят, фазанов припускают Индеек отваривают. Готовую птицу рубят на порции, бульон используют для изготовления соуса.

Подготовленные белые свежие грибы, отваривают в воде (25—30 мин), тщательно промытые сушеные грибы замачивают в течение 3—4 ч, затем в этой же воде варят 1,5—2 ч При использовании свежих шампиньонов их припускают. Отвар используют при припускании птицы.

При отпуске птицу гарнируют, сверху на нее кладут нарезанные готовые грибы и поливают паровым соусом Гарнир — рис отварной или припущенный.

441. Котлеты натуральные из филе птицы или дичи под соусом паровым с грибами

Курица	381	137	286	103	—	—
или бройлер-цыпленок	442	137	332	103	—	—
или фазан	1/4 шт.	114	1/5 шт.	85	—	—
или рябчик или куропатка серая	3/4 шт.	114	1/2 шт.	85	—	—
или куропатка белая	1/2 шт.	114	1/3 шт.	85	—	—
Кислота лимонная	0,1	0,1	0,1	0,1	—	—
Масло сливочное	7	7	5	5	—	—
Масса припущенной котлеты	—	100	—	75	—	—
Грибы белые свежие	26	20	—	—	—	—
или грибы белые сушеные	7,5	7,5	—	—	—	—
или шампиньоны свежие	33	25	—	—	—	—
Масса готовых грибов	—	15	—	—	—	—
Гренки № 704	—	15	—	15	—	—
Гарнир №№ 465, 466, 470, 477	—	100	—	100	—	—
Соус №№ 538, 539	—	100	—	75	—	—
Выход	—	330	—	265	—	—

Филе птицы или дичи 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 развертывают, перерезают в двух-трех местах сухожилия и вкладывают в надрез малое филе, которое покрывают развернутой частью большого филе

Подготовленные котлеты кладут в посуду с растопленным сливочным маслом, добавляют соль, лимонную кислоту, заливают наполовину бульоном и припускают под крышкой 12—15 мин

Подготовленные белые свежие грибы отваривают в воде (25—30 мин), тщательно промытые сушеные грибы замачивают в течение 3—4 ч, затем в этой же воде варят 1,5—2 ч При использовании свежих шампиньонов их припускают Отвар используют при припускании птицы

При отпуске котлету кладут на гренок, сверху укладывают нарезанные ломтиками грибы

442. Сациви из курицы или индейки (птица в ореховом соусе — грузинское национальное блюдо)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	325	224	216	149	—	—
или индейка	288	212	192	141	—	—
Масса готовой птицы	—	150	—	100	—	—
На соус						
Орехи грецкие	67	30	44	20	—	—
Масло сливочное	12	12	10	10	—	—
Лук репчатый	30	25	19	16	—	—
Мука пшеничная	3	3	2	2	—	—
Яйца (желток)	1/2 шт.	8	1/3 шт.	5,3	—	—
Чеснок	3	2,3	2	1,6	—	—
Уксус 3%-ный	10	10	7	7	—	—
Гвоздика	0,2	0,2	0,15	0,15	—	—
Корица	0,2	0,2	0,15	0,15	—	—
Перец красный молотый	0,5	0,5	0,3	0,3	—	—
Шафран	0,05	0,05	0,03	0,03	—	—
Уцхо-сунели (сушеная зелень для сациви)	0,2	0,2	0,15	0,15	—	—
Бульон куриный	100	100	70	70	—	—
Масса соуса	—	150	—	100	—	—
Выход	—	300	—	200	—	—

Подготовленную тушку курицы или индейки отваривают до полуготовности, жарят в жарочном шкафу и рубят на порционные куски (по 2 кусочка — филе и окорочек — на порцию).

Для соуса мелко нарезанный лук пассеруют на масле, добавляют муку и разводят бульоном Орехи измельчают, добавляют толченый чеснок, соль, шафран, перец, корицу, гвоздику, разводят небольшим количество бульона и вводят эту массу в кипящий бульон с луком Затем все протирают, добавляют прокипяченный уксус, уцхо-сунели и варят в течение 5 мин Яичные желтки растирают

в небольшом количестве охлажденного до 50° С соуса сациви, затем постепенно вводят их в горячий соус при непрерывном помешивании

Порционные куски птицы заливают горячим соусом сациви и охлаждают Подают вместе с соусом в холодном виде.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
443. Рагу из птицы, дичи, кролика или субпродуктов						
Курица	265	181	213	145	160	109
или цыпленок	261	181	209	145	157	109
или бройлер-цыпленок	240	171	192	137	145	103
или утка	300	192	240	154	180	115
или индейка	235	171	188	137	142	103
или гусь	318	208	256	167	191	125
или фазан	1/3 шт.	181	1/4 шт.	145	1/8 шт.	109
или кролик	176	167	140	133	105	100
или субпродукты птицы [1]	—	156	—	125	—	94
Маргарин столовый	5	5	4	4	3	3
Масса жареной птицы, дичи, кролика или субпродуктов	—	125	—	100	—	75
Картофель	133	100	193	145	213	160
Морковь	44	35	25	20	44	35
Репа	33	25	27	20	—	—
Петрушка (корень)	20	15	13	10	—	—
Томатное пюре	20	20	15	15	12	12
Лук репчатый	42	35	30	25	24	20
Маргарин столовый	10	10	8	8	7	7
Мука пшеничная	3	3	3	3	3	3
Масса гарнира и соуса	—	250	—	250	—	250
Выход	—	375	—	350	—	325

[1] Желудки и сердца — 50%, шеи и крылья — 50%.

Подготовленные тушки птицы и кролика, нарубленные на куски по 40—50 г, или обработанные субпродукты птицы (мелкие — целиком, а крупные — разрубленные на 2—3 части) обжаривают до образования поджаристой корочки Затем подготовленные продукты заливают горячим бульоном или водой в количестве 20—30% от массы набора продуктов, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 30—40 мин Бульон, оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус красный основной (рец № 528), которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют обжаренные нарезанные кубиками картофель, морковь, репу (предварительно бланшированную), петрушку, лук и тушат 15—20 мин. Отпускают рагу вместе с соусом и гарниром

444. Птица или кролик, тушенные в соусе						
Курица	271	187	216	149	163	112
или цыпленок	267	187	213	149	160	112
или бройлер-цыпленок	246	177	196	141	147	106

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или утка	306	198	246	159	184	119
или индейка	241	177	192	141	144	106
или гусь	326	215	261	172	195	129
или кролик	179	170	143	136	107	102
Маргарин столовый	5	5	4	4	3	3
Масса жареной птицы или кролика	—	125	—	100	—	75
Гарнир №№ 465, 466, 470, 472, 474	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 528, 529, 530	—	125	—	100	—	75
Выход	–	400	—	350	—	300

Подготовленные тушки птицы (с 272) или кролика жарят, разрубают 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

	БРУТТО	НЕТТО
445. Цыплята, тушенные с морковью и репой		
Цыпленок	157	109/75 [1]
Мука пшеничная	4	4
Морковь	50	40
Репа	40	30
Лук репчатый	48	40
Сельдерей (корень)	15	10
Маргарин	15	15
Соус № 553	—	75
Масса гарнира и соуса	—	150
Выход	—	225

[1] В числителе указана масса цыпленка нетто, в знаменателе — масса тушеного цыпленка

Подготовленные овощи (морковь, репу, лук репчатый, сельдерей) нарезают соломкой Лук репчатый и морковь пассеруют Репу предварительно бланшируют, потом обжаривают Подготовленную тушку цыпленка нарубают на порции, панируют в муке и обжаривают на маргарине до образования корочки Обжаренного цыпленка кладут в сотейник, добавляют подготовленные овощи, немного воды, закрывают посуду крышкой и тушат до полуготовности, затем заливают соусом сметанным и доводят до готовности

Тушеного цыпленка отпускают с овощами и соусом, в котором они тушились. Это блюдо можно готовить в порционных горшочках.

	БРУТТО	НЕТТО
446. Жаркое из курицы по-русски		
Курица	276	81/125 [1]
Лук репчатый	100	80/40 [2]
Изюм	10,2	10
Орехи (ядро)	7	7
Соус № 554	—	100
Кулинарный жир	15	15
Петрушка (зелень)	4	3
Выход	—	280

[1] В числителе указана масса курицы нетто, в знаменателе — масса тушеной курицы

[2] В числителе указана масса лука нетто, в знаменателе — масса лука пассерованного

Подготовленную тушку курицы нарубают кусками по 30—40 г и обжаривают до полуготовности, кладут в горшочек, добавляют пассерованный репчатый лук, нарезанный полукольцами, заливают соусом сметанным с томатом и тушат. В конце тушения добавляют рубленые орехи, подготовленный изюм, специи.

Отпускают жаркое в горшочке, посыпав рубленой зеленью петрушки

447. Филе индейки, фаршированное яблоками и черносливом		
Индейка	220	90 [1]
Яйца (для льезона)	1/4 шт	10
Мука пшеничная	10	10
Фарш		
яблоки свежие	29	20
чернослив	27	40/30 [2]
сахар	4	4
Масса фарша	—	50
Масса полуфабриката	—	160
Кулинарный жир	10	10
Масса жареного фаршированного филе	—	115
Яблоки маринованные	91	50
Горошек зеленый консервированный	31	20
Помидоры свежие	35	30
Выход	—	215

[1] Мякоть без кожи

[2] В числителе — масса припущенного чернослива, в знаменателе — масса чернослива без косточки

Подготовленные тушки индейки разделывают на мякоть без кожи. Филе индейки нарезают на порционные куски, отбивают, посыпают солью. На подготовленное филе кладут фарш, завертывают в виде конверта, смачивают в льезоне и панируют в пшеничной муке. Подготовленные изделия обжаривают с двух сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу.

Для фарша яблоки без кожицы и семенного гнезда нарезают соломкой и посыпают сахарным песком, подготовленный чернослив припускают, удаляют косточки, измельчают, соединяют с яблоками и перемешивают.

Подают филе с маринованными плодами, оформляют зеленью петрушки. На гарнир подают яблоки маринованные, зеленый горошек консервированный, помидоры свежие, нарезанные дольками или кружочками.

448. Жаркое из цыплят и субпродуктов кур

	БРУТТО	НЕТТО
Обработанные субпродукты кур	—	94
Маргарин для жарения	3	3
Маса готовых субпродуктов	—	50
Цыплята (*полуфабрикат-окорочка*)	—	58
Маргарин для жарения	3	3
Масса жареного окорочка	—	40
Картофель	115	70 [1]
Маргарин для жарения	5	5
Грибы шампиньоны	71	54
Масса вареных грибов	—	38
Лук репчатый	48	40
Маргарин	10	10
Масса пассерованного лука	—	20
Соус № 553	—	50
Сыр	11	10 [2]
Выход	—	250

[1] Масса вареного очищенного картофеля.
[2] Масса тертого сыра.

Обработанные субпродукты кур заливают горячей водой, варят 15 мин, нарезают ломтиками и обжаривают. Окорочка цыплят посыпают солью, перцем и обжаривают. Подготовленные шампиньоны отваривают, нарезают ломтиками, а репчатый лук — полукольцами, пассеруют. Вареный очищенный картофель нарезают ломтиками и обжаривают.

Готовые субпродукты, жареные окорочка, отварные нарезанные шампиньоны, обжаренный картофель, пассерованный лук укладывают в баранчик, заправляют соусом сметанным, посыпают тертым сыром и запекают

При отпуске посыпают мелко рубленной зеленью петрушки (2 г нетто на порцию)

449. Плов из птицы, дичи или кролика

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Курица	265	181	213	145	—	—
или цыпленок	261	181	209	145	—	—
или бройлер-цыпленок	240	171	192	137	—	—
или индейка	235	171	188	137	—	—
или утка	300	192	240	154	—	—
или гусь	318	208	256	167	—	—
или фазан	1/3 шт.	181	1/4 шт.	145	—	—
или рябчик или куропатка серая	3/4 шт.	167	2/3 шт.	133	—	—
или кролик	176	167	140	133	—	—
Маргарин столовый	20	20	15	15	—	—
Лук репчатый	24	20	18	15	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	25	20	19	15	—	—
Томатное пюре	10	10	10	10	—	—
Крупа рисовая	65	65	70	70	—	—
Масса тушеной птицы или кролика	—	125	—	100	—	—
Масса готового риса с овощами	—	200	—	20	—	—
Выход	—	325	—	300	—	—

Птицу, дичь или кролика рубят на порции (по одному куску), обжаривают до образования корочки, посыпают солью, перцем, кладут в посуду, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук, томатное пюре, заливают горячим бульоном или водой и дают закипеть (жидкость наливают из расчета нормы воды для приготовления рассыпчатой каши), затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения После этого посуду с пловом ставят на 40—50 мин в жарочный шкаф

450. Птица или кролик жареные

Курица	271	187	216	149	163	112
или цыпленок	267	187	213	149	160	112
или бройлер-цыпленок	246	177	196	141	147	106
или индейка	241	177	192	141	144	106
или утка	306	198	246	159	184	119
или гусь	326	215	261	172	195	129
или кролик	179	170	143	136	107	102
Сметана	5	5	3	3	2	2
Маргарин столовый	6	6	5	5	4	4
Масса жареной птицы или кролика	—	125	—	100	—	75
Масло сливочное	10	10	7	7	5	5
Гарнир №№ 463, 465, 466, 468, 474, 482, 493, 510	—	150	—	150	—	150
Выход	—	285	—	257	—	230

Подготовленные тушки птицы и кроликов солят, смазывают сметаной, кладут на противень или сковороду с жиром, разогретым до температуры 150—160° С, 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 (с 273)

При отпуске жареные птицу и кролика гарнируют, поливают мясным соком (с 222) 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
451. Гусь, утка фаршированные						
Гусь	326	215	261	172	195	129
или утка	306	198	246	159	184	119
Маргарин столовый	6	6	5	5	4	4
Картофель	207	155	207	155	207	155
или чернослив	133	150[1]	133	150[1]	133	150[1]
или яблоки	250	175	250	175	250	175
Сахар[2]	5	5	5	5	5	5
Масса фарша	—	150	—	150	—	150
Масса жареного изделия	—	275	—	250	—	225
Масло сливочное	10	10	7	7	5	5
Выход	—	285	—	257	—	230

[1] Масса вареного чернослива без косточки

[2] При фаршировании картофелем сахар не используется

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

	БРУТТО	НЕТТО
452. Утка, фаршированная картофелем и черносливом		
Утка	246	154
Фарш:		
картофель	333	250
Масса отжатого картофеля	—	125
масло сливочное или маргарин	5	5
молоко	26	25

	БРУТТО	НЕТТО
чернослив	40	45[1]
Масса фарша	—	195
Масса полуфабриката	—	349
Масса готовой утки	—	225
Масло сливочное или маргарин	20	20
Выход	—	245

[1] Масса набухшего чернослива без косточки.

Обработанную тушку утки фаршируют массой из протертого сырого, предварительно отжатого картофеля и чернослива без косточек, запекают в жарочном шкафу в течение 45—60 мин

Для фарша сырой очищенный картофель протирают, отжимают, заливают горячим молоком, добавляют соль, перец черный молотый, сливочное масло или маргарин, мелко рубленный чернослив, предварительно замоченный с удаленной косточкой

При отпуске фаршированную утку рубят на порции, поливают соком, выделившимся при запекании, и растопленным маслом или маргарином

453. Котлеты по-киевски

Курица [1]	231	83+7 [2]
или филе куриное (полуфабрикат)	—	83+7 [2]
Масло сливочное	30	30
Яйца	1/4 шт.	10
Хлеб пшеничный	28	25
Масса полуфабриката	—	145+7[2]
Кулинарный жир	15	15
Масса жареных котлет	—	128+7[2]
Гарнир №№ 468, 475, 503, 511	—	150
Масло сливочное	10	10
Выход	—	288+7[2]

[1] Мякоть без кожи.
[2] Масса косточки

Подготовленное филе кур (рец № 441) 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 (рец № 704)

Гарниры — горошек зеленый отварной; картофель, жаренный во фритюре; сложный гарнир

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
454. Котлеты натуральные из филе птицы, дичи или кролика с гарниром						
Курица [1]	289	104	192	69	—	—
или бройлер-цыпленок [1]	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 № 704	—	20	—	20	—	—
Масло сливочное	7	7	5	5	—	—
Гарнир №№ 474, 510, 511	—	150	—	150	—	—
Выход	—	252	—	225	—	—

[1] Мякоть без кожи

Подготовленное филе птицы или дичи (рец № 441), или мякоть кролика жарят на масле непосредственно перед подачей При отпуске котлеты кладут на гренок, гарнируют и поливают маслом

Гарниры — картофель жареный (из сырого), сложный гарнир

455. Котлеты из филе птицы или дичи панированные жареные						
Курица	261	94	192	69	—	—
или бройлер-цыпленок	303	94	223	69	—	—
или фазан	1/4 шт.	94	1/6 шт.	69	—	—
или рябчик или куропатка серая	2/3 шт.	94	1/2 шт.	69	—	—
или глухарь	1/8 шт.	94	1/12 шт.	69	—	—
Хлеб пшеничный	22	20	17	15	—	—
Яйца	1/5 шт.	8	1/7 шт.	6	—	—
Масса полуфабриката	—	114	—	85	—	—
Масло сливочное	10	10	10	10	—	—
Масса жареного филе	—	100	—	75	—	—
Масло сливочное	10	10	5	5	—	—
Гарнир №№ 468, 474, 503, 506	—	150	—	150	—	—
Выход	—	260	—	230	—	—

Филе, зачищенное от пленок и сухожилий, смачивают в яйцах, панируют в белой панировке и жарят При отпуске гарнируют и поливают сливочным маслом

Гарниры — горошек зеленый отварной, картофель жареный (из сырого), сложный гарнир

Гарнир к этому блюду можно подавать в корзиночках (рец № 709)

456. Птица, дичь или кролик по-столичному

	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
То же из кролика	—	153
Масло сливочное	20	20
Масса жареного филе	—	130
Масло сливочное	10	10
Гарнир №№ 468, 475, 503, 506	—	150
Выход	—	290

[1] Мякоть без кожи

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 (рец № 709)

457. Кролик по-любительски

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кролик	190	133	143	100	—	—
Шпик	41	39	29	28	—	—
Лук репчатый	60	50	48	40	—	—
Маргарин столовый	10	10	8	8	—	—
Масса жареного кролика	—	100	—	75	—	—
Масса жареного шпика	—	35	—	25	—	—
Масса жареного лука	—	25	—	20	—	—
Масло сливочное	10	10	7	7	—	—
Гарнир №№ 465, 466	—	150	—	150	—	—
Соус Южный или соус Острый	15	15	10	10	—	—
Выход	—	335	—	287	—	—

Для этого блюда используют мякоть, снятую со спинной части кролика или *задних ножек (окорочков)* Приготовляют и отпускают так же, как и шашлык из говядины (рец № 384)

Гарниры — рис отварной или припущенный

	БРУТТО	НЕТТО
458. Кролик в маринаде		
Кролик	143	136
Морковь	6	5
Петрушка (корень)	7	5
Масса вареного кролика	—	100
Маринад		
морковь	19	10
петрушка (корень)	20	10
лук репчатый	36	30
репа	40	30
томатное пюре	15	15
масло растительное	10	10
сахар	5	5
уксус 3%-ный	30	30
Масса готового маринада	—	100
Выход	—	200

Подготовленный кролик нарубают на порционные куски и варят с добавлением моркови, корня петрушки, соли и специй Куски вареного кролика кладут в посуду, заливают маринадом и тушат до готовности, затем охлаждают

Для маринада подготовленные лук репчатый, морковь, петрушку (корень), бланшированную репу нарезают соломкой, обжаривают на растительном масле с добавлением томатного пюре, затем подливают немного бульона от варки кролика, добавляют уксус, перец и кипятят 15—20 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар.

Отпускают кролика вместе с маринадом, можно посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа

459. Цыплята-табака (грузинское национальное блюдо)		
Цыплята	414	280
Масло сливочное	18	18
Сметана	5	5
Масса жареного цыпленка [1]	—	200
Соус ткемали	50	50
или чеснок	26	20
вода кипяченая	30	30
Выход	—	250

[1] Указанная масса готового цыпленка может быть увеличена в соответствии с фактической массой получаемых тушек, но не более 250 г

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 или в кеци (глиняной сковороде) под прессом Жареного цыпленка украшают зеленью Отдельно подают соус ткемали или чеснок, толченый с солью и разведенный холодной водой.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
460. Котлеты рубленые из птицы, дичи или кролика с гарниром						
Курица [1]	231	111	154	74	77	37
или индейка [1]	227	111	151	74	76	37
или фазан	1/4 шт.	111	1/6 шт.	74	1/12 шт.	37
или рябчик или куропатка серая	3/4 шт.	111	1/2 шт.	74	1/4 шт.	37
или тетерев	1/4 шт.	111	1/6 шт.	74	1/12 шт.	37
или кролик	159	111	106	74	53	37
Хлеб пшеничный	27	27	18	18	9	9
Молоко или вода	39	39	26	26	13	13
Внутренний жир	4	4	3	3	2	2
Сухари	15	15	10	10	5	5
или хлеб пшеничный	28	25	22	20	11	10
Масса полуфабриката	—	188	—	125	—	63
Маргарин столовый	10	10	5	5	3	3
Масса жареных котлет	—	150	—	100	—	50
Гарнир №№ 463, 468, 472, 474, 503, 506	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 528		50	—	50	—	50
или маргарин столовый	10	10	8	8	5	5
Выход.						
с соусом	—	350	—	300	—	250
с маргарином	—	310	—	258	—	205

По I колонке можно готовить котлеты из мякоти без кожи в соответствии с нормами закладки сырья (табл 23).

Мясо птицы или кролика нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку вместе с внутренним жиром Измельченное мясо соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, кладут соль, молотый перец, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают Готовую котлетную массу порционируют, панируют в сухарях или белой панировке (хлеб можно нарезать в виде соломки или кубиков), формуют котлеты, которые затем обжаривают с обеих сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу

Из кур можно приготовить котлеты (фуршет) по 5—6 шт на порцию

По I колонке вместо молока можно использовать сливки

Гарниры — каши рассыпчатые, горошек зеленый отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из сырого), сложный гарнир

Соус — красный основной

461. Биточки рубленые из птицы, дичи или кролика паровые под белым соусом с рисом						
Курица [1]	308	111	206	74	103	37
или индейка [1]	271	111	180	74	90	37
или фазан	1/4 шт.	111	1/6 шт.	74	1/12 шт.	37
или рябчик или куропатка серая	3/4 шт.	111	1/2 шт.	74	1/4 шт.	37

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
или глухарь	1/8 шт.	111	1/12 шт.	74	1/24 шт.	37
или кролик	159	111	106	74	53	37
Хлеб пшеничный	27	27	18	18	9	9
Молоко или вода	39	39	26	26	13	13
Внутренний жир	4	4	3	3	2	2
Масса полуфабриката	—	170	—	114	—	57
Масло сливочное	3	3	2	2	1	1
Масса припущенных биточков	—	150	—	100	—	50
Гарнир №№ 465, 466, 472, 505	—	150	—	150	—	150
Соус №№ 538, 539	—	100	—	75	—	50
Выход	—	400	—	325	—	250

[1] Мякоть без кожи.

Готовую котлетную массу (рец. № 460) разделывают на биточки (1—3 шт. на порцию), припускают 15—20 мин

Гарниры — рис отварной или припущенный, пюре картофельное, сложный гарнир

Соусы — паровой, белый с яйцом.

По I колонке вместо молока можно использовать сливки.

462. Котлеты рубленые из кур, кролика, запеченные с соусом молочным

Курица [1]	231	111	154	74	77	37
или кролик	159	111	106	74	53	37
Хлеб пшеничный	27	27	18	18	9	9
Молоко или вода	39	39	26	26	13	13
Внутренний жир	6	6	4	4	2	2
Масса котлетной массы	—	172	—	115	—	57
Фарш						
Соус № 552	—	75	—	50	—	25
Масло сливочное	15	15	10	10	5	5
Сыр	9,8	9	6,5	6	3,3	3
Масса полуфабриката	—	270	—	180	—	90
Масса запеченных котлет	—	210	—	140	—	70
Гарнир №№ 468, 470	—	150	—	250	—	150
Соус №№ 528, 529	—	50	—	50	—	50
Выход	—	410	—	340	—	270

[1] Мякоть с кожей.

Котлеты кладут на смазанный жиром противень или сковороду, в середине по длине котлеты делают углубление, заполняют его густым молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом и запекают При отпуске котлеты гарнируют, соус подливают сбоку

По I колонке вместо молока можно использовать сливки

Гарниры — горошек зеленый отварной, картофель отварной

Соусы — красный основной, красный с вином

ГАРНИРЫ

ГАРНИРЫ ДЛЯ ГОРЯЧИХ БЛЮД

Гарниры повышают питательную ценность блюд, разнообразят их вкус, дают возможность красиво оформить блюдо, то есть сделать его привлекательным, аппетитным и тем самым повысить усвояемость пищи 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. Макаронные изделия используют для гарниров отварными, бобовые — отварными и в виде пюре

Широкое применение находят овощные гарниры Для их приготовления используют разнообразные свежие, соленые, квашеные, маринованные, отварные, припущенные, жареные, запеченные и тушеные овощи

Особое место в кулинарии занимают гарниры из картофеля Вкусовые качества этого продукта делают его почти универсальным гарниром В зависимости от вкусовых особенностей и от вида тепловой обработки основного продукта картофель подвергают различной кулинарной обработке — варке, жаренью, тушению

Гарниры можно подразделить на простые, состоящие из какого-то одного продукта (картофельное пюре, каша, макароны отварные и т п), и сложные Обычно сложные гарниры состоят из двух-трех различных продуктов (морковь или свекла припущенные или отварные, горошек или фасоль отварные или другие продукты в различных сочетаниях)

В данном разделе приведен ассортимент наиболее часто используемых гарниров В качестве гарнира можно также использовать отдельные овощные и крупяные блюда, рецептуры которых приведены в соответствующих разделах Сборника

Рецептуры гарниров для горячих мясных, рыбных и холодных блюд даны на 1000 г выхода Норма гарнира на порцию принята 150 г В зависимости от пищевой ценности гарнира эта норма может быть уменьшена до 50 г или увеличена до 200 г Так, например, тушеную капусту и другие тушеные овощи можно отпускать по 200 г на порцию, а рассыпчатые каши — по 100 г

Дополнительно на гарнир можно подать свежие, соленые или маринованные овощи (огурцы, помидоры, капусту и др) и плоды консервированные по 25, 50, 75 г массой нетто на порцию

Для приготовления гарнира в основном рекомендуется использовать маргарин столовый, в некоторых рецептурах используется жир животный топленый пищевой, масло сливочное В случае, если гарниры употребляются к блюдам, к которым по вкусовым качествам указанные в рецептурах виды жиров неприемлемы, можно использовать и другие жиры, при этом следует руководствоваться табл 26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд»

Способы приготовления большинства гарниров не описываются, их готовят так же, как блюда из этих продуктов в соответствующих разделах Сборника

Для крупяных гарниров указана масса каши, которая рассчитывается по данным табл 4 «Количество крупы, жидкости, соли, расходуемое на приготовление каш» раздела «Блюда из круп» (с 149)

В рецептурах указан жир для приготовления рассыпчатых и вязких каш, часть которого используется при варке каши (50%), оставшийся жир (50%) добавляют в готовую кашу

ГАРНИРЫ ИЗ КРУП, БОБОВЫХ И МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
463. Каша рассыпчатая						
Масса каши	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
464. Каша вязкая						
Масса каши	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
465. Рис отварной				
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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
466. Рис припущенный						
Крупа рисовая	340	340	345	345	350	350
Бульон или вода	—	715	—	725	—	735
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	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 (с. 150). Остальные 50% жира добавляют в готовую кашу.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
467. Рис припущенный с томатом						
Крупа рисовая	340	340	345	345	350	350
Бульон или вода	—	655	—	665	—	675
Маргарин столовый для пассерования томатного пюре	5	5	5	5	5	5
Томатное пюре	60	60	60	60	60	60
Маргарин столовый	55	55	40	40	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Приготавливают так же, как рис припущенный (рец. № 466), в конце варки добавляют пассерованное в течение 10—15 мин томатное пюре.

468. Бобовые отварные						
1-й вариант						
Масса отварных бобовых № 270	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
2-й вариант						
Горошек зеленый свежий быстрозамороженный	1033	950[1]	1043	960[1]	1054	970[1]
или горошек зеленый консервированный	1462	950	1477	960	1492	970
или фасоль стручковая консервированная	1583	950	1600	960	1617	970
или кукуруза сахарная консервированная	1583	950	1600	960	1617	970
или кукуруза свежая в початках молочной спелости	5051	2879	5104	2909	5156	2939
или горох овощной (лопатка) свежий или фасоль овощная (лопатка) свежая	1200	1080	1212	1091	1224	1102
Масса отварной кукурузы, гороха, фасоли	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса отварного горошка зеленого свежего.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
469. Макаронные изделия отварные						
Масса отварных макаронных изделий № 273	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

ГАРНИРЫ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И ОВОЩЕЙ

470. Картофель отварной						
Картофель	1305	979	1320	990	1333	1000
или картофель молодой	1264	1011	1276	1021	1290	1032
Масса картофеля вареного	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
471. Картофель в молоке						
Картофель	1173	880	1187	890	1200	900
Молоко	300	300	300	300	300	300
Маргарин столовый или масло сливочное	40	40	30	30	20	20
Мука пшеничная	5	5	5	5	5	5
Выход	—	1000	—	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

472. Пюре картофельное						
Картофель	1107	830	1127	845	1140	855
Молоко	158	150[1]	158	150[1]	158	150[1]
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса кипяченого молока. При отсутствии молока можно на 10 г увеличить норму закладки жира.

473. Картофель жареный (из вареного)

	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

474. Картофель жареный (из сырого)

	БРУТТО	НЕТТО
Картофель брусочками, ломтиками, дольками, кубиками	1932	1449
Жир животный топленый пищевой, или кулинарный жир, или масло растительное	100	100
Выход	—	1000

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.

475. Картофель, жаренный во фритюре

	БРУТТО (1-й вариант)	НЕТТО (1-й вариант)	БРУТТО (2-й вариант)	НЕТТО (2-й вариант)
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

476. Крокеты картофельные

	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 очищенного вареного

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 приготовляют в форме шарика, груши, столбика (3—4 шт на порцию) и жарят в большом количестве жира 5—7 мин.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
477. Овощи отварные с жиром						
Морковь	1291	1033	1304	1043	1318	1054
или капуста белокочанная (ранняя)	1320	1056	1334	1067	1348	1078
или капуста белокочанная свежая	1291	1033	1304	1043	1318	1054
или капуста цветная	2031	1056	2052	1067	2073	1078
или брюссельская (кочанчики)	1720	1118	1737	1129	1755	1141
или кольраби	1625	1056	1642	1067	1658	1078
или спаржа	1479	1080	1495	1091	—	—
или тыква	1636	1145	1653	1157	1670	1169
Масса отварных овощей	—	950	—	960	—	970
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45	35	35
Выход	—	1000	—	1000	—	1000
478. Овощи, припущенные с жиром						
Морковь	1250	1000	1278	1022	1291	1033
или репа	1333	1000	1363	1022	1377	1033
или брюква	1282	1000	1310	1022	1324	1033
или тыква	1583	1108	1619	1133	1636	1145
или кабачки	1760	1179	1799	1205	1818	1218
Масса припущенных овощей	—	920	—	940	—	950
Маргарин столовый или масло сливочное	60	60	45	45	35	35
Сахар	15	15	15	15	15	15
Мука пшеничная	15	15	15	15	15	15
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Овощи нарезают дольками или кубиками, затем кладут в посуду слоем не более 5 см и припускают в небольшом количестве мясного бульона или воды с добавлением жира

При приготовлении овощей с соусом припущенные овощи заправляют соусом молочным и прогревают При использовании моркови в соус добавляют сахар в количестве 3 г на порцию.

	БРУТТО	НЕТТО
479. Овощи в молочном соусе (1-й вариант)		
Морковь	271	217/200 [1]
Картофель	275	206/200 [1]
Горошек зеленый консервированный	154	100
или горошек зеленый быстрозамороженный	109	109/100 [1]
или кукуруза свежая в початках молочно-восковой спелости	532	303/100 [1]
Капуста белокочанная	278	222/200 [1]
Соус № 549	—	340
Выход	—	1000

[1] В числителе указана масса овощей нетто, в знаменателе — масса припущенных или вареных овощей.

Способ приготовления см. в рец. № 208.

480. Морковь, тушенная в сметанном соусе		
Морковь	1125	980
Маргарин столовый или масло сливочное	25	25
Сахар	10	10
Соус № 553	—	200
Выход	—	1000

Морковь очищают, моют, нарезают кубиками и припускают с жиром, добавляют соус сметанный и тушат до готовности 10—15 мин

481. Морковь, тушенная с черносливом или яблоками		
Морковь	1063	850
Маргарин столовый или масло сливочное	50	50
Чернослив	178	267/200 [1]
или яблоки	286	200
Сахар	25	25
Выход	—	1000

[1] В числителе указана масса вареного чернослива с косточкой, в знаменателе — масса вареного чернослива без косточки.

Морковь, нарезанную кубиками или дольками, припускают в небольшом количестве воды с добавлением жира до полуготовности. Чернослив заливают водой и варят до полуготовности, после чего удаляют косточки. В морковь кладут подготовленный чернослив или яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, нарезанные кубиками или ломтиками, добавляют сахар и тушат до готовности 12—15 мин.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
482. Капуста тушеная						
Капуста белокочанная свежая	1250	1000	1313	1050	1433	1146
или квашеная [1]	1200	840	1286	900	1429	1000
Жир животный топленый пищевой	60	60	45	45	35	35
Морковь	50	40	50	40	25	20
Лук репчатый	95	80	71	60	48	40
Петрушка (корень)	27	20	27	20	—	—
Томатное пюре	100	100	80	80	60	60
Уксус 3%-ный [2]	30	30	30	30	30	30
Мука пшеничная	12	12	12	12	12	12
Сахар	30	30	30	30	30	30
Перец черный горошком	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2
Лавровый лист	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Можно приготовить капусту тушеную с фасолью, при этом фасоль расходуется в количестве 200 г на указанный выход, а закладка капусты уменьшается наполовину.

[2] При использовании капусты квашеной уксус из рецептуры исключается и увеличивается закладка сахара на 20 г.

Способ приготовления см в рец № 210.

483. Капуста жареная

Капуста белокочанная свежая	1666	1333
или брюссельская	2198	1429
или кольраби	2748	1786
Маргарин столовый или масло сливочное	40	40
Выход	—	1000

Капусту белокочанную нарезают шашками, кольраби — кружочками, брюссельскую и цветную капусту разбирают на отдельные кочешки Капусту варят в кипящей подсоленной воде в течение 5—10 мин, затем обжаривают и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 3—5 мин.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
484. Свекла тушеная						
Свекла	1138	910	1163	930	1188	950
Маргарин столовый	48	48	33	33	23	23
Уксус 3%-ный	30	30	30	30	30	30
Сахар	15	15	15	15	15	15
Соус № 537	—	240	—	240	—	240
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Предварительно очищенную, сваренную свеклу нарезают кубиками, прогревают с жиром, заправляют уксусом, сахаром, соусом белым и тушат 10—15 мин.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
485. Свекла, тушенная в сметанном соусе						
Свекла	1138	930	1163	930	1188	950
Маргарин столовый	25	25	10	10	—	—
Сахар	15	15	15	15	15	15
Соус № 553 (II колонка)	—	250	—	250	—	250
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Способ приготовления см в рец № 484

486. Рагу овощное (1-й вариант)

Картофель	267	200
Морковь	228/182 [1]	124
Тыква	171	120
или кабачки	179	120
Петрушка (корень)	51/38 [1]	24
Капуста цветная	196/102 [1]	92
Горошек зеленый консервированный	123	80
Лук репчатый	238/200 [1]	100
Соус № 528	—	300
Кулинарный жир	40	40
Чеснок	4	3
Перец черный горошком	0,2	0,2
Лавровый лист	0,08	0,08
Выход	—	1000

487. Рагу овощное (2-й вариант)

Картофель	267	200
Морковь	199/159 [1]	108
Петрушка (корень)	51/38 [1]	24
Лук репчатый	143/120 [1]	60
Репа	215/161 [1]	124
или брюква	206/161 [1]	124
Капуста белокочанная свежая	150/120 [1]	108
Кулинарный жир	40	40
Соус № 528	—	300
Тыква	171	120
или кабачки	179	120
Чеснок	4	3
Перец черный горошком	0,2	0,2
Лавровый лист	0,08	0,08
Выход	—	1000

[1] В графе брутто в числителе указана масса продуктов брутто, в знаменателе — масса продуктов нетто.

	БРУТТО	НЕТТО
488. Лук маринованный		
Лук репчатый	1054	885
Уксус 3%-ный	100	100
Масло растительное	50	50
Соль	15	15
Лавровый лист	0,5	0,5
Перец черный горошком	0,2	0,2
Гвоздика или корица	0,2	0,2
Выход	—	1000

Лук репчатый режут кольцами Уксус и растительное масло наливают в посуду, туда же кладут нарезанный лук, сахар, соль, специи и, помешивая, нагревают до температуры 75—80° С. Затем лук быстро охлаждают

489. Лук, жаренный во фритюре		
Лук репчатый	3500	2940
Мука пшеничная	60	60
Кулинарный жир	150	150
Выход	—	1000

Лук репчатый режут кольцами, посыпают мукой, встряхивают от лишней муки. В подготовленный фритюр (разогретый до 160—180° С) кладут лук и жарят 1—1,5 мин.

490. Помидоры жареные		
Помидоры свежие	1867	1587
Маргарин столовый	60	60
или масло растительное	50	50
Выход	—	1000

Подготовленные помидоры разрезают на две половинки, солят и жарят на жире

591. Тыква, кабачки, баклажаны жареные		
Тыква	1786	1250
или кабачки	1866	1493
или баклажаны	1349	1282
Мука пшеничная	50	50
Масло растительное	60	60
Выход	—	1000

Способ приготовления указан в рец № 236.

	БРУТТО	НЕТТО
492. Грибы в сметанном соусе		
Грибы белые свежие	1214	923
или шампиньоны свежие	1974	1500
или грибы белые сушеные	300	300
или грибы белые маринованные или соленые (в банках)	1231	923
или сморчки свежие	1429	1200
Маргарин столовый	40	40
Масса готовых грибов	—	600
Соус № 553	—	400
Выход	—	1000

Способ приготовления указан в рец. № 238

493. Яблоки печеные		
Яблоки	1714	1200
Сахар	35	35
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10
Выход	—	1000

Яблоки (лучше антоновские) очищают от кожицы, разрезают на 4—6 частей и удаляют семенное гнездо Яблоки укладывают на смазанную маслом сковороду, посыпают сахаром и запекают в жарочном шкафу 10—12 мин

ГАРНИРЫ СЛОЖНЫЕ

Гарнир сложный состоит из двух, трех, четырех и более различных продуктов

Ниже приведены отдельные варианты сложных гарниров, причем указанные сочетания продуктов не обязательны, они могут меняться в зависимости от возможностей предприятия и спроса потребителей, однако общая норма выхода гарнира (150 г на порцию) должна сохраняться. К рекомендуемым гарнирам сверх установленной нормы можно подавать свежие, соленые или маринованные овощи (огурцы, помидоры, капусту и др. в количестве 50—75 г нетто на порцию), а также плоды маринованные (25—50 г нетто на порцию)

При составлении сложных гарниров следует подбирать продукты, сочетающиеся по вкусу и окраске Подбор сложного гарнира требует особого внимания повара, так как при его изготовлении необходимо учитывать не только вкусовые сочетания гарнира и основного продукта, но и всех составных частей самого гарнира При оформлении блюд не следует класть рядом гарнир одинаковый по цвету, поскольку это ухудшает внешний вид блюда Нельзя допускать примерно таких сочетаний картофель и макароны отварные, зеленый горошек и фасоль стручковая и т. п

В приведенных вариантах сложных гарниров указана масса готовых, заправленных продуктов Расход продуктов на их приготовление рассчитывается по соответствующим рецептурам для каждого вида гарнира

494. 1-й вариант	
Картофель отварной, пюре или жареный	75
Капуста или свекла тушеная	75
Выход	150

495. 2-й вариант

Картофель жареный или пюре	75
Горошек зеленый или фасоль стручковая отварные	75
Выход	150

496. 3-й вариант

Картофель жареный	75
Репа, брюква, морковь, припущенные или в молочном соусе	75
Выход	150

497. 4-й вариант

Морковь или свекла припущенные или отварные	75
Горошек или фасоль отварные	75
Выход	150

498. 5-й вариант

Морковь, тушенная с яблоками или черносливом	75
Картофель отварной, пюре или жареный	75
Выход	150

499. 6-й вариант

Овощи в молочном соусе	75
Картофель жареный	75
Выход	150

500. 7-й вариант

Кабачки или баклажаны жареные	75
Морковь припущенная или в молочном соусе	75
Выход	150

501. 8-й вариант

Картофель тушеный или картофельное пюре	75
Морковь или свекла, тушенная в сметанном соусе	75
Выход	150

502. 9-й вариант

Свекольное или морковное пюре	75
Горошек зеленый или стручки фасоли отварные	75
Выход	150

503. 10-й вариант

Капуста цветная, брюссельская или спаржа	75
Картофель жареный	75
Выход	150

504. 11-й вариант

Картофель жареный	50
Морковь, тушенная с яблоками или черносливом	50
Горошек, фасоль отварные	50
Выход	150

505. 12-й вариант

Овощи припущенные или в молочном соусе	50
Горошек зеленый консервированный	50
Картофель отварной или пюре	50
Выход	150

506. 13-й вариант

Картофель жареный	50
Грибы в сметанном соусе	50
Морковь или свекла припущенные	50
Выход	150

507. 14-й вариант

Фасоль или горох с томатом и луком	50
Морковь, свекла, репа или брюква отварные	50
Капуста отварная	50
Выход	150

508. 15-й вариант

Картофель жареный или картофельное пюре	50
Свекла или морковь, тушенная в сметанном соусе	50
Горошек зеленый или фасоль стручковая	50
Выход	150

509. 16-й вариант

Овощи в молочном соусе	100
Помидоры свежие	50
Выход	150

510. 17-й вариант

Капуста цветная отварная	50
Морковь, тушенная с яблоками	30
Горошек зеленый	30
Картофель жареный	40
Выход	150

511. 18-й вариант

Картофель жареный	50
Кольраби отварная	40
Салат из краснокочанной капусты	30
Горошек зеленый или фасоль стручковая отварные	30
Выход	150

512. 19-й вариант

Помидоры свежие	20
Горошек зеленый	40
Морковь или свекла припущенные	50
Яблоки печеные	40
Выход	150

ГАРНИРЫ ДЛЯ ХОЛОДНЫХ БЛЮД

В качестве гарниров к холодным блюдам используют винегреты, салаты и отдельные наборы из овощей и плодов в различных сочетаниях

Для салатов и винегретов картофель, морковь, свеклу, огурцы режут мелкими кубиками или ломтиками, капусту, салат, лук — соломкой Если каждый из указанных видов овощей подают на гарнир отдельно, то в этом случае их режут мелкими кубиками, соломкой, ломтиками или применяют фигурную нарезку

Гарниры для холодных блюд приведены на 1000 г выхода готового продукта Норма гарнира на порцию — 50—100 г

Ниже приведены варианты гарниров, причем указанные сочетания продуктов не обязательные, они могут изменяться в зависимости от возможностей предприятия и спроса потребителей При отсутствии отдельных продуктов, указанных в вариантах, их можно заменять другими, но общая норма выхода должна сохраниться

ГАРНИРЫ ИЗ ОВОЩЕЙ

513. 1-й вариант

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Морковь	38	38	25	25
Масса готовой моркови [1]	—	30	—	20
Картофель	41	41	28	28
Масса готового картофеля [1]	—	30	—	20
Огурцы соленые (неочищенные)	33	30	22	20
или помидоры соленые (в бочковой таре)	33	30	22	20
Горошек зеленый консервированный	46	30	31	20
Желе мясное или рыбное № 574	—	15	—	10
Заправка для салатов № 572	—	15	—	10
Выход	—	150	—	100

[1] Здесь и далее приводится масса вареных очищенных овощей

514. 2-й вариант

Огурцы свежие (неочищенные)	63	60	42	40
Помидоры свежие	71	60	47	40
Салат зеленый	42	30	28	20
Выход	—	150	—	100

515. 3-й вариант

Салат из капусты	—	75	—	50
Огурцы свежие (неочищенные)	79	75	53	50
или помидоры свежие	88	75	59	50
Выход	—	150	—	100

516. 4-й вариант

Морковь	38	38	25	25
Масса готовой моркови	—	30	—	20
Огурцы соленые (неочищенные)	33	30	22	20
Горошек зеленый консервированный	23	15	15	10
Картофель	62	62	41	41

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса готового картофеля	—	45	—	30
Майонез [1] или соус № 564	—	30	—	20
Выход	—	150	—	100

[1] Используется майонез промышленного производства

517. 5-й вариант

Огурцы свежие (неочищенные)	32	30	21	20
Помидоры свежие	35	30	24	20
Салат зеленый	21	15	14	10
Картофель	62	62	41	41
Масса готового картофеля	—	45	—	30
Морковь	38	38	25	25
Масса готовой моркови	—	30	—	20
Выход	—	150	—	100

518. 6-й вариант

Капуста цветная	96	50	63	33
или спаржа	70	51	47	34
Масса готовой капусты или спаржи	—	45	—	30
Помидоры свежие	71	60	47	40
Фасоль овощная (лопатка) свежая	38	34	26	23
или горох овощной (лопатка) свежий	38	34	26	23
Масса готовой фасоли или гороха	—	30	—	20
Сельдерей листовой	18	15	12	10
или салат зеленый	21	15	14	10
Выход	—	150	—	100

519. 7-й вариант

Огурцы маринованные	—	—	55	30
Яблоки или груши маринованные	—	—	55	30
Салат зеленый	—	—	14	10
Желе мясное или рыбное № 574	—	—	—	30
Выход	—	—	—	100

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
520. 8-й вариант						
Яблоки маринованные	109	60	73	40	36	20
Сливы маринованные	109	60	73	40	36	20
Виноград маринованный	60	30	40	20	20	10
Выход	—	150	–	100	—	50

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
521. 9-й вариант				
Огурцы маринованные	55	30	36	20
Помидоры свежие	53	45	35	30
Фасоль стручковая консервированная	50	30	33	20
или горошек зеленый консервированный	46	30	31	20
Желе мясное или рыбное № 574	—	30	—	20
Салат зеленый	21	15	14	10
Выход	—	150	—	100

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
522. 10-й вариант						
Огурцы свежие (очищенные)	125	100	94	75	63	50
или огурцы свежие (неочищенные)	105	100	79	75	53	50
или огурцы соленые (очищенные)	125	100	94	75	63	50
или огурцы соленые (неочищенные)	111	100	83	75	56	50
или огурцы маринованные	182	100	136	75	91	50
или помидоры свежие	118	100	88	75	59	50
или помидоры соленые	111	100	83	75	56	50
или редис красный обрезной без ботвы (очищенный от кожицы)	133	100	100	75	67	50
или редис белый с ботвой (очищенный от кожицы)	200	100	150	75	100	50
или лук зеленый	125	100	94	75	63	50
или лук репчатый	—	—	—	—	60	50
или лук маринованный	182	100	136	75	91	50
или грибы соленые	122	100	91	75	61	50
Выход	—	100	—	75	—	50

ГАРНИРЫ ИЗ ОВОЩЕЙ К СЕЛЬДИ И ОТВАРНОЙ РЫБЕ

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
523. 1-й вариант				
Картофель	82	82	55	55
Масса готового картофеля	—	60	—	40
Свекла	57	57	38	38
Масса готовой свеклы	—	45	—	30
Морковь	38	38	25	25
Масса готовой моркови	—	30	—	20
Лук репчатый	18	15	12	10
или лук зеленый	19	15	13	10
Выход	—	150	—	100
524. 2-й вариант				
Картофель	62	62	41	41
Масса готового картофеля	—	45	—	30
Морковь	57	57	38	38
Масса готовой моркови	—	45	—	30
Огурцы свежие (неочищенные)	47	45	32	30
или помидоры свежие	53	45	35	30
Лук зеленый	19	15	13	10
или лук репчатый	18	15	12	10
Выход	—	150	—	100
525. 3-й вариант				
Картофель	62	62	41	41
Масса готового картофеля	—	45	—	30
Огурцы соленые (неочищенные)	50	45	33	30
Свекла	38	38	26	26
Масса готовой свеклы	—	30	—	20
Лук зеленый [1]	19	15	13	10
Лук репчатый	18	15	12	10
Выход	—	150	—	100

[1] При отсутствии лука зеленого или других овощей увеличивают норму закладки других продуктов, предусмотренных рецептурой

526. 4-й вариант				
Яйца вареные	1/2 шт	20	1/2 шт	20
Огурцы соленые (неочищенные)	44	40	22	20
Лук зеленый [1]	19	15	13	10

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	18	15	12	10
Картофель	41	41	27	27
Масса готового картофеля	—	30	—	20
Морковь	38	38	25	25
Масса готовой моркови	—	30	—	20
Выход	—	150	—	100

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

Соусы подразделяются на две группы — горячие и холодные

В зависимости от исходных продуктов различают горячие соусы на мясном и рыбном бульонах, грибном отваре, сметанные, молочные и яично-масляные. К холодным соусам относятся майонез, соусы овощные, заправки и желе В группу соусов включены смеси масляные, соусы сладкие и сиропы

Соусы на мясном бульоне подразделяются на красные и белые На рыбном бульоне, так же как и на мясном, готовят соусы красного и белого цвета

По технологии приготовления различают соусы основные и производные от них. Производный соус готовят из основного с добавлением в него различных продуктов

В рецептурах основных соусов предусмотрены потери в размере 2,5—3%, имеющие место при приготовлении на их основе производных соусов

Норма вложения продуктов дана из расчета на 1 кг готового соуса; расход соли, перца и лаврового листа в рецептурах не указан

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.

При замене одних продуктов другими руководствуются данными, приведенными в табл 26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд»

В рецептурах указывается кислота лимонная, которая может быть заменена соком лимона, из расчета· 1 г кислоты лимонной заменяется 8 г сока лимонного, получаемого из 20 г лимона. Кислоту лимонную растворяют в теплой кипяченой воде (1 5) и вводят в готовый соус. Вино вводят в готовый соус. Вино наливают в нагретую посуду, которую закрывают крышкой, дают вскипеть и быстро вливают его в соус

Готовый процеженный соус заправляют маргарином или маслом сливочным, которые кладут кусочками массой 3—5 г, и тщательно промешивают до полного соединения масла с соусом Затем соус нагревают до температуры 80—85° С, но не кипятят, иначе масло выделится на поверхность соуса Заправка жиром повышает калорийность, улучшает вкус и консистенцию соуса, делает его более однородным

СОУСЫ МЯСНЫЕ КРАСНЫЕ

Ассортимент соусов мясных красных довольно разнообразен. Для их приготовления во всех случаях используют соус красный основной или пасту соусную промышленного производства

Соус красный приготовляют на коричневом мясном бульоне и муке пшеничной, поджаренной до светло-коричневого цвета (красная пассеровка), с добавлением томатного пюре, лука, кореньев и специй Муку пшеничную для соусов красных поджаривают без жира

Для приготовления производных соусов в соус красный основной добавляют лук, грибы, огурцы соленые, вино, горчицу и другие продукты, которые придают им своеобразный вкус и обусловливают их название

527. Бульон коричневый

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Кости пищевые [1]	1000	1000	750	750	500	500
Вода	1500	1500	1500	1500	1500	1500
Морковь	15	12	15	12	15	12
Лук репчатый	14	12	14	12	14	12
Петрушка (корень)	16	12	16	12	16	12
или сельдерей (корень)	18	12	18	12	18	12
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Кости говяжьи, бараньи, телячьи, свиные, птицы и дичи (рябчиков, куропаток, глухарей)

Сырые кости, промытые и нарубленные на куски длиной 5—7 см, жарят на противне в жарочном шкафу при 160—170° С с добавлением моркови, петрушки, лука репчатого, нарезанных на куски произвольной формы

Кости бараньи, телячьи, свиные, птицы и дичи обжаривают 30—40 мин, говяжьи — 1—1,5 ч, переворачивая их Когда кости приобретут светло-коричневый цвет, обжаривание прекращают, а жир, выделившийся из костей, сливают.

Обжаренные кости с подпеченными кореньями и луком репчатым кладут в котел, заливают горячей водой и варят 5—6 ч при слабом кипении, периодически удаляя жир и пену

В бульон коричневый для улучшения его качества можно добавить мясной сок, полученный после обжаривания мясных продуктов Для этого на противень, на котором обжаривались мясные продукты, наливают немного бульона мясного или воды и кипятят 2—3 мин Готовый бульон процеживают

528. Соус красный основной

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Бульон коричневый № 527	—	1000	—	1000	—	1000
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	30	30	25	25	20	20
Мука пшеничная	50	50	50	50	50	50
Томатное пюре	200	200	150	150	100	100
Морковь	100	80	100	80	100	80
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Петрушка (корень)	27	20	20	15	—	—
Сахар	25	25	20	20	15	15
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Нарезанные лук, морковь, петрушку пассеруют с жиром, добавляют томатное пюре и продолжают пассерование еще 10—15 мин.

Просеянную пшеничную муку пассеруют при температуре 150—160° С, периодически помешивая, в наплитной посуде или на противне в жарочном шкафу слоем не более 4 см до приобретения светло-коричневого цвета.

Охлажденную до 70—80° С 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, 30 г соответственно по I, II, III колонкам)

Подают соус к блюдам из котлетной массы, субпродуктов, сосискам, сарделькам, отварным копчениям

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
529. Соус красный с вином						
Соус красный основной № 528	—	900	—	925	—	—
Вино[1]	100	100	75	75	—	—
Маргарин столовый	70	70	50	50	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

[1] Используются вина типа мадеры, муската, малаги, портвейна.

В готовый соус красный основной добавляют подготовленное вино (с. 306) 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

530. Соус луковый						
Соус красный основной № 528	—	800	—	850	—	900
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200
Маргарин столовый	45	45	38	38	30	30
Уксус 9%-ный	75	75	70	70	65	65
Маргарин столовый	30	30	20	20	20	20
Выход	—	1000	—	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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
531. Соус красный с луком и огурцами						
Соус красный основной № 528	—	800	—	850	—	900
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200
Маргарин столовый	45	45	38	38	30	30
Уксус 9%-ный	75	75	70	70	65	65
Соус Южный	50	50	30	30	20	20
Маргарин столовый	30	30	20	20	20	20
Огурцы маринованные	182	100	127	70	91	50
или огурцы соленые	—	—	117	70	83	50
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Мелко нарезанный лук пассеруют, добавляют уксус, перец черный горошком кипятят 5—7 мин, соединяют с соусом красным основным, варят 10—15 мин добавляют соус Южный, мелко нарезанные припущенные маринованные или соленые огурцы, очищенные от кожицы и семян Соус заправляют маргарином.

Соус можно приготовить и без добавления соуса Южный.

Подают соус к блюдам из отварного и жареного мяса и к рубленым изделиям из мяса.

532. Соус красный с кореньями (для тушеного мяса)						
Соус красный основной № 528	—	800	—	800	—	800
Морковь	125	100	188	150	250	200
Лук репчатый	89	75	119	100	119	100
Лук порей	66	50	—	—	—	—
Репа	53	40	67	50	93	70
или брюква	51	40	64	50	90	70
Петрушка (корень)	40	30	27	20	13	10
или сельдерей (корень)	44	30	29	20	15	10
Жир животный топленый пищевой	45	45	45	45	45	45
или кулинарный жир						
Горошек зеленый консервированный	46	30	46	30	31	20
Фасоль стручковая консервированная	50	30	33	30	—	—
Вино [1]	100	100	50	50	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Используются вина типа мадеры, муската, малаги, портвейна

Овощи и лук нарезают дольками или брусочками, пассеруют, соединяют с соусом красным основным, добавляют душистый перец горошком и варят 10—15 мин В конце варки кладут зеленый горошек, нарезанные стручки фасоли, соус доводят до кипения и добавляют подготовленное вино (с 306) Соус можно готовить и без вина.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
533. Соус красный с кореньями (для тефтелей)						
Соус красный основной № 528	—	800	—	850	—	900
Морковь	100	80	125	100	188	150
Лук репчатый	119	100	119	100	95	80
или лук порей	132	100	132	100	—	—
Петрушка (корень)	27	20	13	10	—	—
или сельдерей (корень)	29	20	15	10	—	—
Перец сладкий свежий	67	50	53	40	40	30
Жир животный топленый пищевой	40	40	36	36	30	30
или кулинарный жир	100	100	50	50	—	—
Вино [1]						
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Используются вина типа мадеры, муската, малаги, портвейна

Овощи и лук нарезают тонкой соломкой, пассеруют. Затем соединяют с готовым соусом красным основным, добавляют душистый перец горошком и варят 10—15 мин, в конце варки добавляют подготовленное вино (с 306) Соус можно готовить и без вина

534. Соус красный с луком и грибами (охотничий)						
Соус красный основной № 528	—	750	—	800	—	—
Лук репчатый	238	200	179	150	—	—
Грибы белые свежие или шампиньоны свежие	197	150	132	100	—	—
или грибы белые сушеные	41	41	27	27	—	—
Жир животный топленый пищевой или кулинарный жир	45	45	38	38	—	—
Вино (белое сухое)	100	100	75	75	—	—
Петрушка (зелень)	14	10	14	10	—	—
Эстрагон	29	10	29	10	—	—
Маргарин столовый	30	30	20	20	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	—

Мелко нарезанный лук слегка пассеруют Грибы свежие, предварительно припущенные до готовности, или грибы сушеные вареные нарезают тонкой соломкой и вместе с луком жарят 3—5 мин Затем поджаренные лук и грибы, перец черный горошком кладут в соус красный основной и варят 10—15 мин В конце варки в соус добавляют подготовленное белое сухое вино (с 306), нарезанную зелень петрушки и эстрагона и заправляют маргарином Соус можно готовить и без вина

Подают соус к жареной дичи, натуральным жареным котлетам и другим блюдам из мяса

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
535. Соус красный кисло-сладкий						
Соус красный основной № 528	—	750	—	850	—	900
Чернослив	107	120[1]	80	90[1]	62	70[1]
Изюм	51	50	41	40	31	30
Орехи грецкие	111	50	—	—	—	—
Вино (красное сухое)	50	50	—	—	—	—
Уксус 9%-ный	—	—	30	30	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареного чернослива без косточки

Сухофрукты перебирают и моют Чернослив варят в небольшом количестве воды и освобождают от косточки 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 (с 306) или уксус Подают соус к блюдам из отварного, тушеного мяса и птицы.

СОУСЫ БЕЛЫЕ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ

Соус белый основной приготовляют на бульоне мясном, соединенном с пассерованной на жире мукой и овощами

Бульон для белых соусов варят из пищевых костей. Кроме того, используют бульоны, полученные при варке говядины, птицы и других мясных продуктов

536. Бульон						
Кости пищевые[1]	1000	1000	750	750	500	500
Вода	1400	1400	1400	1400	1400	1400
Лук репчатый	14	12	14	12	14	12
Морковь	15	12	15	12	15	12
Петрушка (корень)	16	12	16	12	16	12
или сельдерей (корень)	18	12	18	12	18	12
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Используют только кости говяжьи, телячьи и птицы

Кости, промытые и нарубленные на куски длиной 5—7 см (у позвоночных костей удаляют костный мозг), заливают холодной водой, доводят до кипения, удаляют пену и варят при слабом кипении в течение 3—4 ч, периодически удаляя жир За 40—60 мин до окончания варки в бульон кладут овощи Готовый бульон процеживают

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
537. Соус белый основной						
Бульон № 536	—	1100	—	1100	—	1100
Маргарин столовый	50	50	50	50	50	50
Мука пшеничная	50	50	50	50	50	50
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Петрушка (корень)	40	30	27	20	13	10
или сельдерей (корень)	44	30	29	20	15	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

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, 30 г соответственно по I, II, III колонкам).

Соус белый основной подают к блюдам из отварного и припущенного мяса и птицы

538. Соус паровой

Соус белый основной № 537	—	900	—	950	—	1000
Вино (белое сухое)	100	100	50	50	—	—
Кислота лимонная	1	1	1	1	1,5	1,5
Маргарин столовый или масло сливочное	70	70	50	50	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В соус белый основной добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения и вливают подготовленное вино (с 306) 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.

539. Соус белый с яйцом

Соус белый основной № 537	—	800	—	900	—	1000
Яйца (желтки)	4 шт.	64	3 шт.	48	2 шт.	32
Маргарин столовый или масло сливочное	100	100	75	75	50	50
Кислота лимонная	1	1	1	1	1	1

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Мускатный орех	1	1	1	1	1	1
Сливки или бульон	100	100	75	75	50	50
Выход	—	1000	—	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, с такой же температурой, тертый мускатный орех, кислоту лимонную, соль

Подают соус к отварным и припущенным блюдам из телятины, птицы и дичи.

540. Соус томатный

Бульон № 536	—	500	—	700	—	900
Маргарин столовый	25	25	35	35	45	45
Мука пшеничная	25	25	35	35	45	45
Морковь	50	40	63	50	75	60
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Петрушка (корень)	40	30	27	20	—	—
Томатное пюре	500	500	350	350	250	250
Маргарин столовый	25	25	20	20	15	15
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Мелко нарезанные коренья, лук пассеруют, добавляют томатное пюре, продолжают пассерование еще 15—20 мин, соединяют с белым соусом (рец. № 537) и варят 25—30 мин В конце варки добавляют соль, сахар, перец черный горошком Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов. При использовании его как самостоятельного соус заправляют кислотой лимонной (0,5 г) и жиром (70, 50, 30 г соответственно по I, II, III колонкам) По I и II колонкам можно добавить вино белое сухое 100 и 75 г соответственно

Подают соус к блюдам из жареного мяса, субпродуктов (мозгов) и овощей.

541. Соус томатный с грибами

Соус томатный № 540	—	700	—	800	—	900
Лук репчатый	238	200	179	150	119	100
Грибы белые свежие или шампиньоны свежие или грибы белые сушеные	197	150	158	120	118	90
	41	41	32	32	24	24
Маргарин столовый	20	20	15	15	10	10
Вино (белое сухое)	100	100	50	50	—	—
Чеснок	4	3	4	3	4	3
Маргарин столовый или масло сливочное	40	40	30	30	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Мелко нарезанный лук слегка пассеруют, добавляют припущенные до полуготовности и нарезанные ломтиками свежие или сушеные вареные грибы и продолжают жарить 3—5 мин Затем соединяют с томатным соусом и варят 10—15 мин В конце варки кладут измельченный чеснок, вливают подготовленное вино (с 306) и заправляют маргарином или маслом сливочным Соус можно готовить и без вина

Подают соус к блюдам из отварного, жареного мяса и птицы, изделиям из котлетной массы

СОУСЫ НА БУЛЬОНЕ РЫБНОМ

На бульоне рыбном готовят преимущественно белые соусы, которые используют только для рыбных блюд

Их основой являются бульон рыбный и мука пшеничная, пассерованная до светло-кремового цвета на жире или без жира (сухая пассеровка)

В эти соусы добавляют петрушку, сельдерей, лук репчатый, кислоту лимонную, виноградное сухое вино и другие продукты

Бульон рыбный варят из рыбных пищевых отходов. Кроме того, для приготовления соусов используют бульоны, получаемые при варке и припускании рыбы, для которой эти соусы предназначены

542. Бульон рыбный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Пищевые рыбные отходы (головы, кости, плавники)	1000	1000	750	750	500	500
Вода	1250	1250	1250	1250	1250	1250
Петрушка (корень)	16	12	16	12	16	12
или сельдерей (корень)	18	12	18	12	18	12
Лук репчатый	14	12	14	12	14	12
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Обработанные головы, кости, плавники рыб заливают холодной водой и быстро доводят до кипения, снимают пену и жир, добавляют овощи, уменьшают нагрев и варят 50—60 мин при медленном кипении Готовый бульон процеживают

543. Соус белый основной

Бульон рыбный № 542	—	1100	—	1100	—	1100
Маргарин столовый	50	50	50	50	50	50
Мука пшеничная	50	50	50	50	50	50
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Петрушка (корень)	40	30	27	20	13	10
или сельдерей (корень)	44	30	29	20	15	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Этот соус готовят так же, как белый основной на мясном бульоне (рец. № 537), подают его к блюдам из отварной и припущенной рыбы.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
544. Соус паровой						
Соус белый основной № 543	—	900	—	950	—	1000
Вино (белое сухое)	100	100	50	50	—	—
Кислота лимонная	1	1	1	1	1,5	1,5
Маргарин столовый или масло сливочное	70	70	50	50	30	30
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Приготавляют так же, как соус паровой на мясном бульоне (рец № 538) Подают соус к блюдам из отварной и припущенной рыбы

	БРУТТО	НЕТТО
545. Соус белый (для запекания рыбы)		
Бульон рыбный № 542	—	1100
Маргарин столовый	50	50
Мука пшеничная	50	50
Выход	—	1000

Муку, слегка пассерованную на жире, разводят бульоном, проваривают при слабом кипении 15—20 мин, солят и процеживают

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
546. Соус — белое вино						
Соус белый основной № 543	—	800	—	900	—	—
Вино (белое сухое)	100	100	75	75	—	—
Яйца (желтки)	4 шт.	64	3 шт.	48	—	—
Маргарин столовый или масло сливочное	100	100	75	75	—	—
Кислота лимонная	1	1	1	1	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	

В готовый соус белый основной добавляют подготовленное вино (с 306), охлаждают до 75—80° С Затем при непрерывном помешивании вводят яичные желтки, проваренные с кусочками сливочного масла (рец № 539), заправляют кислотой лимонной и солят

Подают соус к блюдам из отварной и припущенной рыбы

547. Соус томатный						
Бульон рыбный № 542	—	500	—	700	—	900
Маргарин столовый	25	25	35	35	45	45
Мука пшеничная	25	25	35	35	45	45
Морковь	50	40	63	50	75	60

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Лук репчатый	48	40	36	30	24	20
Петрушка (корень)	40	30	27	20	13	10
Томатное пюре	500	500	350	350	250	250
Маргарин столовый	25	25	20	20	15	15
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Этот соус приготовляют так же, как соус томатный на мясном бульоне (рец № 540)

Соус томатный служит основой для приготовления производного соуса. При использовании его как самостоятельного соус заправляют кислотой лимонной (0,5 г) и жиром (70, 50, 30 г соответственно по I, II, III колонкам)

По I и II колонкам можно добавить вино белое сухое 100 и 75 г соответственно

Подают соус к блюдам из отварной, припущенной, жареной рыбы и рыбной котлетной массы

548. Соус томатный с овощами

Соус томатный № 547	—	700	—	800	—	900
Морковь	175	140	188	150	225	180
Лук репчатый	167	140	143	120	119	100
Петрушка (корень)	80	60	53	40	27	20
Маргарин столовый	50	50	40	40	30	30
Вино (белое сухое)	100	100	50	50	—	—
Кислота лимонная	0,5	0,5	0,5	0,5	1	1
Маргарин столовый или масло сливочное	40	40	30	30	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Морковь, петрушку и лук репчатый режут мелкими кубиками и пассеруют. Затем соединяют с соусом томатным, добавляют перец черный горошком, варят 10—15 мин, в конце приготовления добавляют лавровый лист, вливают подготовленное вино (с 306), добавляют кислоту лимонную и заправляют маргарином или маслом сливочным Соус можно готовить и без вина

Подают соус к блюдам из отварной, припущенной, жареной рыбы и рыбной котлетной массы

СОУСЫ МОЛОЧНЫЕ

Соусы молочные готовят на цельном молоке или молоке, разведенном бульоном или водой, с добавлением пшеничной муки, пассерованной до светло-кремового цвета на масле сливочном.

В зависимости от использования соусы молочные приготовляют различной консистенции жидкие, средней густоты и густые Жидкие соусы используют при отпуске овощных, крупяных и других блюд, соусы средней густоты — для запекания мяса, рыбы, овощей и для заправки отварных овощей (моркови, репы и др), густые — для фарширования.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
549. Соус молочный (для подачи к блюду)						
Молоко	1000	1000	750	750	500	500
Масло сливочное	50	50	50	50	55	55
Мука пшеничная	50	50	50	50	55	55
Бульон или вода	—	—	250	250	500	500
Сахар	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	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 лукэм» 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, 150 г и масла сливочного — 25, 20. 15 г соответственно по I, II, III колонкам на 100 г выхода соуса).

Подают соус к котлетам натуральным и к жареному мясу.

550. Соус молочный (сладкий)						
Молоко	1000	1000	750	750	500	500
Масло сливочное	40	40	40	40	45	45
Мука пшеничная	40	40	40	40	45	45
Вода	—	—	250	250	500	500
Сахар	120	120	100	100	80	80
Ванилин	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В соус молочный жидкий, приготовленный, как указано в рец. № 549, добавляют сахар и ванилин, предварительно растворенный в горячей кипяченой воде

Подают соус к пудингам, запеканкам, крупяным и овощным блюдам

551. Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)						
Молоко	1000	1000	750	750	500	500
Масло сливочное	100	100	100	100	110	110
Мука пшеничная	100	100	100	100	110	110
Бульон или вода	—	—	250	250	500	500
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Соус молочный средней густоты приготовляют так же, как указано в рец. № 549 Для улучшения вкуса и эластичности в соус можно добавить сырые яичные желтки 2—3 шт на 1 кг соуса

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
552. Соус молочный густой (для фарширования)						
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 приготовляют так же, как соус молочный (рец № 549) Используют его для фаршированных блюд из птицы, дичи и др

СОУСЫ СМЕТАННЫЕ

Соусы сметанные готовят из сметаны с добавлением муки пшеничной и масла сливочного или маргарина (натуральные) и из сметаны с добавлением соуса белого, приготовленного на бульоне (мясном, рыбном) или овощном отваре Соусы сметанные, приготовленные на бульоне мясном или овощном отваре, используют для мясных, рыбных и овощных блюд, а соусы сметанные на бульоне рыбном — только для рыбных блюд

553. Соус сметанный						
Сметана	1000	1000	500	500	250	250
Масло сливочное	50	50	—	—	—	—
Мука пшеничная	50	50	50	50	75	75
Бульон или отвар	—	—	500	500	750	750
Масса белого соуса	—	—	—	500	—	750
Выход	—	1000	—	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

Для приготовления соуса сметанного с добавлением соуса белого (II и III колонки) в горячий соус белый кладут прокипяченную сметану, соль, варят 3—5 мин, процеживают и доводят до кипения

Подают соус к мясным, овощным и рыбным блюдам или используют для приготовления грибных горячих закусок, для запекания грибов, рыбы, мяса и овощей

554. Соус сметанный с томатом						
Сметана	1000	1000	—	—	—	—
Масло сливочное	50	50	—	—	—	—
Мука пшеничная	50	50	—	—	—	—

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Томатное пюре	100	100	100	100	100	100
Соус сметанный № 553	—	—	—	1000	—	1000
Выход	—	1000	—	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° С пассеровку разводят горячей сметаной, по II и III колонкам томатное пюре уваривают до половины первоначального 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.

555. Соус сметанный с томатом и луком

Соус сметанный № 553	—	800	—	850	—	900
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200
Масло сливочное или маргарин столовый	30	30	25	25	20	20
Томатное пюре	100	100	100	100	100	100
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Мелко нарезанный лук пассеруют, добавляют томатное пюре и пассеруют еще 5—7 мин, затем соединяют с соусом сметанным и дают прокипеть

Соус используют для приготовления тефтелей и блюд из овощей

556. Соус сметанный с хреном

Соус сметанный № 553	—	800	—	800	—	800
Хрен (корень)	313	200	313	200	313	200
Масло сливочное или маргарин столовый	20	20	15	15	10	10
Уксус 9%-ный	75	75	75	75	75	75
Выход	—	1000	—	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.

СОУСЫ ГРИБНЫЕ

Соусы грибные готовят на отваре из грибов сушеных. В соус кладут готовые грибы, нарезанные в виде соломки или мелко рубленные.

Соус грибной подают к картофельным, крупяным блюдам — котлетам, биточкам, запеканкам, рулетам и т п Его можно подавать также к мясным биточкам, котлетам и др

Соусы грибные можно готовить на масле растительном, топленом или сливочном

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
557. Соус грибной						
Грибы сушеные	40	40	30	30	20	20
Вода	—	860	—	920	—	980
Отвар грибной	—	750	—	800	—	850
Маргарин столовый	38	38	40	40	43	43
Мука пшеничная	38	38	40	40	43	43
Лук репчатый	357	300	298	250	238	200
Маргарин столовый	30	30	25	25	20	20
Масло сливочное	30	30	—	—	—	—
или маргарин столовый	—	—	20	20	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Готовят отвар грибной (с. 63).

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.

558. Соус грибной с томатом						
Соус грибной № 557	—	875	—	900	—	950
Томатное пюре	140	140	110	110	80	80
Маргарин столовый	14	14	11	11	8	8
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Томатное пюре пассеруют с жиром и соединяют с готовым соусом грибным.

СОУСЫ ЯИЧНО-МАСЛЯНЫЕ

В состав яично-масляных соусов входит большое количество масла, яиц и других питательных продуктов

Для приготовления соусов вместо масла сливочного можно использовать маргарин столовый

Подают яично-масляные соусы к отварной рыбе, некоторым видам овощей и крупяным блюдам

559. Соус польский						
Масло сливочное	700	700	325	325	215	215
Яйца	8 шт.	320	6 шт.	240	4 шт.	160
Петрушка (зелень) или укроп (зелень)	27	20	27	20	27	20
Кислота лимонная	2	2	2	2	2	2
Бульон рыбный	—	—	450	450	650	650

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное	—	—	25	25	35	35
Мука пшеничная	—	—	25	25	35	35
Масса соуса белого	—	—	—	450	—	650
Выход	—	1000	—	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 и III колонкам в приготовленный соус белый добавляют масло сливочное, мелко нарезанные крутые яйца, соль, кислоту лимонную и зелень.

Подают соус к блюдам из нежирной отварной рыбы

560. Соус голландский

Яйца (желтки)	12 шт.	192	8 шт.	128	4 шт,	64
Масло сливочное	600	600	400	400	200	200
Вода	100	100	70	70	50	50
Масса соуса яично-масляного	—	800	—	500	—	250
Мука пшеничная	15	15	38	38	56	56
Масло сливочное	15	15	38	38	56	56
Бульон или отвар	200	200	500	500	750	750
Масса соуса белого	—	200	—	500	—	750
Лимон	160	67	—	—	—	—
или кислота лимонная	—	—	1	1	1	1
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В желтки, смешанные с холодной кипяченой водой, кладут кусочки масла сливочного (1/3 часть) и проваривают смесь на водяной бане, непрерывно помешивая до загустения (температура 75—80° G). Затем вливают тонкой струйкой оставшуюся часть растопленного масла сливочного и после полного соединения его с желтками смешивают с соусом белым, солят, заправляют соком лимонным или кислотой лимонной и процеживают

Подают соус к блюдам из отварных овощей и рыбы

В «Соус голландский с уксусом» вместо сока лимонного или кислоты лимонной используют уксус 9%-ный (50 г) и 1 г крупно дробленного перца черного горошком на 1000 г выхода готового соуса по всем трем колонкам. При этом перец черный горошком заливают уксусом, добавляют холодную воду, яичные желтки и далее готовят, как описано выше

561. Соус сухарный

Масло сливочное	900	900	800	800	700	700
Сухари пшеничные	200	200	300	300	400	400
Лимон	160	67	—	—	—	—
Кислота лимонная	—	—	2	2	2	2
Выход	—	1000	—	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.

СМЕСИ МАСЛЯНЫЕ

Смеси масляные используют для приготовления и оформления бутербродов, мясных и рыбных блюд.

К смесям масляным относят масло зеленое, килечное, селедочное, раковое, пасту сырную, желтковую, пасту из брынзы

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	Масло зеленое		Масло килечное		Масло селедочное	
562. Масло зеленое, или килечное, или селедочное						
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) [1]	—	—	—	—	521	250
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Нормы закладки даны на кильку (в банках) при разделке на филе (мякоть), сельдь неразделанную соленую среднюю при разделке на филе (мякоть).

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 бифштексам, антрекотам, к рыбе жареной.

Масло килечное. Филе килек протирают, тщательно перемешивают с маслом сливочным, формуют 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.

563. Паста сырная						
Сыр голландский, или швейцарский	—	—	598	550	870	800
или степной, или костромской, или сыры плавленные, или копченые	—	—	573	550	833	800
Масло сливочное	—	—	500	500	250	250
Перец красный молотый	—	—	3	3	3	3
Выход	—	—	—	1000	—	1000

Зачищенный сыр натирают, соединяют с маслом сливочным, добавляют красный перец, протирают и взбивают до образования пышной массы Пасту можно готовить без перца

Используют сырную пасту для приготовления бутербродов.

СОУСЫ ХОЛОДНЫЕ

Соусы холодные подают к холодным блюдам из рыбы, мяса, птицы, дичи, овощей К этим соусам относятся майонез, хрен с уксусом, хрен со сметаной, а также овощные маринады и заправки для салатов, сельди

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
564. Соус майонез [1]						
Масло растительное	750	750	563	563	375	375
Яйца (желтки)	6 шт.	96	4½ шт.	72	3 шт.	48
Горчица столовая	25	25	25	25	25	25
Сахар	20	20	20	20	20	20
Уксус 3%-ный	150	150	—	—	—	—
Бульон	—	—	—	300	—	500
Уксус 9%-ный	—	—	50	50	50	50
Мука пшеничная	—	—	25	25	50	50
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Готовят только при отсутствии майонеза промышленного производства

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, приготавливаемый по II и III колонкам, 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)

	I		II		III	
565. Соус майонез со сметаной						
Майонез [1]	670	670	470	470	245	245
Сметана	350	350	550	550	775	775
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Здесь и далее в рецептурах используют майонез промышленного производства

В майонез добавляют сметану и перемешивают

Подают соус к холодным блюдам из мяса, рыбы, а также используют для заправки салатов

	БРУТТО	НЕТТО
566. Соус майонез с желе (банкетный)		
Майонез	410	410
Желе мясное или рыбное № 574	600	600
Выход	—	1000

Желе мясное или рыбное распускают до жидкого состояния, добавляют в майонез и на холоде взбивают до полузагустевшего состояния

Используют соус для оформления блюд из рыбы, мяса, птицы и др

	БРУТТО	НЕТТО
567. Соус майонез с корнишонами		
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

568. Соус майонез с хреном		
Майонез	820	820
Хрен (корень)	313	200
Выход	—	1000

В майонез добавляют ошпаренный и охлажденный мелко натертый хрен

Подают соус к холодным блюдам из рыбы, к рыбе фаршированной, студню, отварным мясным продуктам

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант		3-й вариант	
569. Соус хрен						
Хрен (корень)	547	350	469	300	469	300
Уксус 9%-ный	—	—	250	250	250	250
Свекла	—	—	255	200[1]	—	—
Сметана	650	650	—	—	—	—
Сахар	15	15	20	20	20	20
Соль	15	15	20	20	20	20
Вода (кипяток)	—	—	250	250	450	450
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Масса вареной очищенной свеклы.

По первому варианту в сметану добавляют натертый хрен и заправляют солью и сахаром. По второму и третьему вариантам 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.

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
570. Маринад овощной с томатом						
Морковь	438	350	625	500	750	600
Лук репчатый	298	250	238	200	179	150
или лук порей	329	250	263	200	—	—
Петрушка (корень)	67	50	—	—	—	—
или сельдерей (корень)	74	50	—	—	—	—
Томатное пюре	300	300	200	200	150	150
Масло растительное	100	100	100	100	100	100
Уксус 3%-ный	300	300	300	300	300	300
Сахар	35	35	30	30	25	25
Бульон рыбный или вода	100	100	100	100	120	120
Выход	—	1000	—	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

571. Маринад овощной без томата						
Морковь	688	550	875	700	1000	800
Лук репчатый	298	250	238	200	179	150
или лук порей	329	250	263	200	197	150
Петрушка (корень)	67	50	—	—	—	—
или сельдерей (корень)	74	50	—	—	—	—
Масло растительное	100	100	100	100	100	100
Уксус 3%-ный	500	500	500	500	500	500
Сахар	35	35	30	30	25	25
Крахмал картофельный	20	20	20	20	20	20
или мука пшеничная	30	30	30	30	30	30
Вода	40	40	40	40	40	40
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Нарезанные соломкой овощи пассеруют на масле растительном, добавляют уксус, душистый перец горошком, гвоздику, корицу и кипятят 15—20 мин В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар, разведенный холодной водой крахмал или муку и прогревают до загустения

572. Заправка для салатов						
Масло растительное	500	500	350	350	250	250
Уксус 3%-ный	500	500	650	650	750	750
Сахар	40	40	45	45	50	50
Перец черный молотый	2	2	2	2	2	2
Соль	20	20	20	20	20	20
Выход	—	1000	—	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

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
573. Заправка горчичная				
Масло растительное	300	300	400	400
Яйца (желтки)	3 шт	48	—	—
Горчица столовая	50	50	100	100
Уксус 3%-ный	550	550	450	450
Сахар	50	50	50	50
Соль	20	20	10	10
Перец черный молотый	1	1	2	2
Выход	—	1000	—	1000

Горчицу, соль, сахар, перец черный молотый и яичные желтки растирают, разводят уксусом, процеживают и заправляют маслом растительным Заправку горчичную, приготовленную по I и II колонкам, используют для салатов, а по III — для сельди

	1-й вариант		2-й вариант		3-й вариант	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
574. Желе мясное или рыбное						
Кости пищевые (говяжьи)	1000	1000	—	—	—	—
или пищевые рыбные отходы	1000	1000	—	—	—	—
или кожа свиная	—	—	600	600	—	—
Кожа, кости и чешуя рыбные	—	—	—	—	2000	2000
Масса бульона	—	1000	—	1000	—	1000
Желатин	40	40	—	—	—	—
Морковь	25	20	25	20	25	20
Лук репчатый	24	20	24	20	24	20
Петрушка (корень)	13	10	13	10	13	10
или сельдерей (корень)	15	10	15	10	15	10
Уксус 9%-ный	15	15	50	50	15	15
Яйца (белки)	3 шт.	72	3 шт.	72	$3^1/_2$ шт.	84
Лавровый лист	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3	0,3
Гвоздика	—	—	0,5	0,5	—	—
Перец черный горошком	—	—	0,5	0,5	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Варят бульон с добавлением кореньев 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, до бавляют остальные белки и вновь доводят до кипения Готовое желе проце живают

	БРУТТО	НЕТТО
575. Горчица столовая		
Горчица сухая (порошок)	290	290
Вода	490	490
Уксус 9%-ный	200	200
Сахар	45	45
Масло растительное	25	25
Соль	35	35
Корица	0,1	0,1
Гвоздика	0,1	0,1
Выход	—	1000

В горячую воду добавляют сахар, соль, корицу, гвоздику, лавровый лист и варят до полного растворения сахара и соли. Полученный отвар процеживают, охлаждают, после чего в него добавляют уксус и размешивают. Горчичный порошок просеивают, смешивают с отваром (50%)и тщательно растирают Массу периодически перемешивают В горчицу добавляют остальной отвар и масло растительное. Для того, чтобы горчица была хорошего качества необходимо дать ей созреть в течение суток Допускается приготовление горчицы столовой без корицы и гвоздики.

СОУСЫ СЛАДКИЕ И СИРОПЫ

Соусы сладкие и сиропы готовят из свежих, сушеных плодов и ягод, а также из повидла, джема Подают их к крупяным биточкам, запеканкам, пудингам, блюдам из свежих плодов и ягод, кремам, мороженому и др Кроме того, сиропы используются для приготовления безалкогольных коктейлей.

576. Соус земляничный, или малиновый, или вишневый		
Земляника (садовая), или малина, или вишня	600	510
Сахар	600	600
Выход	—	1000

Землянику, или малину, или вишню перебирают, удаляют плодоножку, промывают, у вишен удаляют косточки, пересыпают сахаром и оставляют в холодном месте на 2—3 ч для выделения сока, затем варят 15—20 мин Готовый соус охлаждают.

577. Соус абрикосовый		
Абрикосы свежие	599	515
или курага	110	110
Вода для кураги	400	400
Сахар	600	600
Выход	—	1000

Свежие абрикосы погружают на 30—40 с в кипяток, снимают с них кожицу, разрезают 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
578. Соус клюквенный						
Клюква	168	160	126	120	105	100
Сахар	160	160	120	120	100	100
Крахмал картофельный	30	30	30	30	30	30
Вода	800	800	850	850	900	900
Выход	—	1000	—	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

	БРУТТО	НЕТТО
579. Соус яблочный		
Яблоки свежие	256	225
Сахар	125	125
Крахмал картофельный	30	30
Корица молотая	1	1
Кислота лимонная	1	1
Вода	800	800
Выход	—	1000

Нарезанные ломтиками яблоки с кожицей (без семенного гнезда) заливают горячей водой и варят в течение 6—8 мин (в зависимости от сорта) в закрытой посуде до готовности Затем протирают до пюреобразной консистенции, соединяют с отваром, добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят предварительно разведенный охлажденным отваром крахмал, дают еще раз вскипеть В готовый соус кладут корицу Можно готовить соус без корицы

СЛАДКИЕ БЛЮДА

В состав сладких блюд включены свежие и быстрозамороженные плоды и ягоды, компоты, кисели, желе, муссы, самбуки, кремы, суфле, пудинги и др

Для их приготовления используют сахар, плоды, ягоды, орехи, различные плодово-ягодные соки, экстракты, сиропы, а также яйца, молоко, сливки, мучные и крупяные продукты

Ароматизирующими и вкусовыми веществами сладких блюд являются ванилин, корица, цедра плодов цитрусовых, кислота лимонная, кофе, какао, вино и т д

В качестве желирующих веществ для приготовления киселей, желе, кремов употребляют желатин, крахмал картофельный и реже кукурузный (маисовый). Красивые сочетания можно получить, заливая слоями разноцветные желированные блюда в формы, с поочередным охлаждением

ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ И БЫСТРОЗАМОРОЖЕННЫЕ

Плоды и ягоды свежие перед отпуском перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промывают проточной питьевой холодной водой

Подают плоды и ягоды натуральными или с сахаром, рафинадной пудрой, сиропом, молоком, сливками, сметаной

Плоды и ягоды быстрозамороженные поступают на предприятия общественного питания замороженными сухим способом (без сахара), замороженными в сахарном сиропе, а ягоды — также замороженными с сахаром

Для снижения количества хлорорганических пестицидов в яблоках и грушах, используемых для приготовления повидла, джема, варенья, их необходимо очищать от кожуры, содержащей основное количество пестицидов.

580. Малина или земляника с молоком, сметаной или сливками

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Малина или земляника (садовая)	147	125	118	100	88	75
Молоко	158	150[1]	158	150[1]	105	100[2]
или сметана	75	75	50	50	35	35
или сливки	125	125	100	100	75	75
или сливки взбитые № 614	—	40	—	30	—	20
Сахар или рафинадная пудра	25	25	20	20	15	15
Выход: с молоком	—	300	—	270	—	190
со сметаной	—	225	—	170	—	125
со сливками	—	275	—	220	—	165
со сливками взбитыми	—	165	—	130	—	95

[1] Масса молока кипяченого

[2] К сливкам взбитым сахар или рафинадную пудру не подают.

Подготовленную малину или землянику (садовую) кладут в вазочки или креманки

Сливки взбитые, или сахар, или рафинадную пудру подают на розетке, а кипяченое холодное молоко, или сметану, или сливки — в молочнике

581. Чернослив со сливками или сметаной взбитыми

	БРУТТО	НЕТТО
Чернослив	53	80 [1]/160
Сливки или сметана взбитые № 614	—	40
Выход	—	100

[1] Масса набухшего чернослива с косточкой

Перебранный и промытый чернослив заливают горячей водой и оставляют в ней до полного набухания и остывания Затем из чернослива удаляют косточки и кладут его в креманки или вазочки, а сверху перед отпуском выпускают из кондитерского мешка взбитые сливки или сметану.

582. Яблоки или груши с сиропом

Яблоки	179	125	134	94	—	—
или груши	171	125	129	94	—	—
Масса плодов вареных	—	100	—	75	—	—
Сахар	40		30		—	—
Вода	55	90	95	120	—	—
Кислота лимонная	0,1		0,1		—	—
Вино виноградное	10	10	5	5	—	—
Выход	—	200	—	200	—	—

Яблоки или груши очищают от кожицы, удаляют семенные гнезда, варят 6—8 мин в сахарном сиропе, подкисленном кислотой лимонной Плоды вынимают, сироп процеживают, добавляют в него подготовленное вино виноградное (с 306), вновь заливают им плоды и охлаждают

В креманку кладут яблоко или грушу и заливают сиропом

Быстроразваривающиеся сорта яблок и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в нем до охлаждения.

583. Изюм, или чернослив, или курага в медовом желе

	БРУТТО	НЕТТО
Изюм	31	50 [1]
или чернослив	45	67/50 [2]
или курага	28	50 [1]
Желе		
мед	22,2	22
желатин	3	3
вода	80	80
кислота лимонная	0,1	0,1
Масса желе	—	100
Выход	—	150

[1] Масса набухших изюма, кураги

[2] В числителе указана масса набухшего чернослива с косточкой, в знаменателе — масса набухшего чернослива без косточки

Изюм, или чернослив, или курагу, перебирают, промывают, заливают горячей водой и оставляют для набухания, затем чернослив освобождают от косточки

Подготовленные сухофрукты раскладывают в формочки, заливают медовым желе и охлаждают при температуре 0—8° С в течение 1,5—2 ч

Для желе в кипящую воду кладут мед, подготовленный желатин, доводят до кипения, вводят кислоту лимонную и процеживают

Блюдо можно отпускать с плодовым или ягодным сиропом (20 г на порцию).

	БРУТТО	НЕТТО
584. Салат фруктовый со сметанным соусом		
Апельсины	30	20
Груши свежие	27	20
Яблоки свежие	29	20
Виноград свежий столовый	21	20
Соус:		
сметана или сливки	30	30
сироп малиновый	10	10
или сок апельсиновый	12	12
Масса соуса	—	50
Выход	—	130

Апельсины, очищенные от цедры, груши и яблоки, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, нарезают ломтиками

Подготовленные плоды и виноград (без косточек) укладывают слоями в фужер и поливают соусом.

Соус приготовляют из смеси сметаны или сливок, сиропа малинового, сока апельсинового В соус можно добавить ликер или коньяк (5 г на порцию)

КОМПОТЫ

Компоты приготовляют из свежих, сушеных, консервированных и замороженных плодов и ягод как в различных сочетаниях, так и из одного какого-либо вида.

Банки с консервированными плодами и ягодами, предназначенные для приготовления компотов, перед вскрытием тщательно промывают теплой водой

Для приготовления компотов из сухофруктов сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя посторонние примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз

Для улучшения вкуса компоты из сухофруктов рекомендуется варить за 10—12 ч до их реализации, так как в результате настаивания в отвар переходят ароматические и вкусовые вещества (органические кислоты, минеральные соли, сахара), а плоды и ягоды пропитываются сахарным сиропом.

При недостаточной кислотности в компоты добавляют кислоту лимонную

Компоты отпускают охлажденными до температуры 12—15° С по 150—200 г на порцию

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
585. Компот из свежих плодов				
Яблоки или айва	341	300	227	200
или груши	333	300	222	200
Вода	710	710	860	860
или				
Черешня или вишня	316	300	211	200
или слива, или персики	333	300	222	200
или абрикосы	349	300	233	200
Вода	660	660	810	810
Сахар	150	150	120	120
Кислота лимонная	1	1	1	1
Выход	—	1000	—	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 приготавливают 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 Быстроразваривающиеся 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

586. Компот из яблок и слив или из яблок и алычи				
Яблоки	170	150	114	100
Слива	167	150	111	100
или алыча [1]	161	150	108	100
Сахар	150	150	120	120
Кислота лимонная	1	1	1	1
Вода	710	710	840	840
Выход	—	1000	—	1000

[1] При использовании алычи кислоту лимонную не добавляют

Яблоки подготавливают и варят, как описано в рец № 585, добавляют сливу или алычу, у которых предварительно удаляют косточки, доводят до кипения и охлаждают

587. Компот из плодов консервированных

	БРУТТО	НЕТТО
Персики, или айва, или абрикосы (половинки или кусочки)	60	60
Сахар	10	
Сироп консервированного компота	40	90
Вода	45	
или		
Вишня, или черешня, или яблоки, или сливы целые	55	55
Сахар	10	
Сироп консервированного компота	45	95
Вода	45	
Выход	—	150

Плоды кладут в вазочки или креманки, заливают охлажденным сиропом. Сироп варят из воды и сахара, процеживают, затем в него добавляют сироп консервированных плодов, доводят до кипения и охлаждают

588. Компот из смеси сухофруктов

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 до готовности

Груши сушеные в зависимости от величины и вида варят 1—2 ч, яблоки — 20—30 мин, чернослив, урюк, курагу — 10—20 мин, изюм — 5—10 мин

Компот из смеси сухофруктов готовят накануне для того, чтобы он настоялся

589. Компот из свеклы

	БРУТТО	НЕТТО
Свекла	625	500
Сахар	75	75
Гвоздика	0,5	0,5
Корица	0,5	0,5
Лимон	82	50
Вода	500	500
Выход	—	1000

Подготовленную сырую свеклу нарезают соломкой, заливают кипятком, добавляют сахар, гвоздику, корицу, лимонную цедру, нарезанную соломкой, доводят до кипения и варят до готовности. В конце варки добавляют отжатый лимонный сок и охлаждают.

КИСЕЛИ

Кисели приготовляют из свежих и сушеных плодов и ягод, соков и сиропов плодовых и ягодных натуральных, пюре плодовых и ягодных, молока и других продуктов

В зависимости от количества введенного крахмала различают кисели густые, средней густоты и полужидкие (жидкие).

Для киселей плодово-ягодных следует использовать крахмал картофельный, для киселей молочных — крахмал кукурузный (маисовый)

Полужидкие (жидкие) кисели используют как соусы при отпуске сладких блюд, запеканок и других крупяных блюд

Густые и средней густоты кисели отпускают в качестве самостоятельных блюд

Густые кисели сразу же после приготовления разливают в смоченные водой и посыпанные сахаром формы или на противни и охлаждают При отпуске кисель выкладывают из формы на вазочку или в креманку и поливают сиропом плодово-ягодным, или кладут варенье, джем, конфитюр, или подают холодное кипяченое молоко, или сливки (50—100 г на порцию), или взбитые сливки из расчета 25 г на порцию.

Кисель средней густоты охлаждают, при отпуске разливают по 200 г в стаканы или вазочки по 150 г, можно посыпать сахаром в количестве 5—8% от нормы, предусмотренной рецептурой

Кисели подают охлажденными до температуры 12—14° С

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
590. Кисель из плодов или ягод свежих				
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

[1] В кисель из черники добавляют кислоту лимонную массой 2 г по всем трем колонкам

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

Алычу, или сливу, или мирабель (с удаленными косточками), или крыжовник варят с небольшим количеством воды в течение 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).

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
591. Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах						
Кисель из концентрата	—	—	120	120	120	120
Сахар	—	—	75	75	50	50
Кислота лимонная [1]	—	—	1	1	1	1
Вода	—	—	930	930	950	950
Выход	—	—	—	1000	—	1000

[1] Добавляется в том случае, если кислотность концентрата недостаточна

Кисель из концентрата разводят равным количеством холодной воды, полученную смесь вливают в кипящую воду, добавляют сахар, кислоту лимонную и, непрерывно помешивая, доводят до кипения

Готовый кисель отпускают, как указано на с 334

	БРУТТО	НЕТТО
592. Кисель из клюквы (густой)		
Клюква	105	100
Сахар	100	100
Крахмал картофельный	80	80
Вода	940	940
Выход	—	1000

Кисель приготавливают так же, как описано в рец. № 590, только после введения крахмала кисель проваривают при слабом кипении 6—8 мин, вливают сок, а затем разливают в подготовленные формы или на противни (с 334) и охлаждают

Отпускают кисель, как указано на с 334

	БРУТТО	НЕТТО
593. Кисель из яблок (густой)		
Яблоки свежие	256	225
Сахар	120	120
Крахмал картофельный	80	80
Кислота лимонная	1	1
Вода	960	960
Выход	—	1000

Яблоки с кожицей (без семенного гнезда) нарезают, заливают горячей водой и варят в закрытой посуде до готовности Яблоки протирают, соединяют с отваром, в котором они варились, добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и проваривают при слабом кипении 6—8 мин, разливают в подготовленные формы или на противни и охлаждают.

Отпускают кисель, как указно на с 334

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
594. Кисель молочный						
Молоко	—	—	947	900[1]	737	700[1]
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

[1] Масса молока кипяченого

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 Подают, как описано на с 334

	БРУТТО	НЕТТО
595. Кисель молочный (густой)		
Молоко	947	900 [1]
Сахар	80	80
Крахмал кукурузный (маисовый)	75	75
Ванилин	0,03	0,03
Выход	—	1000

[1] Масса молока кипяченого

Кисель готовят так же, как описано в рец № 594

Кисель можно отпускать с сиропом плодовым или ягодным натуральным или с повидлом, джемом, вареньем (20 г на порцию), или соусом плодово-ягодным (50 г на порцию)

	БРУТТО	НЕТТО
596. Кисель морковный		
Морковь	313	250
Сахар	100	100
Лимонная кислота	2	2
Крахмал	35	35
Вода	890	890
Выход	—	1000

Подготовленную морковь протирают, отжимают сок Мезгу заливают горячей водой, проваривают и процеживают В отвар кладут сахар, лимонную кислоту, вводят разведенный холодной водой процеженный картофельный крахмал, доводят до кипения, добавляют отжатый сок и охлаждают

Отпускают в креманках или стаканах

597. Пинемень куслят (кисель овсяный — мордовское национальное блюдо)		
Толокно овсяное	150	150
Вода	1000	1000
Дрожжи (прессованные)	6	6
Сахар	30	30
Соль	8	8
Выход	—	1000

Дрожжи разводят в теплой воде (1/2 нормы), добавляют толокно, размешивают и оставляют на 5—6 ч для брожения при температуре 20—22° С Заквашенное толокно разводят оставшейся частью теплой воды, процеживают, кладут сахар, соль и варят при непрерывном помешивании до загустения

Отпускают кисель в горячем виде по 150—200 г на порцию со сливочным маслом (10 г на порцию), или в холодном виде с растительным маслом (15 г на порцию), или с молоком (подают отдельно 100 г на порцию)

ЖЕЛЕ, МУССЫ, САМБУКИ

Желе, муссы, самбуки приготовляют из свежих, консервированных и сушеных плодов и ягод, из пюре плодового и ягодного, из соков плодовых и ягодных, 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 заливают восьмикратным количеством охлажденной кипяченой воды и оставляют для набухания на 1—1,5 ч При набухании желатин увеличивается в объеме и массе в 6—8 раз

Плодово-белковую массу для самбука взбивают во взбивальной машине Затем в нее при непрерывном помешивании тонкой струей вливают разведенный желатин Взбивание не рекомендуется производить в алюминиевой посуде

Приготовленные желе, муссы, самбуки разливают в порционные формочки и охлаждают при температуре от 0 до 8° С

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)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
598. Желе из плодов или ягод свежих						
Клюква	168	160	147	140	126	120
или смородина красная	170	160	149	140	128	120
или смородина черная	163	160	143	140	122	120
Вода	800	800	850	850	900	900
или						
Земляника (садовая) или малина	235	200	206	175	165	140
Вода	725	725	785	785	840	840
или						
Вишня [1]	235	200	206	175	165	140
Вода	760	760	805	805	860	860
Сахар	160	160	140	140	120	120
Желатин	30	30	30	30	30	30
Кислота лимонная [2]	1	1	1	1	1	1
Выход	—	1000	—	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

Отпускают желе, как описано на с 337

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

599. Желе из лимонов, апельсинов, мандаринов						
Лимоны	238	100[1]	190	80[1]	64	27[1]
или апельсины	455	200[1]	341	150[1]	114	50[1]
или мандарины	351	200[1]	263	150[1]	167	95[1]
Сахар	160	160	140	140	120	120
Кислота лимонная	1	1	1	1	1,5	1,5
Желатин	30	30	30	30	30	30
Вода (для лимонов)	820	820	860	860	935	935

[1] Масса сока

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Вода (для апельсинов)	720	720	790	790	910	910
Вода (для мандаринов)	720	720	790	790	865	865
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

В воду с сахаром, доведенную до кипения, кладут цедру, снятую с лимонов, или апельсинов, или мандаринов, затем вводят подготовленный желатин. После того как желатин растворится, вводят отжатый сок из лимонов, или апельсинов, или мандаринов Для желе из апельсинов в горячий сахаро-желатиновый сироп добавляют кислоту лимонную, процеживают, разливают в формочки и охлаждают Отпускают желе, как описано на с 337

600. Желе с плодами свежими и консервированными

Мандарины свежие	81	60	47	35	—	—
Сливы консервированные	20	20	15	15	—	—
Сироп консервированного компота	15	120	12	100	—	—
Вода	100		85			
Сахар	15		10		—	—
Желатин	3,8		3		—	—
Кислота лимонная	0,1		0,1		—	—
Выход	—	200	—	150	—	—

Мандарины моют, очищают от кожицы, нарезают тонкими кружочками, сливы разрезают пополам и удаляют косточки. Отвар приготовляют из цедры мандаринов, добавляют в него сироп консервированного компота, сахар и нагревают до кипения Затем соединяют с подготовленным желатином (с. 337), добавляют кислоту лимонную, процеживают, заливают плоды, уложенные в порционные формы, и охлаждают.

601. Мусс клюквенный

Клюква	263	250	211	200	158	150
или сок клюквенный натуральный (консервы)	250	250	200	200	150	150
Сахар	200	200	160	160	160	160
Желатин	27	27	27	27	20	20
Вода	650	650	740	740	800	800
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Основу для мусса (сироп с желатином), приготовленную так же, как для желе (с 337), охлаждают до 30—40° С и взбивают до тех пор, пока смесь не превратится в пышную массу. Затем быстро, не давая полностью застыть (при температуре 30—35° С), мусс разливают в формы и охлаждают Перед отпуском форму с муссом на 2/3 объема опускают на несколько секунд в теплую воду.

Мусс нарезают на порции, выкладывают в креманку или вазочку и поливают соусом клюквенным (рец № 578) или сиропом плодовым, или ягодным натуральным из расчета по 20 г на порцию

Мусс не разрешается взбивать в алюминиевой посуде, так как от этого изменяется его цвет и появляется привкус металла

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
602. Мусс лимонный				
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

[1] Масса сока.

С лимонов срезают цедру, разрезают пополам и отжимают сок Цедру заливают горячей водой, варят 5—6 мин, процеживают, в отвар добавляют сахар, вводят подготовленный желатин (с 337), соединяют его с лимонным соком, охлаждают и взбивают При отпуске мусс поливают сиропом сахарным, или сиропом плодовым, или ягодным натуральным (20 г на порцию)

	НЕТТО
Сироп сахарный	
Сахар	650
Вода	400
Кислота лимонная	2
Выход	1000

Сахар растворяют в горячей воде, раствор процеживают и дают прокипеть при постоянном помешивании В конце варки добавляют кислоту лимонную и охлаждают

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
603. Желе из экстракта плодового или ягодного или из сока плодового или ягодного натурального				
Сок плодовый или ягодный	300	300	250	250
Вода	570	570	660	660
или				
Экстракт плодовый или ягодный	20	20	15	15
Вода	850	850	895	895

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сахар	160	160	120	120
Желатин	30	30	30	30
Выход	—	1000	—	1000

В горячем сахарном сиропе растворяют подготовленный желатин (с 337), добавляют сок плодовый или ягодный или экстракт плодовый или ягодный, процеживают, разливают в формы и охлаждают

Отпускают желе, как описано на с 337

604. Желе из сиропа плодового или ягодного

Сироп плодовый или ягодный	250	250	200	200
Вода	780	780	830	830
Желатин	30	30	30	30
Кислота лимонная [1]	1	1	1	1
Выход	—	1000	—	1000

[1] При использовании сиропа клюквенного и черносмородинового кислоту лимонную не добавляют

Желе готовят и отпускают, как описано в рец № 603

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
605. Желе из молока						
Молоко	250	250	750	750	750	750
Сахар	160	160	140	140	120	120
Миндаль очищенный	133	120	22	20	—	—
Вода (для миндального молока)	365	365	50	50	—	—
Ванилин	—	—	—	—	0,03	0,03
Желатин	30	30	30	30	30	30
Вода (для желатина)	240	240	180	180	180	180
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Приготовляют миндальное молоко Для этого миндаль заливают горячей водой, кипятят 3—4 мин, откидывают на сито, очищают от кожицы, измельчают в ступке, постепенно прибавляя холодную кипяченую воду Молоко процеживают, а мезгу вновь подвергают той же обработке

Миндальное молоко соединяют с горячим молоком, сахаром и, непрерывно помешивая, доводят до кипения

В готовую смесь вводят подготовленный желатин (с 284), размешивают, процеживают, разливают в формы и охлаждают

При приготовлении желе с ванилином в горячее молоко вводят сахар, ванилин, а затем подготовленный желатин и, непрерывно помешивая, доводят до кипения

606. Яблоки в желе

	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	71	50
Лимон	15	9
Вишня свежая	6	5
Орехи (миндаль очищенный)	6	5
Сахар	20	20
Желатин	3	3
Кислота лимонная	0,1	0,1
Вода	75	75
Выход	—	150

Подготовленные яблоки очищают от кожицы, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками и варят в воде с добавлением лимонной кислоты Отвар отделяют от яблок, процеживают, кладут сахар, подготовленный желатин, размешивают и доводят до кипения

В креманку кладут дольки очищенного лимона, вокруг раскладывают дольки вареных яблок, на них очищенные ядра орехов (миндаля), заливают частью желе и охлаждают до застывания желе Затем на середину укладывают вишню без косточек, заливают остальным желе и охлаждают в несколько приемов

607. Десерт из сметаны «Радуга»

Сметана	100	100
Сахар	15	15
Желатин	5	5
Молоко	37	35 [1]
Сок ягодный	8	8
Какао-порошок	2	2
Сироп кофейный	50	50
Выход	—	170

[1] Масса кипяченого молока.

В сметану добавляют сахар, нагревают до температуры 70—80° С, вводят подготовленный и растворенный в кипяченом молоке процеженный желатин и продолжают нагревание до температуры 90° С Полученную смесь делят на три части в одну добавляют ягодный сок, во вторую — какао-порошок, в третью — кофейный (30 г) сироп. Смесь разливают в формочки или кремanьки поочередно слоями и охлаждают после заливания каждого слоя

При подаче поливают оставшимся сиропом

Сироп кофейный

	НЕТТО
Кофе натуральный молотый	55
Вода	450
Сахар	650
Выход	1000

Молотый кофе заливают кипятком, настаивают 10—15 мин, процеживают, соединяют с сахаром и доводят до кипения Приготовленный сироп охлаждают.

	I и II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
608. Мусс яблочный (на крупе манной)				
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 разрезают и варят Отвар процеживают, яблоки протирают, смешивают с отваром, добавляют 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 Отпускают, как указано в рец № 601.

	БРУТТО	НЕТТО
609. Самбук яблочный или сливовый		
Яблоки	795	700
или слива	722	650
Сахар	200	200
Желатин	15	15
Яйца (белки)	2 шт	48
Вода (для желатина)	420	420
Выход	—	1000

Яблоки (без семенного гнезда) или сливы после удаления косточек укладывают на противень, подливают небольшое количество воды и запекают в жарочном шкафу, затем их охлаждают и протирают В полученное пюре добавляют сахар, яичный белок и взбивают на холоде до образования пышной массы Подготовленный желатин ставят на водяной мармит, помешивая, дают ему полностью раствориться и процеживают, затем вливают тонкой струей во взбитую массу при непрерывном и быстром помешивании венчиком. Массу разливают в формы и охлаждают Отпускают самбук так же, как мусс

610. Самбук абрикосовый		
Абрикосы	756	650
или курага	250	250
Вода (для желатина)	420	420
или		
Абрикосовое пюре (консервы)	500	500
Вода (для желатина)	285	285
Сахар	200	200
Желатин	15	15
Яйца (белки)	2 шт	48
Кислота лимонная [1]	1	1
Выход	—	1000

[1] При приготовлении самбука из кураги кислоту лимонную не используют.

Из абрикосов удаляют косточки, заливают горячей водой, варят до размягчения плодов, протирают Курагу предварительно замачивают, затем также варят и протирают В пюре добавляют сахар, яичный белок, кислоту лимонную В остальном готовят и отпускают как описано в рец № 609

При отпуске самбук поливают соусом абрикосовым (рец № 577) — 20 г на порцию

КРЕМЫ И ВЗБИТЫЕ СЛИВКИ

Кремы приготовляют из густых (содержащих не менее 35% жира) сливок или сметаны 36%-ной жирности с добавлением яиц, молока, сахара, пюре плодового или ягодного и желатина, а также различных вкусовых и ароматических продуктов

Охлажденные сливки взбивают в пышную густую пену, добавляют яично-молочную смесь, в которую вводят ванилин, миндаль или другие вкусовые и ароматические продукты, и подготовленный, доведенный до кипения желатин. Крем разливают в формочки или порционную посуду и охлаждают При подаче его выкладывают в вазочки по 75, 100 и 125 г на порцию Подают крем с сиропами, соусами, соками и т д Можно готовить кремы и без яично-молочной смеси

611. Крем ванильный, шоколадный, кофейный

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сливки 35%-ной жирности	500	500	700	700	700	700
Сахар	150	150	—	—	—	—
Рафинадная пудра	—	—	200	200	150	150
Молоко	211	200[1]	—	—	—	—
Яйца	2 шт.	80	—	—	—	—
Желатин	20	20	20	20	20	20
Ванилин	0,15	0,15	0,15	0,15	—	—
или какао-порошок	30	30	30	30	—	—
или кофейный настой	50	50	—	—	50	50
Вода (для желатина)	160	160	160	160	160	160
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Здесь и далее указана масса молока кипяченого для крема

Первый способ Для яично-молочной смеси яйца растирают с сахаром, добавляют небольшой струйкой кипяченое горячее молоко и нагревают до 70—80° С. После этого при помешивании вводят подготовленный, доведенный до кипения желатин Для ванильного крема в процеженную яично-молочную смесь добавляют ванилин Для кофейного крема смесь готовят с добавлением кофейного настоя (50 г кофе на 150 г кипятка) Для шоколадного крема в горячую яично-молочную смесь добавляют растертый с сахаром или рафинадной пудрой какао-порошок

Сливки взбивают на холоде до образования густой пышной пены Во взбитые сливки, непрерывно помешивая, вливают охлажденную до комнатной температуры яично-молочную смесь

Второй способ Ванилин или какао-порошок, растертый с рафинадной пудрой, вводят в сливки взбитые Затем при непрерывном помешивании добавляют тонкой струйкой слегка остывший растворенный желатин Для кофейного крема желатин растворяют в крепком кофейном настое

Готовый крем быстро разливают в формочки и охлаждают Перед отпуском форму с кремом опускают на несколько секунд в теплую воду, затем, вынув из воды, ее встряхивают, и крем выкладывают на вазочку или десертную тарелку. При отпуске его поливают сиропом кофейным, или сиропом шоколадным, или соусом земляничным, или малиновым, или вишневым (рец № 576) — 30 г на порцию

	НЕТТО
Сироп кофейный	
Кофе натуральный молотый	55
Вода	450
Сахар	650
Выход	1000

Молотый кофе заливают кипятком, настаивают 10—15 мин, процеживают, соединяют с сахаром и доводят до кипения Приготовленный сироп охлаждают.

	НЕТТО
Сироп шоколадный	
Сахарный песок	525
Какао-порошок	110
Ванилин	0,5
Вода	500
Выход	1000

Какао-порошок растирают с сахаром, добавляют горячую воду и тщательно размешивают Полученную смесь доводят до кипения Ванилин растворяют в теплой воде (1 20) и вводят в готовый шоколадный сироп Сироп охлаждают.

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
612. Крем ванильный из сметаны				
Сметана (36%-ной жирности)	400	400	250	250
Сахар	200	200	150	150
Молоко	316	300	526	500
Яйца	2 шт	80	2 шт	80
Желатин	20	20	20	20
Ванилин	0,15	0,15	0,15	0,15
Вода (для желатина)	160	160	160	160
Выход	—	1000	—	1000

Охлажденную сметану взбивают до образования густой пышной массы и при непрерывном помешивании вливают в нее яично-молочную смесь с желатином (с 344) Крем быстро разливают в порционные формочки и охлаждают При отпуске формочку опускают на несколько секунд в горячую воду, встряхивают, крем выкладывают в вазочку и поливают соусом абрикосовым (рец № 577) или соусом земляничным, или малиновым, или вишневым (рец № 576) — 30 г на порцию

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
613. Крем ягодный						
Земляника (садовая) или смородина черная	190	150[1]	152	120[1]	—	—
Сливки (35%-ной жирности)	600	600	400	400	—	—

[1] Масса ягод протертых

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сахар или рафинадная пудра	150	150	150	150	—	—
Молоко	—	—	211	200	—	—
Яйца	—	—	2 шт.	80	—	—
Желатин	20	20	20	20	—	—
Вода (для желатина)	160	160	160	160	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	

Ягоды протирают, готовое пюре соединяют с охлажденной до 18—20° С яично-молочной смесью или рафинадной пудрой (крем без яйца). В остальном крем приготавливают, как описано в рец № 611

При отпуске крем поливают соусом земляничным (рец № 576) — 30 г на порцию

Для приготовления крема можно использовать вишню или малину и при отпуске поливать соответствующим соусом

614. Сливки или сметана взбитые

	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)

СУФЛЕ, ПУДИНГИ И ДРУГИЕ СЛАДКИЕ БЛЮДА

Воздушный пирог (суфле), пудинги и гренки — сладкие горячие блюда. Взбитые белки — основа для всех видов суфле и пудингов. Они придают изделиям необходимую пышность и пористость

Взбивать белки для этих блюд необходимо особенно тщательно Для этого аккуратно отделяют белок от желтка (в присутствии желтка белки плохо взбиваются) Яичные белки охлаждают и взбивают в густую пену сначала медленно, а затем темп взбивания все время ускоряют Соединяют белки с другими продуктами осторожно, помешивая их сверху вниз, чтобы белки не осели

615. Суфле ванильное, шоколадное, ореховое

Яйца	2 шт.	80
Сахар	40	40
Молоко	40	40
Мука пшеничная высшего сорта	8	8
Масло сливочное	2	2
Ванилин	0,02	0,02

	БРУТТО	НЕТТО
или какао-порошок, или шоколад	5	5
или миндаль очищенный [1]	30	27
Масса миндаля жареного	—	25
Масса суфле ванильного или шоколадного	—	145
Масса суфле орехового	—	170
Рафинадная пудра	5	5
Молоко	158	150 [1]
или сливки	150	150
Выход: суфле ванильного или шоколадного	—	300
суфле орехового	—	325

[1] Можно использовать и другие орехи
[2] Масса молока кипяченого

Яичные белки охлаждают и взбивают в густую пену. Желтки растирают с сахаром, добавляют муку, ванилин (для суфле ванильного), растертый шоколад или какао-порошок (для суфле шоколадного), измельченный и поджаренный с сахаром миндаль (для суфле орехового), разводят горячим молоком и, непрерывно помешивая, проваривают смесь до загустения. Горячую смесь вливают тонкой струей при быстром помешивании в белки взбитые. Затем приготовленную массу выкладывают на порционную сковороду, смазанную маслом, и выпекают в жарочном шкафу в течение 12—15 мин

Отпускают суфле горячим тотчас же после выпечки на той же сковороде, посыпав рафинадной пудрой

Кипяченое холодное молоко или сливки подают в молочнике

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
616. Пудинг сухарный				
Сухари ванильные	40	40	40	40
Молоко	80	80	80	80
Яйца	1/2 шт.	20	1/2 шт	20
Сахар	15	15	15	15
Изюм	10,2	10	15,3	15
Цукаты	10	10	—	—
Масло сливочное	5	5	5	5
Масса пудинга	—	150	—	140
Соус № 577	—	30	—	30
Выход	—	180	—	170

Яичные желтки растирают с сахаром, разводят холодным молоком; этой смесью заливают ванильные сухари, разломанные на мелкие кусочки, и оставляют на 15 мин для набухания Когда сухари набухнут, добавляют перебранный и промытый изюм, цукаты, а затем аккуратно вводят взбитые в пену белки После этого массу перемешивают и раскладывают в смазанные маслом формочки и выпекают в жарочном шкафу

Пудинг можно варить на пару Формы, посыпанные сахаром, заполняют на 2/3 объема подготовленной массой и варят

Пудинг поливают соусом абрикосовым и подают горячим Пудинг можно подать и в холодном виде с молоком или киселем (200 г на порцию)

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

617. Яблоки печеные

Яблоки	128	113	92	81	78	69
Сахар	20	20	15	15	10	10
Масса печеных яблок с сахаром	—	110	—	80	—	65
Соус №№ 576, 578	—	40	—	—	—	—
Варенье	—	—	30	30	—	—
Рафинадная пудра	—	—	—	—	10	10
Выход	—	150	—	110	—	75

Из яблок, не очищая их от кожицы, удаляют семенные гнезда; образовавшееся отверстие заполняют сахаром Затем их кладут на противень, подливают небольшое количество воды и пекут в жарочном шкафу 15—20 мин (в зависимости от сорта яблок) Отпускают яблоки горячими или холодными с соусом клюквенным или вишневым, или поливают вареньем, или посыпают рафинадной пудрой

618. Яблоки, фаршированные морковью

	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	159	140
Морковь	19	15
Сахар	5	5
Сметана	10	10
Выход	—	140

Из подготовленных яблок (не очищая их от кожицы) удаляют семенные гнезда, образовавшееся отверстие заполняют тонко нашинкованной морковью. Затем кладут их на противень, подливают небольшое количество воды, на морковь кладут сметану, посыпают сахаром и запекают в жарочном шкафу 15—20 мин

Отпускают яблоки горячими или холодными

619. Яблоки, фаршированные рисом и орехами

Яблоки свежие	193	170
Крупа рисовая	13	13
Молоко	21	21
Сахар	7	7
Масса рассыпчатой каши	—	35
Изюм	10,2	10
Миндаль	18	11
или арахис	14	11
Масса жареных орехов	—	10
Яйца	1/5 шт	8
Масло сливочное или маргарин	8	8
Масса фарша	—	70
Масса полуфабриката	—	240
Масса готовых яблок	—	190
Варенье	30	30
Выход	—	220

У яблок, не очищая их от кожицы, удаляют семенное гнездо, образовавшееся отверстие заполняют фаршем Фаршированные яблоки кладут на противень, подливают небольшое количество воды и запекают в жарочном шкафу 15—20 мин (в зависимости от сорта яблок)

Для фарша на молоке с сахаром варят рисовую кашу В охлажденную до 60—70° С кашу добавляют подготовленный изюм, измельченные жареные орехи, яйца, размягченное масло сливочное или маргарин и все тщательно перемешивают

Отпускают яблоки горячими с вареньем.

620. Яблоки, запеченные с творогом

	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки свежие	142	125
Фарш		
творог	30	30
виноград сушеный (изюм)	15	15
сахар	15	15
Масса фарша	—	60
Масса запеченных яблок	—	150
Сироп		
мед	35	35
вода	12	12
кислота лимонная	0,1	0,1
Масса сиропа	—	45
Орехи грецкие	11,6	5,2/5 [1]
Выход	—	200

[1] В числителе указана масса очищенных орехов, в знаменателе — масса подсушенных орехов

У яблок, не очищая их от кожицы, удаляют семенное гнездо, образовавшееся отверстие заполняют фаршем Фаршированные яблоки кладут на противень, подливают небольшое количество воды и запекают в жарочном шкафу 15—20 мин (в зависимости от сорта яблок).

Для фарша творог протирают, добавляют подготовленный и обсушенный изюм, сахар и перемешивают

Для сиропа в горячую воду добавляют мед, доводят до кипения и варят при постоянном помешивании 7—10 мин В конце варки добавляют кислоту лимонную и охлаждают

При отпуске яблоки поливают сиропом и посыпают подсушенными измельченными орехами

621. Яблоки в тесте жареные

	I		II и III	
	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

	I		II	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Масса яблок жареных	—	130	—	130
Рафинадная пудра	5	5	10	10
Соус №№ 577, 579	—	40	—	
Выход	—	175	—	140

Яблоки с удаленным семенным гнездом и без кожицы нарезают кружочками толщиной 0,5 см и посыпают сахаром. Приготовляют 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 перекладывают в разогретый жир и обжаривают до образования золотистой корочки

Яблоки жареные кладут на тарелку и посыпают рафинадной пудрой Соус абрикосовый или яблочный подают в соуснике

622. Яблоки в слойке

	БРУТТО	НЕТТО
Яблоки	100	70
Сахар	15	15
Тесто слоеное № 686	—	55
Яйца	1/10 шт	4
Масса яблок, запеченных в слойке	—	130
Рафинадная пудра	5	5
Выход	—	135

Тесто слоеное раскатывают в пласт толщиной 0,5 см, разрезают на куски квадратной формы такого размера, чтобы в каждый из них можно было завернуть яблоко

Подготовленные яблоки (с удаленным семенным гнездом и очищенные от кожицы) кладут на тесто, заполняют образовавшееся углубление сахаром, завертывают в тесто конвертом, смазывают яйцом и выпекают в жарочном шкафу. При подаче посыпают рафинадной пудрой

623. Шарлотка с яблоками

Яблоки	500	350
Хлеб пшеничный (из муки высшего или первого сорта)	325	325
Молоко	150	150
Яйца	1¼ шт	50
Сахар	100	100
Корица	1	1
Масло сливочное	50	50
Масса готовой шарлотки с яблоками	—	850
Соус № 577	—	150
Выход	—	1000

Очищенные от кожицы и семенных гнезд яблоки нарезают мелкими кубиками и пересыпают сахаром С хлеба срезают корки Мякиш режут прямоугольными ломтиками толщиной 0,5 см Оставшиеся от хлеба обрезки нарезают мелкими кубиками и подсушивают

Ломтики хлеба смачивают с одной стороны в смеси яиц, молока и сахара, затем ими обкладывают (смоченной стороной вниз) дно и стенки смазанной жиром формы, в которой должна выпекаться шарлотка

Подсушенные кусочки хлеба перемешивают с яблоками и корицей, заполняют этой смесью форму, сверху покрывают ломтиками хлеба и запекают в жарочном шкафу

Готовую шарлотку с яблоками выдерживают в форме 10 мин, а затем выкладывают на блюдо или тарелку При отпуске шарлотку поливают соусом абрикосовым (30 г на порцию в 170 г) или соус можно подать отдельно.

	БРУТТО	НЕТТО
624. Десерт молочный (чувашское национальное блюдо)		
Сахар	190	190
Вода	440	440
Яйца	$4^1/_2$ шт	180
Молоко сгущенное стерилизованное в банках	445	445
Ванилин	2	2
Соль	5	5
Масса полуфабриката	—	1260
Выход	—	1000

Сахар растворяют в горячей воде (2/3 нормы), процеживают, дают прокипеть при постоянном помешивании, затем сироп разливают в формочки. Яйца взбивают с солью до образования пышной массы, добавляют молоко сгущенное, оставшуюся воду, ванилин и продолжают взбивать.

Полученную массу разливают в формочки с сиропом и запекают в жарочном шкафу при температуре 180—200° С в течение 30—40 мин.

Отпускают десерт охлажденным в формочках по 100 г на порцию.

МОРОЖЕНОЕ

В рецептурах используется мороженое промышленного производства Наибольшим спросом пользуются пломбир и сливочное мороженое (ОСТ 49-73—74).

Отпускают мороженое с различными сладкими соусами, свежими, консервированными и быстрозамороженными плодами и ягодами, вареньем, сливками взбитыми, печеньем (сдобным, сахарным)

Мороженое отпускают в креманках, фужерах или специальных вазочках; его можно подать с соками плодовыми или ягодными натуральными или с напитками безалкогольными газированными в бокалах с соломинками

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
625. Мороженое с плодами или ягодами консервированными				
Мороженое сливочное или пломбир	75	75	60	60
Плоды или ягоды консервированные	25	25	20	20

	I		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Сироп консервированного компота	20	20	15	15
Сахар	5	5	5	5
Масса сиропа	—	20	—	15
Миндаль очищенный	12	11	6	5,3
Масса миндаля жареного	—	10	—	5
Сливки взбитые № 614	—	25	—	—
Выход	—	150	—	100

Мороженое кладут в вазочку, украшают плодами или ягодами консервированными, поливают густым сиропом (полученным при уваривании сиропа консервированных плодов или ягод и сахара) и посыпают измельченными жареными орехами Сливки взбитые выпускают из конверта вокруг плодов или ягод

	БРУТТО	НЕТТО
626. Мороженое «Сюрприз»		
Пломбир	100	100
Яйца (белки)	2 шт	48
Рафинадная пудра	40	40
Бисквит	50	50
Плоды консервированные (яблоки или груши)	50	50
Рафинадная пудра	5	5
Сироп консервированного компота	25	25
Выход	—	300

На мельхиоровое блюдо кладут ломтики пропитанного сиропом бисквита, на них — нарезанные тонкими ломтиками яблоки или груши консервированные, а затем шарики мороженого

Мороженое сверху и с боков быстро покрывают слоем плодов консервированных, бисквита и взбитыми с рафинадной пудрой белками, выпуская их из кондитерского мешка

Подготовленное блюдо быстро запекают в жарочном шкафу (1—2 мин) при высокой температуре так, чтобы яичные белки сразу подрумянились

При отпуске поверхность блюда посыпают рафинадной пудрой

МОРОЖЕНОЕ МЯГКОЕ

Мягкое мороженое вырабатывается из сухих смесей на предприятиях общественного питания и торговли непосредственно перед отпуском покупателю

Это мороженое представляет собой продукт кремообразной консистенции с нежной структурой, невысокой взбитостью (40—60%) и температурой — 5—7° С

Мягкое мороженое не подвергается закаливанию до низких температур и отпускается потребителю тотчас же по выходе из фризера

В зависимости от используемой смеси мягкое мороженое выпускают следующих видов сливочное, сливочно-белковое, сливочно-шоколадное, сливочно кофейное, молочное с повышенным содержанием жира, молочное

Мороженое этих видов можно отпускать со специальными гарнирами (шоколадным, ореховым, миндальным, шоколадно-ореховым, клубничным, малиновым, вишневым, абрикосовым, черносмородиновым, яблочным, клюквенным, коньячным), а также с орехами, плодами, ягодами, вареньем, шоколадом, коньяком, ликером

Мягкое мороженое должно соответствовать требованиям ТУ 10 0419768-15—91

НАПИТКИ

Напитки подразделяются на горячие и холодные К горячим напиткам относятся чай, кофе, какао, горячие напитки с вином, шоколад, к холодным — молоко, молочные и сливочные прохладительные напитки, кисломолочные продукты, плодово-ягодные прохладительные напитки, коктейли молочные и десертные

Нормы расхода воды, молока, молочных продуктов (за исключением молока сгущенного), соков, сиропов, винно- и ликеро-водочных изделий в миллилитрах, остальных продуктов — в граммах.

В рецептурах раздела выход напитков приведен в миллилитрах, а масса наполнителей — в граммах, кроме молока, сливок. В этом случае в числителе указывается выход напитков, в знаменателе — масса наполнителя.

ЧАЙ, КОФЕ, КАКАО

Напитки из чая, кофе, какао обладают тонким приятным ароматом, тонизирующими свойствами, благодаря содержанию в них кофеина и других физиологически активных веществ

Чай, кофе, какао в процессе хранения теряют аромат и поглощают посторонние запахи Поэтому их следеут хранить в сухих помещениях в плотно закрытой таре, вдали от пряностей и других продуктов, обладающих специфическими запахами Не рекомендуется оставлять чай, кофе и какао в распечатанных пачках, незакрытых банках и т п

Ароматические и вкусовые вещества чая, кофе и какао очень летучи и разрушаются при кипячении и длительном хранении напитков

Готовить напитки надо по мере спроса небольшими партиями, не допуская кипения, длительного нагрева, повторного разогревания.

Температура горячих напитков при подаче должна быть не ниже 75° С, холодных — не выше 14° С и не ниже 7° С

ЧАЙ

Для приготовления напитка используют следующие виды чая байховый (черный, зеленый), плиточный черный, зеленый кирпичный Наибольшим спросом пользуется чай краснодарский, индийский, цейлонский, грузинский В ресторанах рекомендуется использовать чай не ниже высшего сорта, а на других предприятиях не ниже 1-го сорта

В зависимости от типа предприятия подачу чая следует производить в стаканах с подстаканниками либо без них (при массовом обслуживании), чайных чашках, пиалах, парами чайников

К чаю можно предложить широкий ассортимент кондитерских и хлебобулочных изделий конфеты, шоколад, торты, пирожные, пряники, печенье, сухари, бублики, пироги и др

	I НЕТТО	II и III НЕТТО
627. Чай-заварка		
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 плиточный 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 и III колонкам

	I НЕТТО	II НЕТТО	III НЕТТО
628. Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом			
Чай-заварка № 627, мл	50	50	50
Вода	150	150	150
Сахар	22,5 [1]	15	15
или варенье, или джем, или мед	40	30	20
или повидло	50	40	30
Выход: с сахаром	200/22,5	200/15	200/15
с вареньем, или джемом, или медом	200/40	200/30	200/20
с повидлом	200/50	200/40	200/30

[1] По просьбе посетителей можно подать сахар в количестве 15 г на порцию.

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком Сахар, варенье, джем, мед, повидло подают отдельно на розетке (по III колонке 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

	I НЕТТО	II и III НЕТТО
629. Чай с лимоном		
Чай-заварка № 627, мл	50	50
Вода	150	150

	I	
	БРУТТО	НЕТТО
Сахар	22,5	15
Лимон	10/9 [1]	8/7 [1]
Выход	200/22,5/9	200/15/7

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе — масса нетто.

Лимон, нарезанный тонкими кружочками, подают на розетке Чай отпускают, как указано в предыдущей рецептуре (по III колонке допускается класть сахар в стакан с заваркой, лимон — непосредственно перед отпуском)

	I	II	III
	НЕТТО	НЕТТО	НЕТТО
630. Чай с молоком или сливками			
Чай-заварка № 627, мл	50	50	50
Сахар	22,5	15	15
Молоко	50	50	50
или сливки	25	25	—
Вода (для чая с молоком)	100	100	100
Вода (для чая со сливками)	125	125	—
Выход: с молоком	150/50/22,5	150/50/15	150/50/15
со сливками	175/25/22,5	175/25/15	—

Чай подают, как указано в рец № 628, а горячие молоко или сливки — в молочнике

	БРУТТО	НЕТТО
631. Ногайский чай (карачаево-черкесский национальный напиток)		
Чай грузинский (плиточный)	5	5
Молоко	105	100 [1]
Вода	50	50
Сметана	50	50
Соль	0,1	0,1
Перец черный (горошком)	1	1
Гвоздика	0,1	0,1
Выход	—	200

[1] Масса кипяченого молока

В кипящую воду кладут грузинский чай, кипятят 2—3 мин и настаивают 5—6 мин Чай процеживают, добавляют горячее кипяченое молоко, доведенную до кипения сметану, соль, черный перец, гвоздику, перемешивают Затем настаивают 1—2 мин и процеживают

Отпускают в горячем виде

632. Бурятский чай

	НЕТТО
Мука пшеничная	6
Жир-сырец бараний или говяжий	20
Вода	100
Чай-заварка:	
чай зеленый (плиточный)	4
или чай черный (плиточный)	2
вода	100
Масса чая-заварки	100
Выход	200

Пшеничную муку просеивают, пассеруют на вытопленном мелко нарезанном жире-сырце и разводят крутым кипятком до консистенции кипяченых сливок Затем вводят предварительно приготовленную, как в рецептуре 627, процеженную заварку зеленого или черного чая и доводят до кипения

Отпускают готовый чай как в холодном, так и в горячем виде, процеженным от шкварок или непроцеженным Чай можно отпускать подсоленным (0,1 г соли)

633. Чай из душицы

	БРУТТО	НЕТТО
Душица	2	2
Вода	204	204
Сахар	15	15
Выход	—	200

Душицу заваривают кипятком, настаивают в течение 10 мин, затем процеживают, доводят до кипения

При подаче чая из душицы сахар подается отдельно

634. Сбитень

Мед	100	100
Сахар	75	75
Гвоздика	3	3
Корица	5	5
Кардамон или имбирь	5	5
Лавровый лист	1	1
Облепиха	110	100 [1]
Вода	1000	1000
Выход	—	1000

[1] Приведены Временные нормы отходов и потерь при механической обработке, утвержденные Управлением общественного питания Красноярского крайисполкома

Гвоздику, корицу, кардамон или имбирь заливают горячей водой и кипятят в течение 10—12 мин За 5 мин до окончания варки кладут лавровый лист.

Отвар процеживают, добавляют в него сахар, мед, отжатый сок облепихи, соединенный с отваром из облепихи, и доводят до кипения

Для приготовленя сока подготовленную облепиху протирают и отжимают сок Мезгу заливают горячей водой, варят и процеживают

Отпускают сбитень в горячем виде по 200 г на порцию

КОФЕ

Промышленность выпускает кофе жареный в зернах и молотый Молотый кофе вырабатывается натуральным и с добавлением цикория Кроме того, выпускают кофе натуральный растворимый, а также консервы «Кофе натуральный со сгущенным молоком и сахаром»

Из обжаренных и размолотых продуктов растительного происхождения (ячменя, желудей, сои и др) вырабатывают кофейные напитки трех типов: с добавлением кофе натурального («Наша марка», «Новость», «Дружба», «Экстра», «Народный», «Арктика» и др); без добавления кофе и с добавлением цикория («Кубань», «Ячменный», «Балтика» и др); без добавления кофе и цикория («Золотой колос» и др).

Для приготовления напитка на предприятиях высшей категории необходимо провести дополнительное обжаривание кофе натурального жареного (в зернах). Кофе жарят на толстостенных чугунных сковородах или противнях, насыпая слоем 2—3 см и непрерывно помешивая, чтобы зерна не подгорали, в течение 8—10 мин при средней ступени нагрева конфорки плиты

Жареные кофейные зерна размалывают на специальных мельницах (кофемолках). Размалывать кофе рекомендуется непосредственно перед приготовлением напитка, так как молотый кофе быстро теряет аромат. Следует учитывать, что кофе крупного помола лучше сохраняет аромат, чем мелко молотый, легче отстанвается от гущи и напиток получается более прозрачным. Для приготовления кофе по-восточному, подаваемого вместе с гущей, зерна следует измельчать очень тонко; они должны проходить через металлическое сито с размером ячеек 0,63 или 0,40 мм или через более частое сито

На предприятиях «Люкс» и высшей категории для приготовления кофе черного используют только полуавтоматические кофеварки типа «Экспресс» или специальные кофейники

На предприятиях I, II, III категории используют также электрокофеварки. Высококачественный кофе готовится в кофеварках типа «Экспресс» Процесс приготовления напитка в аппарате производится в соответствии с имеющейся при нем инструкцией и продолжается не более 1 мин

Перед приготовлением кофе в специальных кофейниках их предварительно ополаскивают кипятком, всыпают молотый кофе (по норме), заливают кипятком и дают отстояться в течение 5—8 мин

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 на молоке, молоке сгущенном, из консервов, кофейный напиток отпускают по 200 мл.

635. Кофе черный. 1-й вариант (для кофеварки типа «Экспресс»)

	НЕТТО
Кофе натуральный	6
Выход	100

636. Кофе черный. 2-й вариант

	I НЕТТО	II и III НЕТТО
Кофе натуральный	60	40
Вода	1140	1100
или кофе натуральный растворимый	20	10
Вода	1030	1030
Выход	1000	1000

Варят и отпускают кофе черный, как указано выше

637. Кофе на молоке

	I и II НЕТТО	III НЕТТО
Кофе натуральный	40	30
или кофе натуральный с цикорием	40	30
Молоко	375	250
Вода	715	840
Сахар	125	100
Выход	1000	1000

Варят кофе черный (с 357), процеживают, добавляют горячее молоко, сахар и доводят до кипения

638. Кофе на молоке сгущенном

Кофе натуральный	40	30
или кофе натуральный с цикорием	40	30
Молоко цельное сгущенное с сахаром (консервы)		
Сахар	140	95
Вода	60	55
или молоко сгущенное стерилизованное (консервы)	955	995
сахар	170	115
вода	125	100
	920	980
Выход	1000	1000

В сваренный, процеженный кофе черный (с 357) добавляют молоко сгущенное, сахар, размешивают и доводят до кипения

	I
	НЕТТО

639. Кофе на молоке по-варшавски

Кофе натуральный	8
или кофе натуральный с цикорием	8
Вода	120
Сахар	25
Молоко топленое	100
Молоко для пенок	85
Выход	200/5 [1]

[1] *Масса пенок, получаемых из 85 г молока.*

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

	I
	НЕТТО

640. Кофе по-восточному

Кофе натуральный	10
Сахар	15
Вода	105
Выход	100

Мелко смолотый натуральный кофе (с. 357) засыпают в специальную посуду (турку), добавляют сахар, заливают холодной водой и доводят до кипения Подают кофе в турке или переливают в кофейные чашки, не процеживая. Отдельно подают холодную кипяченую воду.

По специальному заказу кофе по-восточному приготовляют без сахара

	I и II
	НЕТТО

641. Кофе черный с мороженым (глясе)

Кофе черный № 636 (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.

КАКАО

Какао и шоколад готовят в специально предназначенной для этой цели посуде. Отпускают какао и шоколад по 200 мл в чашках или стаканах

642. Какао с молоком

	I НЕТТО	II НЕТТО	III НЕТТО
Какао-порошок	35	25	20
Молоко	900	650	500
Вода	140	400	550
Сахар-песок	150	125	100
Выход	1000	1000	1000

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (100 мл) и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипяток и доводят до кипения.

643. Какао с молоком сгущенным

	II НЕТТО	III НЕТТО
Какао-порошок	25	20
Молоко цельное сгущенное с сахаром (консервы)	245	190
Сахар	15	15
Вода	820	880
или молоко сгущенное стерилизованное (консервы)	300	230
сахар	125	100
вода	750	820
Выход	1000	1000

Молоко сгущенное с сахаром или сгущенное стерилизованное (без сахара) разводят горячей водой и доводят до кипения. Напиток готовят, как указано в рец № 642

МОЛОКО, КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

На предприятия общественного питания молоко поступает пастеризованное в бутылках или пакетах, а также разливное — во флягах

Молоко, поступившее во флягах, перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этой цели Потери при кипячении молока составляют 5% Из бутылок и пакетов молоко, кефир и другие кисломолочные продукты наливают непосредственно в стаканы При этом потери при реализации составляют кефира — 3,5%, ацидофилина — 7,5%; ряженки — 3%; простокваши — 5%.

Молоко и кисломолочные продукты подают в стаканах

Кисломолочные продукты можно отпускать с сахаром по 5—10 г, а также с кукурузными или пшеничными хлопьями — по 15 г на порцию

Простоквашу, ряженку, поступающие в банках (емкостью 0,2 л), отпускают в этой же посуде

	БРУТТО	НЕТТО
644. Молоко кипяченое		
Молоко	211	200[1]
Выход	—	200

[1] Масса молока кипяченого

	БРУТТО	НЕТТО
645. Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка		
Кефир	207	200
или ацидофилин	216	200
или простокваша	211	200
или ряженка	206	200
Выход	—	200

ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЕ ПРОХЛАДИТЕЛЬНЫЕ НАПИТКИ

Плодово-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

	НЕТТО
646. Напиток апельсиновый или лимонный	
Апельсины	110[1]
Вода	1050
или лимоны	80[1]
Вода	1070
Сахар	120
Выход	1000

[1] Норма закладки указана массой брутто

Цедру, снятую с лимона или апельсина, мелко нарезают, заливают горячей водой, кипятят в течение 5 мин, а затем оставляют на 3—4 ч для настаивания. После процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый лимонный или апельсиновый сок и охлаждают.

	НЕТТО
647. Напиток клюквенный	
Клюква	132/125 [1]
Вода	1015
Сахар	120
Выход	1000

[1] В числителе указан масса брутто, в знаменателе — масса нетто.

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.

648. Напиток яблочный	
Яблоки [1]	142/125 [2]
Сахар	120
Вода	1040
Выход	1000

[1] При использовании яблок сладких сортов можно добавить 1 г кислоты лимонной.

[2] В числителе указана масса брутто, в знаменателе — масса нетто.

Яблоки с удаленным семенным гнездом 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.

649. Напиток из варенья	
Варенье брусничное, или черносмородиновое, или др.	100
Сахар	60
Кислота лимонная	1
Вода	1060
Выход	1000

Варенье разводят горячей водой и доводят до кипения, процеживают, одновременно протирая ягоды, добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения и охлаждают.

650. Напиток из сиропа	
Сироп малиновый, или вишневый, или апельсиновый, или яблочный	175
Вода кипяченая	835
Выход	1000

В сироп промышленного производства вливают небольшое количество теплой кипяченой воды (40° С), перемешивают, добавляют остальную кипяченую воду и охлаждают

	БРУТТО	НЕТТО
651. Напиток из кураги		
Курага	77	140 [1]
Мед	125	125
Вода	1000	1000
Выход	—	1000

[1] Масса вареной кураги.

Подготовленную курагу заливают горячей водой, варят, плоды протирают, соединяют с отваром, закрывают крышкой и настаивают в течение 25—30 мин. Затем добавляют мед и размешивают до полного его растворения.

652. Отвар шиповника		
Плоды шиповника сушеные	—	100
Вода	—	1000
Выход	—	1000

Промытые холодной водой плоды шиповника заливают кипятком, варят в закрытой посуде при слабом кипении 5—10 мин Затем оставляют для настаивания на 22—24 ч После этого отвар процеживают.

	НЕТТО
653. Квас хлебный из экстракта	
Экстракт хлебного кваса	90
Вода	910
Дрожжи прессованные	3
Сахар	11
Выход	1000

Экстракт хлебного кваса разводят кипяченой теплой водой. Дрожжи также разводят теплой кипяченой водой и оставляют на 20—30 мин, соединяют с разведенным экстрактом, добавляют сахар и оставляют на 5—6 ч для брожения при температуре 20° С, затем процеживают

654. Напиток «Петровский»	
Квас хлебный из экстракта № 653	985
Мед	25
Хрен (корень)	39/25 [1]
Выход	1000

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе — масса нетто.

В небольшое количество кваса добавляют мед, размешивают до полного растворения, соединяют с оставшимся квасом, кладут нарезанный тонкими ломтиками хрен, плотно закрывают и оставляют на 2—4 ч в охлажденном помещении Затем процеживают Подают с кусочками пищевого льда.

	БРУТТО	НЕТТО
655. Квас яблочный		
Яблоки свежие	227	200
Дрожжи (прессованные)	10	10
Сахар	100	100
Кислота лимонная	1	1
Вода	1000	1000
Выход	—	1000

У подготовленных яблок удаляют семенные гнезда, нарезают дольками, заливают горячей водой, кипятят в течение 5 мин и оставляют на 3—4 мин для настаивания Затем добавляют разведенные в теплом отваре дрожжи, сахар, лимонную кислоту, оставляют на 24 ч для брожения при температуре 20° С, процеживают и охлаждают.

Отпускают квас по 200 г на порцию.

656. Квас клюквенный		
Клюква	132	125
Дрожжи (прессованные)	4	4
Вода	1015	1015
Сахар	120	120
Выход	—	1000

Подготовленную клюкву протирают и отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, варят 5—8 мин и процеживают В отвар добавляют разведенные дрожжи, сахар, отжатый сок и оставляют на 5—6 ч для брожения при температуре 20° С, затем процеживают и охлаждают.

Отпускают по 200 г на порцию.

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Мучные изделия приготовляют из муки тонкого помола высшего или первого сорта с добавлением молока или воды, сахара, жира, яиц, сметаны и некоторых других пищевых продуктов. Большинство мучных изделий готовят с дрожжами

В рецептурах, где сортность муки не указана, допускается использовать муку обоих сортов.

В настоящем разделе приведены рецептуры на следующие группы мучных изделий

а) мучные блюда — пельмени, вареники, блины, блинчики и др;

б) мучные кулинарные изделия — пирожки, пончики, расстегаи, ватрушки кулебяки и др,

в) мучные гарниры — клецки, лапша домашняя, профитроли, корзиночки и др,

г) фарши для мучных изделий.

В рецептурах на мучные блюда (пельмени, вареники, блины, оладьи, блинчики) нормы расхода муки даются без учета ее влажности.

В рецептурах на все мучные кулинарные изделия (пирожки, ватрушки, кулебяки и т д) расход пшеничной муки указан с базисной влажностью 14,5%. При использовании пшеничной муки с влажностью ниже 14,5% расход ее снижается в размере 1% на каждый процент снижения влажности муки. При этом на такое же количество увеличивается расход влаги (воды, молока).

В случае использования муки с влажностью выше 14,5% расход ее соответственно увеличивается, количество влаги, предусмотренное рецептурой, уменьшается

Так, при приготовлении 100 шт пончиков расход пшеничной муки с базисной влажностью 14,5% должен составлять 2650 г. Поступившая на предприятие мука имеет влажность 12,5%

Согласно указанному выше для приготовления пончиков должно быть израсходовано муки на 2% меньше, чем это предусмотрено рецептурой для муки с базисной влажностью, т. е

$$2650 - \frac{2650 \times 2}{100} = 2597 \text{ г.}$$

Количество воды при этом должно быть соответственно увеличено на 53 г и, наоборот, если мука поступила с влажностью 16,5%, то для приготовления указанного количества пончиков ее должно быть взято

$$2650 + \frac{2650 \times 2}{100} = 2703 \text{ г,}$$

при этом расход воды должен быть соответственно уменьшен на 53 г

К сырью, используемому для приготовления мучных изделий, предъявляются следующие технологические требования

1 В холодное время, если мука имеет низкую температуру, ее следует выдержать в теплом помещении, с тем чтобы температура муки повысилась не менее чем до 12° С

2 Перед употреблением муку просеивают в специальных просеивателях или вручную, при этом, помимо того, что при просеивании удаляются комочки и посторонние предметы, мука обогащается кислородом воздуха, что облегчает замес теста, улучшает его качество и способствует лучшему его подъему. Потери при просеивании муки, составляющие 1%, учтены в рецептурах при определении выхода готовых изделий.

3 Прессованные дрожжи перед употреблением разводят в теплой воде с температурой 30—35° С, замороженные — подвергают постепенному размораживанию при температуре 4—6° С и процеживают. Сухих дрожжей (в виде порошка, крупки или таблеток) берут по массе в три раза меньше, чем свежих, при этом дрожжи разводят теплой водой и дают 1 ч постоять, а затем процеживают Для приготовления опары рекомендуется смешать сухие дрожжи с мукой и развести в теплой воде (на 100 г дрожжей и 1 кг муки 3 л воды), а через 1 ч процедить

4. Сахар, рафинадную пудру и соль просеивают через сито с размером ячеек 2—3 мм или их предварительно растворяют в воде и раствор процеживают

5. Углекислый аммоний измельчают и просеивают через сито с размером ячеек 1,5—2 мм или растворяют в воде с температурой не выше 25° С На одну часть углекислого аммония расходуют четыре части воды

6 Двууглекислый натрий (соду) просеивают через сито с размером ячеек не более 1,5—2 мм или растворяют в воде и процеживают через сито с размером ячеек 0,5 мм

7 Жиры, вводимые в растопленном виде, процеживают через сито с размером ячеек не более 1 мм, а используемые в твердом состоянии предварительно разрезают на куски и размягчают

8 Молоко цельное процеживают через сито с размером ячеек не более 1,0 мм, сухое — предварительно растворяют в воде, используемой для замеса, как описано на с 591.

9 Яйца перед использованием обрабатывают в соответствии с действующими санитарными правилами для предприятий общественного питания

Мороженый яичный меланж перед использованием размораживают, как указано на с 140 Для изделий, где при замесе теста применяется молоко или вода, перед процеживанием смешивают их с меланжем в соотношении 1 1

10 Яйца или яичный меланж для смазывания изделия взбивают до однородного состояния с добавлением воды в соотношении 1 0,3

МУЧНЫЕ БЛЮДА

657. Пельмени рыбные (полуфабрикат)

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	320	320
в том числе мука на подпыл	4	4
Яйца	1/2 шт	20
Вода	115	115
Соль	6	6
Масса теста	—	450
Хек[1]	570	370
Лук репчатый	120	100
Маргарин	50	50
Яйца	1 шт	40
Масса фарша	—	560
Яйца для смазки	1/2 шт	20
Выход	—	1000

[1] Норма закладки дана на хек тихоокеанский потрошеный обезглавленный.

В просеянную муку добавляют нагретую до 30—35° С воду, яйца, соль и замешивают тесто до однородной консистенции Подготовленное тесто выдерживают 30—40 мин.

Для фарша хек, разделанный на филе с кожей без костей, нарезают на куски и пропускают через мясорубку вместе с подготовленным репчатым луком, добавляют яйца, размягченный маргарин, соль, перец черный молотый и тщательно перемешивают

Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 1,5—2 мм Края раскатанного пласта шириной 5—6 см смазывают яйцами.

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 Масса 1 шт должна быть 12—13 г Сформованные пельмени укладывают в один ряд на обсыпанные мукой деревянные лотки и до варки хранят при температуре 0° С

658. Пельмени рыбные, запеченные в горшочке

Пельмени рыбные (полуфабрикат)	—	185
Масса отварных пельменей	—	200
Сметана	40	40
Сыр	11	10[1]
Масса запеченых пельменей	—	210
Масло сливочное или маргарин	10	10
Выход	—	220

[1] Масса тертого сыра.

Пельмени отваривают в кипящей подсоленной воде в течение 5—7 мин. Когда пельмени всплывут на поверхность, их осторожно вынимают шумовкой, затем укладывают в горшочек, заливают сметаной, посыпают тертым сыром и запекают в жарочном шкафу в течение 3—5 мин

При отпуске поливают растопленным маслом или маргарином

	БРУТТО	НЕТТО
659. Тесто для пельменей		
Мука пшеничная [1]	700	700
Яйца	1½ шт.	60
Вода	260	260
Соль	15	15
Выход	—	1000
Влажность, %	—	39

[1] Из указанного в рецептуре количества муки 1,0—1,5% используют для раскатки теста и посыпки инвентаря

Муку засыпают в тестомесильную машину, добавляют нагретую до 30—35° С 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

ПЕЛЬМЕНИ (ПОЛУФАБРИКАТ)

	660. Пельмени «Московские»		661. Пельмени из говядины и свинины		662. Пельмени со свининой и свежей капустой		663. Пельмени мясные	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Тесто для пельменей № 659	—	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 для смазки	20	20	20	20	20	20	20	20
Выход	—	1000	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Если свежая белокочанная капуста горчит, ее следует перед смешиванием со свининой бланшировать.

Для фарша котлетное мясо и лук измельчают на мясорубке, добавляют соль, сахар, перец и холодную воду, затем все тщательно перемешивают

Для пельменей со свининой 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

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

664. Пельмени отварные

	БРУТТО	НЕТТО
Пельмени (полуфабрикат) №№ 660—663	—	185
или пельмени (полуфабрикат) промышленного производства [1] мороженые	—	185
Масса вареных пельменей	—	200
Масло сливочное	10	10
или сметана	25	25
или уксус 3%-ный	25	25
или масло сливочное	10	10
и сыр	16,5	15 [2]
Выход: с маслом	—	210
со сметаной	—	225
с уксусом	—	225
с маслом и сыром	—	225

[1] Пельмени замороженные ТУ 10-02 01 110—89

[2] Масса тертого сыра

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

665. Пельмени по-мордовски

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	40	40
в том числе мука на подпыл	1	1
Яйца	1/8 шт.	5
Вода	16	16

	БРУТТО	НЕТТО
Соль	0,5	0,5
Масса теста	—	60
Фарш		
свинина (котлетное мясо)	53	45
картофель	55	41
лук репчатый	12	10
сахар	0,2	0,2
Масса фарша	—	5
Масса полуфабриката	—	55
Масса отварных пельменей	—	55
Масло сливочное или маргарин	10	10
Масса жареных пельменей	—	145
Масло сливочное	5	5
или соус №№ 547, 553, 554	50	50
Выход: с маслом	—	150
с соусом	—	195

В просеянную муку добавляют нагретую до 30—35° С воду, яйца, соль и замешивают тесто Подготовленное тесто выдерживают 30—40 мин Готовое тесто делят на куски, раскатывают на лепешки толщиной 1,5—2 мм и диаметром 100—120 мм, на середину которых укладывают фарш и защипывают «веревочкой»

Для фарша свинину нарезают кусочками массой 5—10 г, подготовленные картофель, лук репчатый нарезают кубиками, затем добавляют соль, сахар, перец черный молотый и тщательно перемешивают.

Подготовленные пельмени варят в кипящей подсоленной воде (на 1 кг пельменей 4 л воды и 20 г соли), при слабом кипении в течение 5—7 мин. Когда пельмени всплывут на поверхность, их вынимают шумовкой с крупными отверстиями или дуршлагом, затем жарят в жире до образования золотистого цвета Отпускают по 4 шт на порцию, поливая растопленным маслом сливочным или соусом томатным, или сметанным, или сметанным с томатом.

666. Пельмени старорусские с субпродуктами

Мука пшеничная	57	57
в том числе мука на подпыл	1	1
Яйца	1/4 шт.	10
Молоко	25	25
Сахар	2	2
Масло сливочное или маргарин	3	3
Соль	1	1
Масса теста	—	95
Фарш.		
сердце	70	60
легкие	81	75
грибы белые сушеные	1	2[1]
лук репчатый	6	5
масло сливочное или маргарин	4	4
Масса фарша	—	90
Масса полуфабриката	—	185
Масса готовых пельменей	—	200
Масло сливочное или маргарин	10	10

[1] Масса вареных грибов

	БРУТТО	НЕТТО
или сметана	25	25
или уксус 3%-ный	25	25
Выход с жиром	—	210
со сметаной	—	225
с уксусом	—	225

В просеянную муку добавляют нагретое до 30—35° С молоко, яйца, сахар, масло сливочное или маргарин, соль и замешивают тесто Подготовленное тесто выдерживают 30—40 мин для набухания клейковины и придания тесту эластичности, после чего раскатывают в пласт толщиной 1,5—2 мм

На тесто кладут рядами шарики фарша массой 10 г на расстоянии 3—4 см один от другого Края теста приподнимают, накрывают им фарш, после чего вырезают пельмени специальным приспособлением или формочкой с заостренными краями Масса 1 шт должна быть 20 г Оставшиеся обрезки теста используют при повторной раскатке Сформованные пельмени укладывают в один ряд на посыпанные мукой деревянные лотки и до варки хранят при температуре ниже 0° С

Для фарша подготовленные легкие, сердце нарезают и отваривают в подсоленной воде, охлаждают и пропускают через мясорубку Вареные грибы мелко нарезают и обжаривают вместе с мелко нарезанным репчатым луком Измельченные субпродукты соединяют с грибами и луком, добавляют соль, перец и тщательно перемешивают

Подготовленные пельмени варят в кипящей подсоленной воде (на 1 кг пельменей 4 л воды и 2 г соли) при слабом кипении в течение 5—7 мин Когда пельмени всплывут на поверхность, их вынимают и порционируют по 9 шт. на порцию

При отпуске пельмени поливают растопленным сливочным маслом или маргарином, или сметаной, или уксусом Можно посыпать мелко нарезанной зеленью укропа или петрушки (3—4 г нетто на порцию).

667. Курзе с зеленью (пельмени с фаршем из зелени — дагестанское национальное блюдо)

Мука пшеничная	95	95
в том числе мука на подпыл	2	2
Вода	35	35
Соль	1,2	1,2
Масса теста	—	130
Фарш		
крапива ранняя	92	75
или щавель свежий	99	75
яйца	3/8 шт.	15
лук репчатый	24	20/10 *
или лук зеленый	19	15/10 *
кулинарный жир	2	2
соль	1	1
перец черный молотый	0,05	0,05
Масса фарша	—	100
Масса полуфабриката	—	230
Масса вареных изделий (курзе)	—	250
Приправа		
сметана	21	21
чеснок	4	3

* В числителе указана масса лука нетто, в знаменателе — масса лука пассерованного

	БРУТТО	НЕТТО
соль	0,6	0,6
вода	6	6
Масса сметанно-чесночной приправы	—	30
Выход	—	280

Из просеянной муки, воды и соли замешивают пресное тесто Готовое тесто делят на кусочки массой 24 г, раскатывают на лепешки толщиной 1,5—2 мм, на середину которых кладут фарш массой 20 г и защипывают «елочкой», придавая изделию овальную форму с одним заостренным концом.

Для фарша подготовленную крапиву или щавель мелко нарезают Лук репчатый или зеленый пассеруют, соединяют с зеленью, добавляют сырые яйца, соль, перец черный молотый и перемешивают.

Подготовленные изделия опускают в кипящую подсоленную воду и варят в течение 8—10 мин Когда изделия всплывут на поверхность, их вынимают шумовкой

Отпускают курзе по 5 шт на порцию При отпуске поливают сметанно-чесночной приправой

Для сметанно-чесночной приправы сметану смешивают с растертым с солью чесноком и разводят охлажденной водой

668. Пельмени жареные

Пельмени отварные № 664	—	230
Маргарин столовый	18	18
Масса жареных пельменей	—	200
Масло сливочное	10	10
или соус №№ 540, 553, 554	50	50
Выход: с маслом	—	210
с соусом	—	250

Отварные пельмени жарят в жире до образования золотистого цвета. При отпуске пельмени поливают маслом, соус подают отдельно

669. Пельмени, запеченные в сметане

Пельмени отварные № 664	—	200
Сметана	40	40
Сыр	11	10[1]
Масса запеченных пельменей	—	210
Масло сливочное	10	10
Выход	—	220

[1] Масса тертого сыра

Пельмени кладут на сковороду, заливают сметаной, посыпают тертым сыром и запекают в жарочном шкафу При отпуске поливают маслом

670. Манты с бараниной (казахское национальное блюдо)

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	75	75
в том числе мука на подпыл	5	5
Вода	30	30
Соль	1	1
Масса теста	—	100
Баранина (лопаточная или тазобедренная части)	200	143
Лук репчатый	77	65
Перец красный молотый	1	1
Соль	1,5	1,5
Вода	20	20
Масса фарша	—	228
Масса полуфабриката	—	328
Масло растительное (на смазку каскана)	5	5
Уксус 3%-ный	15	15
Выход	—	315

Из муки, воды и соли замешивают крутое тесто (влажность 39%), накрывают влажной тканью и выдерживают в течение 40—60 мин.

Готовое тесто закатывают тонкими жгутами, делят их на кусочки массой 19—20 г и раскатывают на круглые лепешки с утонченными краями На середину лепешек укладывают фарш и края защипывают посередине, придавая изделию круглую или овальную форму.

Для фарша баранину нарезают мелкими кубиками, смешивают с мелко рубленным репчатым луком, добавляют соль, перец, холодную воду и все перемешивают.

Манты укладывают на смазанную жиром решетку, вставляемую в специальный котел (каскан), и варят на пару в течение 30 мин.

Отпускают по 5 шт. на порцию (1 шт. — 60 г) с уксусом и красным перцем или без уксуса, соответственно уменьшив выход.

Примечание. При использовании нежирного мяса баранины необходимо добавить жир-сырец курдючный (10 г на порцию), при этом соответственно уменьшить норму мяса

671. Тесто для вареников

	1-й вариант БРУТТО	1-й вариант НЕТТО	2-й вариант БРУТТО	2-й вариант НЕТТО
Мука пшеничная [1]	695	695	695	695
Яйца	1 1/3 шт.	53 [2]	1 1/3 шт.	53 [2]
Молоко	245	245	—	—
или вода	245	245	270	270
Сахар	25	25	—	—
Соль	12	12	12	12
Выход	—	1000	—	1000
Влажность, %	—	37	—	40

[1] Из указанного в рецептуре количества муки 1—1,5% используют для раскатки теста и посыпки инвентаря

[2] В том числе 10 г для смазки теста при формовке вареников.

В муку добавляют нагретое до 30—35° С молоко или воду Затем вводят яйца, соль, сахар и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию Перед формовкой тесто выдерживают 30—40 мин.

672. Вареники с творожным, фруктовым или овощным фаршем

	БРУТТО	НЕТТО
Тесто для вареников [1]	82	82
Фарш №№ 723, 724, 734, 735	—	103 [2]
или повидло [3]	104	103
Масса сырых вареников	—	185
Масса вареных вареников	—	200
Масло сливочное	10	10
или сметана	25	25
или масло сливочное	5	5
и сметана	20	20
Выход: с маслом	—	210
со сметаной	—	225
с маслом и сметаной	—	225

[1] Для вареников с творожным и фруктовым фаршами или с повидлом используют 1-й вариант теста, с овощными фаршами — 2-й вариант.

[2] Здесь и далее в рец. №№ 680, 687—689, 695—699 размеры потерь при порционировании учтены в рецептурах фаршей и указаны на с. 394.

[3] В случае использования жидкого повидла часть его (до 3%) заменяют мукой

Вареники формуют так же, как и пельмени (с 368), но более крупных размеров (на 10—11 г теста 12—13 г фарша на 1 шт) Вареники опускают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении 5—7 мин.

При отпуске вареники (7—8 шт на порцию) поливают маслом, или сметаной, или маслом и сметаной Вареники с фруктовым фаршем отпускают со сметаной.

673. Грибные ушки

Мука пшеничная	45	45
в том числе мука на подпыл	2	2
Яйца	1/3 шт	13
Вода	9	9
Соль	2	2
Масса теста	—	65
Фарш:		
грибы белые сушеные	17	34 [1]
лук репчатый	8	7
маргарин	6	6
Масса фарша	—	35
Масса полуфабриката	—	100
Масло растительное	10	10
Выход	—	85

[1] Масса вареных грибов

В просеянную муку добавляют нагретую до 30—35° С воду, яйца, соль и замешивают тесто, выдерживают 30—40 мин для набухания клейковины и придания тесту эластичности Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 2 мм, нарезают на полоски, затем на треугольники массой 13 г, на которые укладывают грибной фарш массой 7 г, края защипывают, придавая изделиям треугольную форму

Для фарша подготовленные сушеные грибы варят, мелко нарезают, добавляют мелко нарезанный репчатый лук, соль, перец и обжаривают на жире

Сформованные ушки укладывают на нагретую сковороду и жарят с растительным маслом в течение 15—20 мин

Грибные ушки по 5 шт на порцию подают к грибному бульону. Можно их отварить в грибном бульоне и в нем же подать

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
674. Блины						
Мука пшеничная	66	66	72	72	75	75
Яйца	1/4 шт.	10	1/10 шт.	4	—	—
Сахар	4	4	3	3	3	3
Маргарин столовый	5	5	3	3	—	—
Молоко	110	110	—	—	—	—
Вода	—	—	115	115	118	118
Дрожжи (прессованные)	4	4	3	3	3	3
Соль	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Масса теста	—	195	—	195	—	195
Маргарин столовый	5	5	5	5	5	5
или кулинарный жир, или масло растительное	4	4	4	4	4	4
Масса готовых блинов	—	150	—	150	—	150
Масло сливочное	10	10	10	10	10	10
или сметана	20	20	20	20	20	20
или джем, или повидло	20,2	20	20,2	20	20,2	20
или мед	15,2	15	15,2	15	15,2	15
или икра	25,5	25	25,5	25	25,5	25
или кета	38	25	38	25	38	25
или семга [1]	35	25	35	25	35	25
или сельдь [1]	52	25	52	25	52	25
Выход: с маслом	—	160	—	160	—	160
со сметаной, или повидлом, или джемом	—	170	—	170	—	170
с медом	—	165	—	165	—	165
с икрой, или кетой, или семгой, или сельдью	—	175	—	175	—	175

[1] Нормы закладки указаны на семгу мелкую, сельдь соленую, пряного посола, маринованную неразделанную среднего размера

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.

675. Блины со сладким соусом по-старо-елецки

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	65	65
Сметана	50	50
Кефир	37	37
Яйца	1 шт.	40
Масло сливочное или маргарин	10	10
Сахар	2	2
Соль	2	2
Натрий двууглекислый	2	2
Масса теста		205
Масло растительное	5	5
Масса готовых блинов	—	150
Соус:		
мед	10	10
масло сливочное или маргарин	10	10
сметана	11	11
Масса соуса	—	30
Выход	—	180

Кефир соединяют со сметаной, добавляют сахар, соль, подготовленный двууглекислый натрий, желтки яиц, растопленное сливочное масло или маргарин. Затем всыпают просеянную муку, тщательно перемешивают до получения однородной массы и процеживают. Белки взбивают и осторожно смешивают с тестом. Выпекают блины с обеих сторон на нагретых чугунных сковородах, смазанных растительным маслом. Толщина блинов должна быть не менее 3 мм.

Для соуса мед, масло сливочное или маргарин, сметану перемешивают и доводят до кипения.

При отпуске блины нарезают, укладывают конвертиками. Соус подают отдельно

676. Блины гречневые

Мука гречневая	50	50
Мука пшеничная	16	16
Молоко или вода	105	105
Дрожжи (прессованные)	4	4
Яйца	3/8 шт.	15
Сахар	3	3
Маргарин	6	6
Соль	1	—
Масса теста	—	195
Кулинарный жир	4	4
Масса готовых блинов	—	150

	БРУТТО	НЕТТО
Масло сливочное или маргарин	10	10
или сметана	20	20
Выход: с жиром	—	160
со сметаной	—	170

Дрожжи разводят в теплом молоке или воде при температуре 30—35° С Из пшеничной муки готовят опару муку просеивают и всыпают в теплое молоко или воду (1/3 от нормы, предусмотренной рецептурой), предварительно разведя в нем дрожжи, и ставят в теплое место После того как опара поднимется и осядет, вливают остальное молоко или воду, всыпают гречневую муку, перемешивают до образования однородной массы Замешанное тесто оставляют в теплом месте (25—35° С), в процессе брожения тесто обминают. После того как тесто увеличится в объеме, добавляют яичные желтки, растопленный маргарин, сахар, соль, перемешивают и вводят взбитые яичные белки

Блины выпекают с обеих сторон на нагретых чугунных сковородах, смазанных жиром

Подают в горячем виде с маслом или маргарином, или сметаной по 3 шт. на порцию

677. Шульо мелна (блины овсяные — марийское национальное блюдо)

Мука овсяная	78	78
Сахар	5	5
Молоко или вода	180	180
Дрожжи (прессованные)	3	3
Соль	3	3
Масса теста	—	260
Шпик (для смазки сковороды)	10	10
Масса готовых блинов	—	200
Масло сливочное или маргарин	10	10
или сметана	30	30
Выход с жиром	—	210
со сметаной	—	230

В молоко или воду, подогретую до температуры 35—40° С (60—70% от общего количества жидкости), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают просеянную овсяную муку (55—60% от нормы), перемешивают до образования однородной массы и ставят в помещение с температурой 25—35° С на 2—3 ч для брожения Когда опара увеличится в объеме, добавляют остальное молоко или воду, соль, сахар, оставшуюся муку и снова ставят в теплое место на 50—60 мин В процессе брожения тесто перемешивают (обминают)

Блины можно приготовить безопарным способом

Блины выпекают с обеих сторон на разогретых чугунных сковородах, смазанных вытопленным шпиком

Отпускают блины по 2—3 шт на порцию с маслом сливочным или маргарином, или сметаной

678. Блины кукурузные (чечено-ингушское национальное блюдо)

Мука кукурузная	25	25
Мука пшеничная	45	45
Молоко	120	120

	БРУТТО	НЕТТО
Сахар	4	4
Соль	1,5	1,5
Маргарин	5	5
Дрожжи прессованные	4	4
Яйца	1/4 шт.	10
Масса теста	—	210
Маргарин	5	5
Масса готовых блинов	—	160
Масло сливочное	10	10
или сметана	20	20
или джем, повидло	20	20
Выход: с маслом	—	170
со сметаной	—	180
с джемом или повидлом	—	180

Просеянную кукурузную муку заливают горячим молоком (одну треть количества по рецептуре) и массу слегка охлаждают. Одновременно в небольшом количестве молока растворяют сахар, соль, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают и соединяют с оставшимся молоком, нагретым до температуры 35—40° С, и предварительно подготовленной кукурузной мукой Затем добавляют просеянную муку пшеничную и замешивают тесто до однородной консистенции. Перед окончанием замеса вводят растопленный маргарин Тесто ставят на 2 ч в теплое место (температура 25—35° С) для брожения. По окончании его в тесто добавляют растертые желтки, взбитые белки яиц, осторожно вымешивают и оставляют в теплом месте еще на 30 мин

Блины выпекают с обеих сторон на разогретых чугунных сковородах, смазанных маргарином, толщина их должна быть не менее 3 мм.

Отпускают блины по 4 шт на порцию

679. Блинчики-полуфабрикат (оболочка)

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 сковородах 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

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант		3-й вариант	
680. Блинчики с мясным, ливерным, творожным, яблочным фаршем, джемом, повидлом или вареньем						
Блинчики (полуфабрикат) № 679	—	185	—	100	—	100
или полуфабрикат [1]	—	—	—	100	—	100
Фарш №№ 710—715, 735	—	93	-	50	—	—
или фарш № 733	—	—	—	—	—	89
или джем, повидло, варенье	—	—	50,5	50	—	—
Масса полуфабриката	—	278	—	150	—	189
Маргарин столовый	12	12	6	6	12	12
или кулинарный жир	10	10	5	5	10	10
Масса жареных блинчиков с фаршем	—	250	—	135	—	170
Масло сливочное или маргарин столовый	10	10	5	5	10	10
или рафинадная пудра	10	10	5	5	10	10
или сметана	30	30	20	20	30	30
Выход: с маслом или рафинадной пудрой	—	260	—	140	—	180
со сметаной	—	280	—	155	—	200

[1] Блинчики-полуфабрикат, приготовленные на электрической вращающейся жаровне

На поджаренную сторону блинчика кладут фарш, завертывают в виде прямоугольных плоских пирожков, обжаренных 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

	БРУТТО	НЕТТО
681. Тесто для оладий		
Мука пшеничная	481	481
Яйца	3/5 шт.	23
Молоко или вода	481	481
Дрожжи (прессованные)	14	14
Сахар	17	17
Соль	9	9
Выход	—	1000

Тесто для оладий готовят так же, как для блинов (рец. № 674), но более густой консистенции

682. Оладьи

	БРУТТО	НЕТТО
Тесто для оладий № 681	—	176
Маргарин столовый	9	9
или кулинарный жир	7	7
Масса готовых оладий	—	150
Масло сливочное	10	10
или сметана	20	20
или джем, или повидло, или мед, или варенье	15,2	15
или сахар	15	15
Выход: с маслом	—	160
со сметаной	—	170
с джемом, повидлом, медом, вареньем	—	165
с сахаром	—	165

Оладьи выпекают на разогретых (чугунных) сковородах, толстостенных 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.

Наименование сырья и полуфабрикатов	683. Оладьи с изюмом		684. Оладьи с яблоками	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Тесто для оладий № 681	156	156	161	161
Изюм	20,4	20	—	—
Яблоки свежие	—	—	21	15
Масса полуфабриката	—	176	—	176
Масло сливочное или маргарин столовый	9	9	9	9
или кулинарный жир	7	7	7	7
Масса готовых оладий	—	150	—	150
Масло сливочное	10	10	10	10
или сметана	20	20	20	20
или сахар	—	—	15	15
Выход: с маслом	—	160	—	160
со сметаной	—	170	—	170
с сахаром	—	—	—	165

В тесто для оладий перед выпеканием добавляют тщательно перебранный и промытый изюм, или предварительно очищенные от кожицы и семенного гнезда и нарезанные мелкими кубиками или соломкой яблоки

Оладьи выпекают, как показано в рец. № 682. При отпуске оладьи (3 шт. на порцию) поливают маслом или сметаной или посыпают сахаром.

МУЧНЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

В рецептурах указан расход сырья и полуфабрикатов (теста и фарша) на 100 шт пирожков, чебуреков, пончиков, расстегаев, ватрушек, а кулебяк — на 10 кг

Рецептуры на различные виды теста даны с учетом потерь при брожении, замесе, хранении. Расход полуфабрикатов дан с учетом потерь при разделке. Количество муки, расходуемой для подпыла (подсыпки), указано в рецептурах (4—6% от общего количества муки)

Рецептуры теста, пирожков, ватрушек, кулебяк, приготовленных в соответствии с ТУ 28-50—90 «Тесто охлажденное Полуфабрикаты», отмечены звездочкой

685. Тесто дрожжевое * и тесто дрожжевое сдобное

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья на 1 кг в г				
	для пирожков жареных		для пирожков печеных		для ватрушек, пирогов, кулебяк и др [1]
	простых *	сдобных	простых *	сдобных	
Мука пшеничная высшего или 1-го сортов [1]	605	576	633	640	641
Сахар	39	55	44	46	34
Маргарин столовый	20	70	19	69	29
Меланж	—	96	—	69	34
Соль	10	10	10	8	10
Дрожжи (прессованные)	19	28	19	23	19
Вода	332	190	300	170	258
Выход	1000	1000	1000	1000	1000
Влажность, %	42	37	40	33	38

[1] Тесто для ватрушек, кулебяк и других изделий рекомендуется готовить из муки высшего сорта

Дрожжевое тесто приготовляют двумя способами — опарным и безопарным. Безопарным способом тесто приготовляют преимущественно для изделий с малым содержанием сдобы (сахара, маргарина), опарным — для изделий с большим содержанием сдобы (тесто дрожжевое сдобное).

БЕЗОПАРНЫЙ СПОСОБ

В дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35—40° С воду, предварительно разведенные в воде с температурой не выше 40° С и процеженные дрожжи, сахар, соль, добавляют меланж или яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7—8 мин. После этого вводят растопленный маргарин и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок дежи

Дежу закрывают крышкой и ставят на 3—4 ч для брожения в помещение с температурой 35—40° С. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1—2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1—2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз

ОПАРНЫЙ СПОСОБ

В дежу вливают подогретую до температуры 35—40° С воду (60—70% от общего количества жидкости), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают муку (35—60%) и перемешивают до получения однородной массы Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35—40° С на 2,5—3 ч для брожения. Когда опара увеличится в объеме в 2—2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, меланж или яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленный маргарин.

Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2—2,5 ч для брожения За время брожения тесто обминают 2—3 раза.

686. Тесто слоеное пресное для мучных изделий

	Расход сырья на 1 кг в г
Мука пшеничная высшего сорта	531
в том числе	
на подпыл при раскатке	27
на подготовку жиров	22
Маргарин	217
Меланж	34
Соль	10
Кислота лимонная	1
Вода	227
Выход	1000
Влажность, %	35

В дежу тестомесильной машины вливают холодную воду, раствор кислоты лимонной, добавляют меланж, соль, муку и замешивают тесто в течение 15—20 мин до получения однородной массы

Замешанное тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой, и оставляют на 20—30 мин для набухания белков

Подготовка маргарина. Параллельно с замесом теста производится подготовка маргарина Для этого маргарин нарезают на небольшие куски, кладут в

тестомесильную машину, всыпают муку (10% от массы маргарина) и перемешивают Затем массу выкладывают на стол, придают форму прямоугольных плоских кусков (150×300 мм) толщиной 20 мм и охлаждают в холодильной камере до температуры 12—14° С

Слоение теста. Тесто раскатывают в прямоугольные пласты (300×600 мм) толщиной в средней его части 20—25, а по краям несколько тоньше — 17—20 мм На середину этих пластов кладут подготовленные лепешки маргарина массой 2,2 кг, концы теста соединяют сбоку и защипывают их Подготовленное тесто с маргарином раскатывают на тестораскаточных машинах, имеющих одну пару вальцов, расстояние между которыми можно менять в пределах 1—50 мм Вначале между вальцами устанавливают большой зазор, около 20 мм Пласты теста прокатывают через вальцы, затем расстояние между вальцами уменьшают Тесто складывают в четыре слоя, вновь прокатывают, снова складывают в четыре слоя и помещают в холодильную камеру на 30—40 мин После охлаждения тесто раскатывают, складывают в четыре слоя и снова охлаждают Операцию по раскатке, складыванию теста в четыре слоя и охлаждению повторяют еще один раз. Затем тесто прокатывают дважды при расстоянии между вальцами 10 и 6 мм. Готовое тесто имеет 256 слоев

Раскатка теста вручную. Подготовленное тесто формуют в виде шара, делают на нем крестообразный надрез и оставляют на 20—30 мин для набухания белков Затем тесто раскатывают на подпыленном мукой столе до толщины 20—25 мм в средней его части, а к краям несколько тоньше (до 17—20 мм), получая при этом пласт крестообразной формы с четырьмя овальными концами. С пласта теста сметают муку и на середину его кладут подготовленный маргарин, который накрывают четырьмя свободными концами теста Края пласта соединяют между собой и защипывают Таким образом получается конверт из теста, внутри которого находится слой маргарина Затем это тесто с маргарином подпыляют мукой и начиная от середины раскатывают скалкой в прямоугольный пласт толщиной 10 мм С пласта тщательно сметают муку, складывают его вдвое, чтобы противоположные края сходились в середине, а затем складывают еще раз вдвое и помещают для охлаждения в холодильную камеру с температурой 2—4° С на 30—40 мин Раскатку теста, свертывание в четыре слоя и охлаждение повторяют еще три раза

687. Пирожки печеные из дрожжевого теста	Расход сырья и полуфабрикатов, г			
	Пирожки простые массой 75 г	Сдобные пирожки		
		массой 100 г	массой 60 г	массой 35 г
Тесто дрожжевое № 685	5800	6400	4300	2200
Мука на подпыл	174	192	129	66
Фарш №№ 710—732, 734, 735	2500	4500	2500	1800
или повидло, джем	2525/2500 [1]	4545/4500 [1]	2525/2500 [1]	—
Жир для смазки листов	25	35	20	15
Меланж для смазки пирожков	150	200	120	70
Выход (шт.)	100	100	100	100

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе — масса нетто с учетом потерь при порционировании

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1—1,5 кг, закатывают

его в жгут и делят на куски требуемой массы (58, 64, 43 и 22 г соответственно). Затем куски формуют в шарики, дают им расстояться 5—6 мин и раскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5—1 см На середину каждой лепешки кладут фарш (капустный, рисовый, рыбный, мясной с луком и др), повидло или джем (по 25, 45, 25 и 18 г на пирожок) и защипывают края, придавая пирожку форму «лодочки», «полумесяца», цилиндрическую и др

Сформованные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки За 5—10 мин перед выпечкой изделия смазывают яйцом Пирожки выпекают при температуре 200—240° С 8—10 мин

Примечание В случае использования жидкого повидла часть его (8—10%) заменяют мукой

688. Пирожки жареные из дрожжевого теста	Расход сырья и полуфабрикатов, г		
	Пирожки простые с фаршем массой 75 г	Пирожки простые с повидлом или джемом массой 75 г	Пирожки сдобные массой 60 г
Тесто дрожжевое № 685	5100	5600	3600
Фарш №№ 710—731, 735	2500	—	2500
или повидло [1], джем	—	2020/2000 [2]	2525/2500 [2]
Масло растительное для смазывания инвентаря и оборудования	25	25	20
Жир для жаренья	600	600	450
Выход (шт)	100	100	100

[1] Для пирожков сдобных в случае использования жидкого повидла часть его (до 300 г) заменяют мукой

[2] В числителе указана масса брутто, в знаменателе — масса нетто с учетом потерь при порционировании.

Тесто дрожжевое для пирожков жареных приготовляется безопарным способом слабой консистенции Инвентарь и оборудование смазывают растительным маслом Использовать муку на подсыпку при разделке теста и формовке изделий запрещается Мука, обугливаясь во время жаренья, снижает качество жира, в результате чего ухудшается внешний вид изделий и повышается расход жира.

Тесто массой 0,5—1 кг закатывают на смазанном растительным маслом столе в жгут и порционируют на кусочки требуемой массы (50, 55 и 35 г соответственно) Кусочки теста формуют в шарики, раскладывают их на смазанные растительным маслом столы на расстоянии 4—5 см один от другого После 5—6 мин расстойки шарики теста переворачивают на другую сторону и придают им форму лепешек толщиной 4—5 мм. На середину лепешки кладут фарш, повидло или джем, перегибают лепешку пополам, соединяют края, придают изделию форму полумесяца и укладывают на смазанные маслом кондитерские листы

После 20—30 мин расстойки пирожки обжаривают в специальных жарочных аппаратах либо в электрических или газовых жарочных аппаратах с регулированием степени нагрева, запрещается жарить пирожки в наплитной посуде

Для жаренья пирожков применяют масло растительное рафинированное — подсолнечное, хлопковое, соевое, арахисовое, смесь 50% растительного рафинированного масла и 50% говяжьего топленого жира, смесь 50% растительного рафинированного масла и 50% кулинарного жира

Температуру жира в жарочном аппарате доводят до 180—190° С В нагретый жир погружают пирожки в количестве, не превышающем по массе 1/4 массы фритюра

В процессе жаренья изделия переворачивают и продолжают жарить до образования равномерной золотистой корочки по всей поверхности. Готовые пирожки выгружают на сетчатую поверхность и дают стечь жиру

Пирожки, вырабатываемые на автоматах, приготавливают в соответствии с технологической инструкцией к ТУ 28-11—83

Для предупреждения порчи жира при жаренье пирожков необходимо соблюдать следующие правила

не вносить в жир вместе с пирожками крошек теста, муки, фарша, не допускать перегрева жира, прекращать нагрев жира сразу же после окончания жаренья пирожков;

при обжаривании пирожков особое внимание должно быть обращено на качество фритюрного жира. Жир, имеющий прогорклость, значительное потемнение, независимо от времени его использования не может быть применен в качестве фритюра.

689. Пирожки печеные из пресного слоеного теста	Расход сырья и полуфабрикатов, г на пирожки	
	массой 75 г	массой 60 г
Тесто слоеное № 686	5800	4400
Мука на подпыл	116	88
Фарш №№ 710—732, 735	3000	2600
Меланж для смазки пирожков	150	120
Выход (шт)	100	100

Слоеное тесто раскатывают в пласт толщиной 6—7 мм и формуют пирожки в виде круга, полукруга или треугольника На приготовление 1 пирожка массой 75 и 60 г расходуется 58 и 44 г теста и 30 и 26 г фарша соответственно

Для пирожков круглой формы из раскатанного теста вырезают гладкой или гофрированной выемкой кружки — по два на каждый пирожок. Половину вырезанных кружков кладут на лист и поверхность их смазывают меланжем На середину кружков укладывают фарш, накрывают остальными кружками и прижимают тесто вокруг фарша выемкой меньшего размера.

Для пирожков в форме полукруга из раскатанного теста вырезают гладкой или гофрированной выемкой лепешки овальной формы, которые смазывают меланжем На середину их кладут фарш, противоположные края лепешки соединяют и зажимают.

Для пирожков в форме треугольника из раскатанного теста вырезают кусочки квадратной формы Поверхность кусочков смазывают меланжем и на середину их кладут фарш Кусок теста складывают вдвое наискось, закрывая фарш так, чтобы противоположные углы совпали Края теста прижимают.

Сформованные пирожки укладывают рядами на лист на расстоянии 2—3 см один от другого, смазывают меланжем и сразу же выпекают при температуре 240—250° С в течение 20—25 мин

690. Пончики

	Расход сырья и полуфабрикатов, г
Мука пшеничная 1-го сорта	2650
Сахар	300
Маргарин столовый	150
Меланж	100
Соль	25
Дрожжи (прессованные)	80
Вода	1550
Масса теста	4500
Рафинадная пудра	300
Масло растительное для смазки инвентаря и оборудования	25
Масло растительное для жарения	500
Выход	100 шт. по 45 г + 3 г пудры

Тесто для пончиков готовят безопарным способом слабой консистенции (влажность 43%) Инвентарь и оборудование при разделке теста смазывают растительным маслом Тесто разделывают так же, как для пирожков жареных, придавая пончикам форму колец или шариков. После 20—30 мин расстойки пончики обжаривают в жире (с 383, 384) Готовые пончики посыпают рафинадной пудрой

691. Чебуреки

	БРУТТО	НЕТТО
Мука пшеничная	4500	4500
Молоко	1750	1750
Соль	50	50
Масса теста	—	6000
Баранина	5035	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 (с 391), 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 (с 383, 384)

Отпускают чебуреки по 2 шт на порцию

692. Береки (мучное изделие с мясом — калмыцкое национальное блюдо)

Мука пшеничная	41	41
в том числе мука на подпыл	2	2

	БРУТТО	НЕТТО
Яйца	1/4 шт	10
Вода	11	11
Соль	0,6	0,6
Масса теста	—	60
Фарш		
баранина (котлетное мясо)	168	120
или говядина (котлетное мясо)	163	120
шпик	5,2	5
лук репчатый	12	10
вода	10	10
Масса фарша	—	140
Масса полуфабриката	—	200
Масса готовых береков	—	215
Масло сливочное или маргарин	—	10
Выход	—	225

В просеянную муку добавляют нагретую до 30—35° С воду, яйца, соль и замешивают тесто до получения однородной консистенции Подготовленное тесто выдерживают 30—40 мин для набухания клейковины и эластичности

Готовое тесто делят на куски массой 30 г, раскатывают на лепешки толщиной 1,5—2 мм, на середину которых кладут фарш и края защипывают, придавая овальную форму

Для фарша подготовленное мясо, шпик нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку вместе с луком репчатым В массу добавляют воду, соль, перец и перемешивают

Береки отваривают в кипящей подсоленной воде

Отпускают по 2 шт на порцию, поливая сверху растопленным маслом сливочным или маргарином

693. Шанежки наливные с яйцами

Мука пшеничная	6200	6200
в том числе мука на подпыл	160	160
Дрожжи (прессованные)	185	185
Сахар	433	433
Яйца	4 шт	160
Соль	92	92
Вода	3000	3000
Масса теста	—	10000
Яйца	35 шт	1400
Сметана	400	400
Масса яично-сметанной смеси	—	1800
Масса полуфабриката	—	11800
Масло растительное (для смазки)	16	16
Рафинадная пудра	600	600
Выход	—	100 шт по 100 г + 6 г пудры

Тесто готовят безопарным способом В подогретую до температуры 35—40° С воду кладут предварительно разведенные в теплой воде и процеженные дрожжи, сахар, яйца, соль, всыпают просеянную муку и замешивают тесто до однородной консистенции Емкость закрывают крышкой и ставят на 3—4 ч для брожения в помещение с температурой 35—40° С В процессе брожения тесто обминают 2—3 раза

Готовое тесто делят на куски массой 100 г и раскатывают на лепешки толщиной 10 мм На смазанный растительным маслом кондитерский лист укладывают лепешки и ставят для расстойки

Сваренные вкрутую яйца рубят, соединяют со сметаной и перемешивают

Перед выпечкой поверхность лепешек смазывают яично-сметанной смесью и выпекают при температуре 230—240° С в течение 8—10 мин

Готовые шанежки посыпают рафинадной пудрой

	БРУТТО	НЕТТО
694. Беляши (казахское национальное блюдо)		
Мука пшеничная	80	80
Вода или молоко	40	40
Дрожжи (прессованные)	2	2
Сахар	2	2
Соль	1	1
Масса теста	—	120
Говядина (котлетное мясо)	149	110
или баранина (котлетное мясо)	154	110
Лук репчатый	24	20
Перец черный молотый	0,5	0,5
Соль	2	2
Вода	15	15
Масса фарша	—	144
Масса полуфабриката	—	264
Масло растительное для жаренья и смазки стола и листов	17	17
Выход	—	240 (3 шт по 80 г)

Готовое дрожжевое тесто, приготовленное опарным или безопарным способом, разделывают на лепешки массой 40 г, на середину лепешки кладут 48 г фарша, придают изделиям круглую форму, при этом края защипывают так, чтобы фарш был виден

Для фарша мясо пропускают через мясорубку с крупной решеткой, добавляют мелко рубленный репчатый лук, соль, перец, воду, перемешивают до однородной консистенции

Беляши укладывают на сковороду с раскаленным до температуры 180—190° С жиром отверстием вниз, жарят с обеих сторон до готовности Подают по 3 шт на порцию Можно отпускать беляши поштучно.

695. Ватрушки	Расход сырья и полуфабрикатов, г	
	из дрожжевого теста *	из пресного слоеного теста *
Тесто дрожжевое № 685	5800	—
Тесто слоеное № 686	—	5800
Мука на подпыл	174	157
Фарш № 734	3000	3000
или повидло	3030/3000 [1]	3030/3000 [1]
Меланж для смазки ватрушек	150	150
Жир для смазки листов	25	—
Выход	или 100 шт по 75 г 200 шт по 36 г	100 шт по 75 г 200 шт по 36 г

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе — масса нетто с учетом потерь при порционировании

Дрожжевое тесто для ватрушек готовят опарным способом Из теста формуют шарики массой 58 или 29 г, укладывают их швом вниз на лист, смазанный жиром, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубление, которое заполняют начинкой по 30 или 15 г соответственно

После полной расстойки ватрушки смазывают меланжем и выпекают при температуре 230—240° С 6—8 мин

При приготовлении ватрушек с повидлом меланжем смазывают только края теста, при этом смазывать края теста следует до заполнения лепешек повидлом.

Слоеное пресное тесто раскатывают в пласт толщиной 5 мм и вырезают из него выемкой кружки массой 58 или 29 г для каждой ватрушки Края кружков защипывают с таким расчетом, чтобы образовалась лепешка с бортиком Лепешки укладывают на листы, прокалывают их в нескольких местах и заполняют начинкой по 30 или 15 г соответственно Ватрушки смазывают меланжем и сразу же выпекают при температуре 230—250° С в течение 15—20 мин

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов, г		
	696 Расстегаи с мясом или рыбой массой 143 г [1]	**697. Расстегаи закусочные массой 50 г**	**698. Расстегаи московские массой 210 г**
Мука пшеничная высшего или 1-го сортов	7800	2950	10000
в том числе мука на подпыл	312	118	400
Сахар	300	110	500
Маргарин столовый	400	150	500
Меланж	700	350	—
Соль	80	30	110
Дрожжи (прессованные)	140	90	150
Вода для замеса теста	2800	1000	4300
Масса теста (оболочки)	12000	4500	15000
Фарш №№ 710, 716	4000	1500	7500
или фарш №№ 711, 714, 715, 718, 731, 732	4000	—	7500
Жир для смазки листов	25	15	40
Выход (шт)	100	100	100

[1] *При отпуске расстегаев с мясом на фарш можно положить* 7 г сваренного вкрутую и нарубленного или нарезанного кружочком яйца, а при отпуске расстегаев с рыбой — 7 г малосольной лососины или семги Масса одного расстегая с яйцом или семгой — 150 г

Тесто для расстегаев влажностью 38% готовят опарным способом (с 381) Из готового теста формуют шарики массой 120, 45 или 150 г, расстаивают в течение 5—10 мин и раскатывают на круглые лепешки, на середину которых кладут фарш по 40, 15 и 75 г соответственно Затем края теста защипывают веревочкой так, чтобы середина пирожка осталась открытой Сформованные расстегаи укладывают на смазанный жиром лист, дают расстояться, затем смазывают их меланжем и выпекают при температуре 230—240° С 8—10 мин

699. Кулебяки

	Расход сырья и полуфабрикатов, г	
	из дрожжевого теста *	из пресного слоеного теста *
Тесто дрожжевое № 685	6000	—
Тесто слоеное № 686	—	6300
Мука на подпыл	180	126
Фарш №№ 710—732	5300	5300
Меланж для смазки кулебяк	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° С 45—60 мин

Слоеное тесто для кулебяк готовят так же, как описано на с 381, 382 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 соленого теста смазывают меланжем, прокалывают сверху в 2—3 местах и выпекают при температуре 210—230° С 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

700. Пироги закрытые

Сырье и полуфабрикаты	Расход сырья и полуфабрикатов, г, на пирог			
	с рыбой и картофелем	с рыбой и яйцами	с рыбой и капустой	с картофелем и свининой
Тесто дрожжевое № 685	780	780	780	780
Мука на подпыл	23	23	23	23
Фарш (полуфабрикат)				
из рыбы и картофеля	380	—	—	—
из рыбы и яиц	—	380	—	—
из рыбы и капусты	—	—	380	—
из картофеля и свинины	—	—	—	380
Жир для смазки листов	4	4	4	4
Меланж для смазки пирогов	20	20	20	20
Выход	1000	1000	1000	1000

Дрожжевое тесто, приготовленное безопарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 760—800 г, делят его на две части и раскатывают их на пласты толщиной 1—1,5 см На один пласт кладут равномерно по всей поверхности фарш (из рыбы и картофеля, или рыбы и яиц, или рыбы и капусты, или картофеля и свинины) массой 380 г, накрывают его вторым пластом и защипывают

Пироги укладывают на кондитерский лист, предварительно смазанный жиром, для расстойки За 5—10 мин перед выпечкой пироги смазывают меланжем, делают несколько проколов и выпекают при температуре 210—240° С в течение 30—45 мин

701. Колбасные, мясные изделия, запеченные в тесте

	Расход сырья и полуфабрикатов, г
Сосиски	5128/5000 [1]
или сардельки	5128/5000 [1]
или колбаса вареная	5728/5000 [1]
или котлеты из говядины или свинины № 416	5000
Тесто (для простых пирожков печеных) № 685	5800
Мука на подпыл	174
Жир для смазки листов	100
Яйца или меланж для смазки изделий	300
Выход	100 шт по 100 г

[1] В числителе указана масса брутто, в знаменателе — масса готового продукта

Предварительно сваренные сосиски, сардельки, обжаренную колбасу или жареные котлеты и порции мяса охлаждают и запекают в тесте в виде рулетов или пирожков овальной формы Шов у пирожков делают сверху, и часть его можно оставить незащипанной, с тем чтобы был виден запеченный продукт

Изделия смазывают яйцом или меланжем и выпекают в течение 20—30 мин при температуре 230—240° С

МУЧНЫЕ ГАРНИРЫ

702. 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° С, добавляют 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)

703. Лапша домашняя

Мука пшеничная	875	875
Мука на подпыл	60	60
Яйца	6¼ 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 ч при температуре 40—50° С

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	

704. Гренки из пшеничного хлеба

Хлеб пшеничный	1875	1575	1435	1205
Масло сливочное	—	—	205	205
Выход	—	1000	—	1000

Пшеничный хлеб очищают от корок [1], нарезают кубиками (10×10 мм) и подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу (1-й вариант) или нарезают ломтиками и обжаривают в масле (2-й вариант)

[1] Корки хлеба используют для приготовления панировочных сухарей

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО

705. Гренки с сыром

Хлеб пшеничный	1385	1165	1488	1250	—	—
Сыр	386	350[1]	288	261[1]	—	—
Масло сливочное	115	115	100	100	—	—
Выход	—	1000	—	1000	—	

[1] Масса тертого сыра

Батоны пшеничного хлеба очищают от корок, нарезают тонкими ломтиками, кладут на кондитерский лист, посыпают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маслом и поджаривают в жарочном шкафу

	I		II и III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
706. Гренки острые				
Хлеб пшеничный	1010	850	1112	935
Сыр	435	394[1]	385	349[1]
Яйца[2] (желтки)	10 шт	160	8 3/4 шт	140
Масло сливочное	100	100	85	85
Томатная паста	80	80	70	70
Перец красный молотый	1	1	—	—
Выход	—	1000	—	1000

[1] Масса тертого сыра
[2] Белки яиц используют для приготовления белковых полуфабрикатов

Пшеничный хлеб нарезают ломтиками прямоугольной формы (4×6 см) толщиной 0,5 см и слегка обжаривают на масле (12% от общей массы масла) с обеих сторон Тертый сыр смешивают с томатной пастой, яичными желтками, маслом и молотым красным перцем Полученной массой густо намазывают ломтики хлеба, укладывают их на кондитерский лист и запекают в жарочном шкафу

	БРУТТО	НЕТТО
707. Профитроли		
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° С 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° С в течение 30—35 мин

Профитроли кладут в бульон при отпуске или подают отдельно

708. Волованы		
Мука пшеничная высшего сорта	2265	2265
в том числе мука на подпыл	91	91
Маргарин столовый	1505	1505
Меланж	200	200
Уксусная эссенция 80%-ная	3,5	3,5

	БРУТТО	НЕТТО
Соль	25	25
Вода	800	800
Масса теста	—	4700
Меланж для смазки волованов	100	100
Выход	—	100 шт по 40 г или 200 шт по 20 г

Из пресного слоеного теста раскатывают пласт толщиной 5 мм и гофрированной выемкой круглой или овальной формы вырезают лепешки по две на каждый волован

Половину лепешек укладывают на смоченный холодной водой лист и смазывают их меланжем На них накладывают вторые лепешки с вырезанной серединой Изделия смазывают меланжем и выпекают при температуре 250—260° С в течение 25—30 мин

Для крутонов из раскатанного теста вырезают овальной гофрированной выемкой лепешки, которые укладывают на лист, смазывают меланжем и выпекают

Волованы и крутоны используют для приготовления горячих и холодных закусок и вторых блюд

709. Корзиночки (тарталетки) для закусок

Мука пшеничная	1657	1657
Маргарин столовый	386	386
Молоко	386	386
Сметана	200	200
Меланж	228	228
Сахар	57	57
Соль	17	17
Масса теста	—	2841
Выход	—	100 шт по 25 г

В молоке растворяют меланж, сахар, соль, добавляют муку (50%), размягченный маргарин и сметану Все перемешивают до однородной консистенции и добавляют остальную муку Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 2—3 мм и вырезают кружочки по размеру формочек. Вырезанные кружочки вкладывают в формочки, прижимают тесто к внутренней поверхности форм, прокалывают в нескольких местах, заполняют их горохом или крупой для сохранения формы и выпекают Когда корзиночки сверху и снизу подрумянятся, их вынимают из формочек, освобождают от крупы, охлаждают, заполняют различными салатами, мясными, рыбными продуктами и подают как холодную закуску

Из данного теста могут быть выпечены корзиночки массой по 40 г или лепешки по 20—30 г для тарталеток, канапе

ФАРШИ

В разделе приводятся рецептуры 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, грибного, 1,5% — для ливерных, рисовых, яблочных и 2% — для рыбных фаршей

Муку, указанную в рецептурах, используют для приготовления белого соуса, которым заправляют фарш Соус приготовляют на бульоне, полученном при варке или тушении мяса, рыбы, грибов и других продуктов, из которых приготовляют 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

Коэффициенты замены репчатого лука, яиц, зелени приведены в табл 26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд»

Сухой яичный порошок перед внесением в фарш смешивают с четырехкратным количеством воды и запекают до готовности в жарочном шкафу Полученный омлет мелко режут

Фарши следует приготовлять в небольших количествах по мере их реализации Готовые фарши следует немедленно охладить, не допуская замерзания Хранить фарши без охлаждения не разрешается Оставлять фарши на следующий день не допускается

Наименование сырья и полуфабрикатов	710. Фарш мясной с луком		711. Фарш мясной с яйцом		712. Фарш мясной с рисом		713. Фарш мясной с рисом и яйцом	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Говядина (котлетное мясо)	1709	1258	1477	1078	1359	1000	1207	888
или свинина (котлетное мясо)	1303	1110	—	—	1035	882	920	784
или баранина, козлятина (котлетное мясо)	1676	1198	—	—	1331	952	1183	846
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 [1]	—	—	—	—	100	100	75	75
Масса вареного риса	—	—	—	—	—	280	—	210
Мука пшеничная	10	10	10	10	8	8	9	9
Яйца	—	—	3¼ шт	129	—	—	2⁹/₁₀ 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

[1] При изготовлении фаршей для блинчиков крупу рисовую допускается заменять крупой пшеничной, или гречневой, или перловой с учетом их развариваемости

[2] Здесь и далее фарш можно приготовлять без добавления зелени

Первый способ приготовления мясного фарша с луком Котлетное мясо промывают, разрезают на куски и обжаривают на жире, после чего мясо перекладывают в глубокую посуду, добавляют бульон или воду (15—20% к массе мяса нетто) 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

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 приготовляют 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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
714. Фарш ливерный (1-й вариант)						
Легкие	800	736	1000	920	1400	1288
Сердце	321	273	428	364	—	—
Печень (говяжья)	281	233	—	—	—	—
Маргарин столовый	80	80	60	60	40	40
Лук репчатый	100	84	100	84	100	84
Масса пассерованного лука	—	42	—	42	—	42
Мука пшеничная	10	10	10	10	10	10
Перец черный молотый	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Соль	10	10	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Субпродукты промывают и нарезают на куски Сердце нарезают на две — четыре части и тщательно промывают до полного удаления сгустков крови

Подготовленные сердце и легкие отваривают в подсоленной воде, а печень жарят Субпродукты пропускают через мясорубку, кладут слоем не более 2—3 см на предварительно разогретые противни с маргарином и обжаривают при помешивании

В эту массу добавляют пассерованный репчатый лук, белый соус, соль, перец и перемешивают

	БРУТТО	НЕТТО
715. Фарш ливерный с кашей		
Фарш ливерный № 714	—	520
Каша рисовая, пшеничная, гречневая или перловая рассыпчатая № 463	—	490
Выход	—	1000

В ливерный фарш добавляют рассыпчатую кашу и перемешивают.

Наименование сырья и полуфабрикатов	716. Фарш рыбный		717. Фарш рыбный с рисом		718. Фарш рыбный с рисом и визигой	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Окунь морской [1]	1555	1026	1136	750	1295	855
или треска [1]	1405	1026	1027	750	1171	855
или сом (кроме океанического)	2280	1026	1667	750	1900	855
или судак	2138	1026	1563	750	1781	855
или филе сазана, выпускаемое промышленностью	1115	1026	815	750	929	855
Масса готовой рыбы [2]	—	841	—	615	—	701
Крупа рисовая	—	—	120	120	40	40
Масса вареного риса	—	—	—	336	—	112
Визига сухая (промышленная)	—	—	—	—	46	46
Масса вареной визиги	—	—	—	—	—	138
Лук репчатый	150	126	100	84	50	42
Масса пассерованного лука	—	63	—	42	—	21
Мука пшеничная	10	10	10	10	10	10
Маргарин столовый	100	100	40	40	40	40
Петрушка (зелень)	9	7	9	7	9	7
Перец черный молотый	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Соль	12	12	12	12	12	12
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

[1] Нормы закладки даны на окунь морской, треску потрошеные обезглавленные

[2] При изготовлении рыбных фаршей допускается использование рыб других пород с незначительным содержанием межмышечных костей

Филе окуня морского, или трески, или сома, или судака без кожи и костей или с кожей без костей, или филе сазана промышленной выработки нарезают на куски и припускают Готовую рыбу измельчают, добавляют пассерованный лук, зелень петрушки, белый соус и тщательно перемешивают

При приготовлении фарша рыбного с рисом готовый рыбный фарш смешивают с рассыпчатым рисом; фарша рыбного с рисом и визигой — с рассыпчатым рисом и подготовленной визигой

Сухую визигу перед отвариванием замачивают на 2—3 ч в холодной воде и варят до полного размягчения в подсоленной воде (10 г соли на 1 л воды)

Готовую визигу измельчают или пропускают через мясорубку, после чего прогревают с растопленным маргарином

Из визиги можно готовить самостоятельный фарш так же, как фарш рыбный с рисом и визигой, заменив массу готовой рыбы эквивалентным количеством визиги

Сырье	719. Фарш из рыбы и картофеля		720. Фарш из рыбы и яиц		721. Фарш из рыбы и капусты		722. Фарш из картофеля и свинины	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Хек	887	630	887	630	915	650	—	—
Картофель	333	250	—	—	—	—	957	340
Лук репчатый	83	70	190	160	—	—	238	200
Маргарин	80	80	100	100	—	—	—	—
Яйца	—	—	6 шт.	240	—	—	—	—
Лук репчатый	—	—	—	—	190	160	—	—
Масло растительное	—	—	—	—	100	100	—	—
Масса пассерованного лука	—	—	—	80	—	80	—	100
Капуста белокочанная свежая или	—	—	—	—	482	386	—	—
Капуста квашеная	—	—	—	—	551	386	—	—
Масса готовой капусты	—	—	—	—	—	290	—	—
Свинина жирная	—	—	—	—	—	—	338	294
Масса жареной свинины	—	—	—	—	—	—	—	200
Перец черный молотый	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5
Соль	12	12	12	12	12	12	10	10
Выход	1000		1000		1000		1000	

[1] Нормы закладки даны на хек тихоокеанский потрошеный обезглавленный.

Для фарша из рыбы хек разделывают на филе без кожи и костей и нарезают на мелкие кусочки

Для фарша из рыбы и картофеля нарезанные кусочки хека соединяют с сырым очищенным картофелем, нарезанным ломтиками, добавляют лук репчатый, нарезанный полукольцами, соль, перец черный молотый и перемешивают, сверху на фарш равномерно кладут рубленый маргарин

Для фарша из рыбы и яиц нарезанные кусочки хека соединяют с рублеными яйцами, сваренными вкрутую, добавляют мелко нарезанный пассерованный лук репчатый, соль, перец и перемешивают

Для фарша из рыбы и капусты подготовленную свежую капусту шинкуют, кладут слоем не более 3 см на противень с растительным маслом и жарят до полуготовности Затем капусту охлаждают, соединяют с нарезанными кусочками хека, добавляют мелко нарезанный пассерованный лук репчатый, соль, перец и перемешивают

Для фарша из рыбы и 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 с разогретым маслом слоем не более 3—4 см и, периодически помешивая, жарят, затем охлаждают, соединяют с нарезанными кусочками хека, добавляют мелко нарезанный пассерованный лук репчатый, соль, перец и перемешивают.

Для фарша из картофеля и свинины сырой очищенный картофель и свинину нарезают тонкими ломтиками Свинину обжаривают до полуготовности, добавляют мелко нарезанный лук репчатый и жарят еще 10—15 мин и охлаждают Нарезанный картофель соединяют с обжаренной с луком свининой, добавляют соль, перец и перемешивают

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	
723. Фарш картофельный с грибами или луком				
Картофель	1017	740[1]	1209	880[1]
Лук репчатый	214	90[1]	310	130[1]
Грибы сушеные	90	180[1]	—	—
Масло растительное	30	30	40	40
Соль	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000

[1] Масса овощей и грибов указана после тепловой обработки

Очищенный картофель варят, отвар полностью сливают, затем картофель в горячем виде протирают, смешивают с пассерованным до готовности луком или вареными нарезанными грибами и луком

Наименование сырья и полуфабрикатов	724. Фарш из свежей капусты		725. Фарш из квашеной капусты	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Капуста белокочанная свежая	1500	1200	—	—
Капуста квашеная	—	—	1589	1112
Маргарин столовый	70	70	48	48
Масса готовой капусты	—	900	—	945
Яйца	2½ шт	100	—	—
или лук репчатый	238	200	95	80
Маргарин столовый	30	30	12	12
Масса пассерованного лука	—	100	—	40
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

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 с разогретым маргарином 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

Наименование сырья и полуфабрикатов	**726. Фарш морковный**		**727. Фарш морковный с яйцом**		**728. Фарш морковный с рисом**	
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Морковь	1359	1087	1183	946	1019	815
Масса готовой моркови	—	1000	—	870	—	750
Крупа рисовая	—	—	—	—	89	89
Масса вареного риса	—	—	—	—	—	250
Яйца	—	—	3¼ шт	130	—	—
Сахар	10	10	10	10	10	10
Маргарин столовый или масло сливочное	50	50	80	80	80	80
Соль	8	8	8	8	8	8
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Морковь очищают, промывают и пропускают через овощерезку, затем припускают в небольшом количестве воды (8—10% к массе нетто моркови) с жиром К припущенной моркови добавляют соль, сахар, вареные рубленые яйца *или рассыпчатый рис* и перемешивают

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
729. Фарш из зеленого лука с яйцом						
Лук зеленый	—	—	1031	825	1106	885
Маргарин столовый	—	—	70	70	50	50
Яйца	—	—	3 шт.	120	2 шт.	80
Петрушка (зелень)	—	—	20	15	20	15
Соль	—	—	12	12	12	12
Выход	—	—	—	1000	—	1000

Зеленый лук очищают, промывают, обсушивают, мелко режут, соединяют с рублеными яйцами, растопленным маргарином, солью, мелко нарезанной зеленью и перемешивают

730. Фарш грибной

	БРУТТО	НЕТТО
Грибы сушеные	410	410
Масса вареных грибов	—	820
Маргарин столовый или масло растительное	50	50
Лук репчатый	100	84
Масса пассерованного лука	—	42
Мука пшеничная	10	10
Перец черный молотый	0,2	0,2
Соль	20	20
Выход	—	1000

Сушеные белые грибы тщательно промывают, а затем отваривают Полученный отвар процеживают и используют для приготовления белого соуса Вареные грибы моют, обсушивают, пропускают через мясорубку Измельченные грибы слегка поджаривают, добавляют пассерованный лук, перец, соль, соус и все тщательно перемешивают

Наименование сырья и полуфабрикатов	731. Фарш рисовый с яйцом		732. Фарш рисовый с грибами	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
Крупа рисовая	300	300	320	320
Масса вареного риса	—	840	—	896
Яйца	3 шт	120	—	—
Грибы белые сушеные	—	—	58	58
Масса вареных грибов	—	—	—	116
Маргарин столовый	80	80	70	70
Лук репчатый	—	—	50	42
Масса пассерованного лука	—	—	—	21
Укроп, петрушка (зелень)	14	10	—	—
Перец черный молотый	—	—	0,2	0,2
Соль	10	10	10	10
Выход	—	1000	—	1000

Готовят отварной рис, как описано на с 150, затем добавляют растопленный маргарин, рубленые яйца, мелко нарезанную зелень петрушки или укропа и осторожно перемешивают

Для фарша рисового с грибами отваренные и измельченные грибы поджаривают и смешивают с рассыпчатым рисом и пассерованным луком

733. Фарш творожный (для блинчиков)

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

	I		II		III	
	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
734. Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников)						
Творог	792	784	841	833	915	906
Яйца	2 шт.	80	2 шт.	80	1 шт.	40
Сахар	90	90	80	80	50	50
Мука пшеничная	40	40	40	40	40	40
Масло сливочное	40	40	—	—	—	—
Ванилин	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1
Выход	—	1000	—	1000	—	1000

Творог пропускают через протирочную машину. Затем добавляют яйца, муку, сахар, масло сливочное, ванилин и все тщательно перемешивают.

	БРУТТО	НЕТТО	БРУТТО	НЕТТО
	1-й вариант		2-й вариант	
735. Фарш яблочный				
Яблоки свежие	1150	1012	1186	830
Сахар	300	300	200	200
Выход	—	1000	—	1000

1-й вариант Свежие яблоки промывают, удаляют семенное гнездо, поврежденные части и нарезают ломтиками Нарезанные яблоки пересыпают сахаром, добавляют воду (20—30 г на 1 кг яблок) и варят, помешивая, при слабом нагреве до тех пор, пока масса не станет густой Яблоки можно очищать от кожицы, соответственно увеличив массу брутто

2-й вариант У яблок удаляют семенное гнездо и кожицу, а затем нарезают ломтиками или кубиками и пересыпают сахаром

ПРИЛОЖЕНИЕ

РАСЧЕТЫ РАСХОДА СЫРЬЯ, ВЫХОДА ПОЛУФАБРИКАТОВ И ГОТОВЫХ ИЗДЕЛИЙ

МЯСО

Обработка мяса крупного рогатого и мелкого скота

Говядина, баранина, козлятина, телятина, свинина поступают на предприятия общественного питания в остывшем, охлажденном и замороженном виде Говядина поступает полутушами и четвертинами, баранина, козлятина, телятина — целыми тушами, свинина — полутушами и тушами Кроме того, предприятия снабжаются крупнокусковыми, порционными и другими полуфабрикатами

Мороженое мясо вначале размораживают Мясо размораживают крупными частями (не менее четверти туши), стремясь максимально восстановить первоначальное качество мяса Размораживают мясо в подвешенном состоянии так, чтобы туши, полутуши и четвертины не соприкасались между собой и с ограждениями камер Размораживание может быть медленным и быстрым

При наличии на предприятии общественного питания холодильных камер, вмещающих 3—5-дневный запас мяса, процесс его медленного размораживания происходит одновременно с хранением, так как мясо поступает при температуре около —18° С, а температура в холодильных камерах составляет от 0 до +6—8° С Относительную влажность воздуха при этом следует поддерживать в пределах 90—95% Размораживание считается законченным, когда температура в толще мышц достигает 0 +1° С

В тех случаях, когда на предприятиях нет условий для медленного размораживания, допускается быстрое размораживание мяса

Быстрое размораживание проводят в цехе при температуре 20—25 °С и относительной влажности воздуха 85—95% в течение суток Размораживание считается законченным, когда температура в толще мышц достигает —1,5—0,5° С Для уменьшения потерь сока при разделке быстроразмороженное мясо выдерживают в холодильных камерах в подвешенном состоянии при температуре 0+2° С и относительной влажности воздуха 80—85% в течение 24 ч Общий цикл при быстром размораживании составляет 48 ч Размораживание мяса в воде недопустимо по санитарным правилам, а также из-за больших потерь растворимых веществ

Перед разделкой с туш срезают загрязненные места, кровяные сгустки, ветеринарные клейма, мясо подвешивают на крючья и обмывают щеткой-душем или струей воды из брандспойта Можно мыть мясо в ваннах с проточной водой, в этом случае применяют травяные щетки Для мытья используют воду с температурой от +20 до 38° С В конце мойки туши охлаждают водой с температурой 12—15° С, а затем обсушивают при помощи циркулирующего воздуха с температурой 1—6° С

Разделка туш

Разделка туш состоит из следующих операций деление на отрубы, обвалка отрубов, выделение крупных кусков мяса, их жиловка и зачистка

Отруб — мясо-костная часть, отделяемая от туши в соответствии с принятой схемой разделки (рис 1, 2, 3)

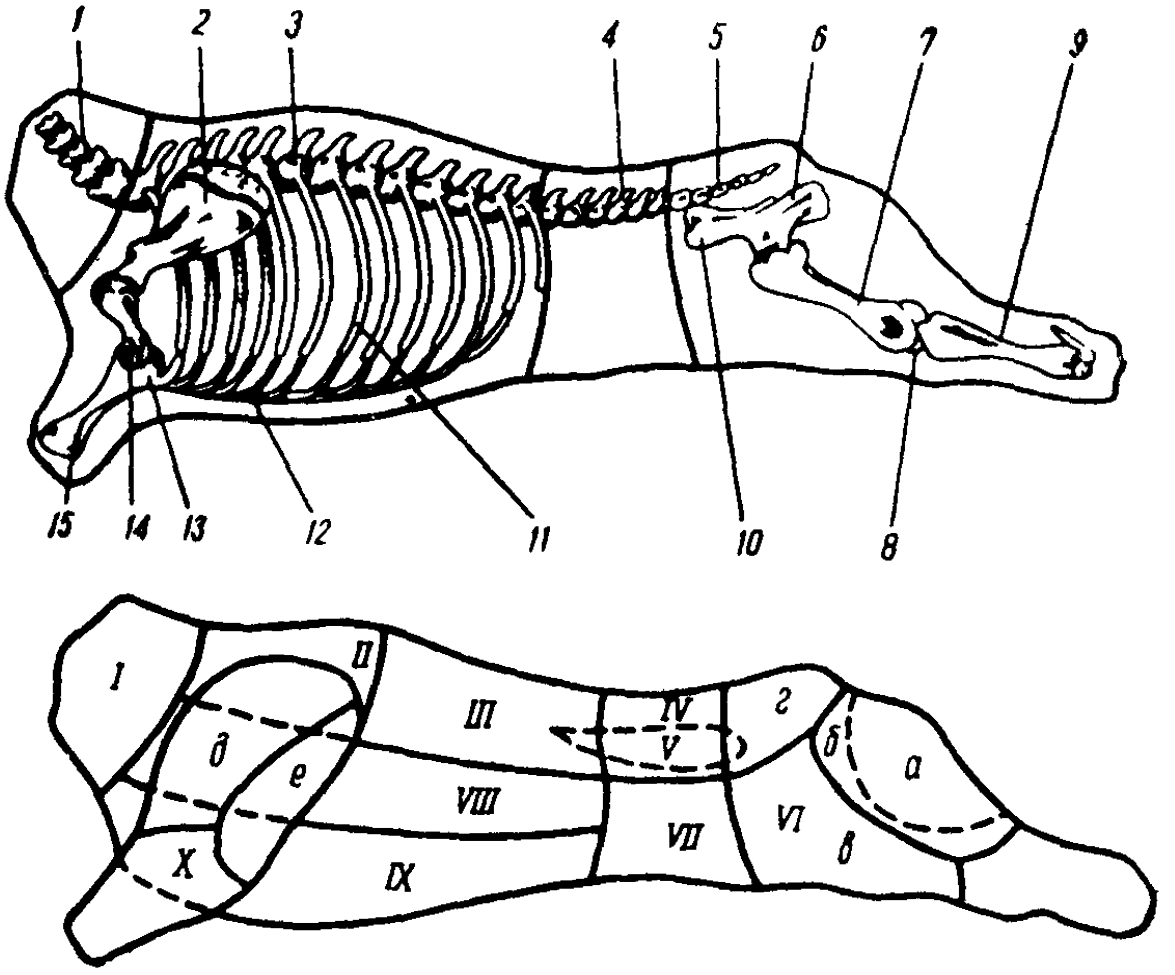


РИС 1

Название костей и схема разделки говяжьей туши

Название костей

1 — шейные позвонки, *2* — лопатка, *3* — тринадцать спинных позвонков, *4* — шесть поясничных позвонков, *5* — крестцовые позвонки, *6* — подвздошная кость, *7* — бедренная кость, *8* — коленная чашка, *9* — большая берцовая кость, *10* — бугор подвздошной кости (маклак), *11* — ребра, *12* — грудная кость, *13* — локтевая кость, *14* — плечевая кость, *15* — лучевая кость

Схема разделки говяжьей туши

I — шейная часть, *II* — подлопаточная часть, *III* — спинная часть длиннейшей мышцы спины (толстый край), *IV* — поясничная часть длиннейшей мышцы спины (тонкий край), *V* — вырезка, *VI* — тазобедренная часть (*а* — внутренний кусок, *б* — наружный кусок, *в* — боковой кусок, *г* — верхний кусок), *VII* — пашина, *VIII* — покромка, *IX* — грудинка, *X* — лопаточная часть (*д* — заплечная часть, *е* — плечевая часть)

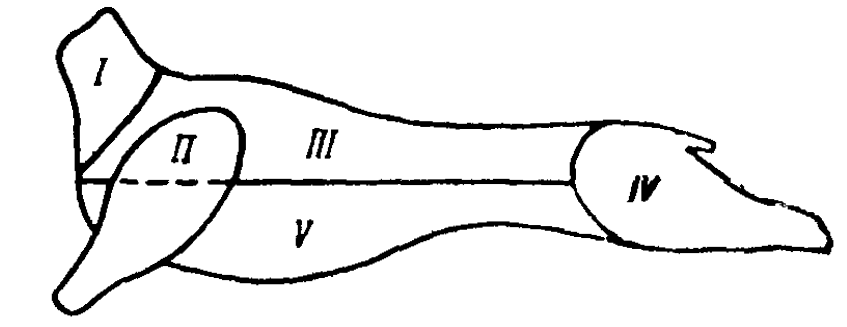


РИС 2
Схема разделки бараньей туши

I — шейная часть, *II* — лопаточная часть, *III* — корейка, *IV* — тазобедренная часть, *V* — грудинка

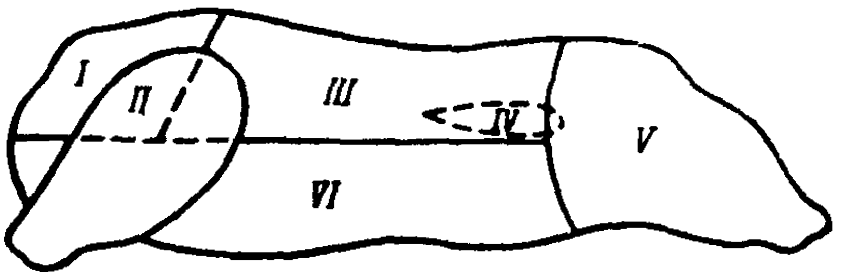


РИС 3
Схема разделки свиной туши.

I — шейная часть, *II* — лопаточная часть, *III* — корейка *IV* — вырезка, *V* — тазобедренная часть *VI* — грудинка

Таблица 5

Кулинарное использование крупнокусковых полуфабрикатов

Наименование крупнокусковых полуфабрикатов	Изготовляемые полуфабрикаты		
	крупнокусковые	порционные	мелкокусковые
1	2	3	4
Из говядины			
Вырезка	для жаренья целиком (ростбиф)	бифштексы, филе, лангеты	бефстроганов, мясо для шашлыка
Спинная часть длиннейшей мышцы спины (толстый край)	То же	антрекоты, ромштексы	поджарка, бефстроганов
Поясничная часть длиннейшей мышцы спины (тонкий край)	»	То же	То же
Верхний и внутренний куски тазобедренной части	для тушения целиком	ромштексы, зразы натуральные	»
Боковой и наружный куски тазобедренной части	для тушения и варки целиком	говядина духовая	азу
Лопаточная и подлопаточная части	для варки	—	гуляш
Мякоть грудинки	для варки целиком	—	»
Покромка от говядины I категории	То же	—	»
Из баранины, козлятины			
Корейка	для жаренья целиком	котлеты натуральные, эскалоп шницели	мясо для шашлыка
Тазобедренная часть	для жаренья целиком		мясо для шашлыка
Лопаточная часть	для жаренья целиком	баранина духовая	мясо для плова
Грудинка	для жаренья в фаршированном виде	грудинка, жаренная во фритюре	рагу
Из свинины			
Вырезка, корейка	для жаренья целиком	вырезка натуральная, котлеты натуральные, отбивные, эскалопы	мясо для шашлыка, поджарка
Тазобедренная часть	для жаренья целиком	шницели	мясо для шашлыка, поджарка

Продолжение

1	2	3	4
Лопаточная часть	для жаренья целиком	свинина духовая	гуляш
Грудинка	для жаренья целиком в натуральном и фаршированном виде	—	рагу по-домашнему
Шейная часть	для жаренья целиком	свинина духовая	гуляш
Из телятины I категории (молочной)			
Корейка	для жаренья целиком	котлеты натуральные, отбивные, эскалопы	—
Тазобедренная часть	для жаренья целиком	шницели	—
Лопаточная часть	для варки и жаренья целиком	—	—
Грудинка	для варки и жаренья целиком в натуральном и фаршированном виде	грудинка, жаренная во фритюре	—

Таблица 6

Среднетушевые нормы отходов и потерь при холодной обработке мяса для предприятий общественного питания, работающих на сырье

(в % к массе мяса на костях)

Наименование сырья	Упитанность			
	I категории	II категории		III категории
Говядина	26,4	29,5		—
Баранина, козлятина (без ножек)	28,5	33,8		—
Телятина (молочная)	34	—		—
Свинина	—	мясная	обрезная	жирная
		14,8	16,6	12,8

Примечание. При разделке баранины и козлятины с ножками отходы увеличиваются на 1,3%

Таблица 7

Содержание костей в отдельных полуфабрикатах

(в % к массе полуфабриката)

Наименование полуфабриката	Баранина		Свинина		
	Упитанность		II категории		III категории
	I категории	II категории	мясная	обрезная	жирная
Корейка с реберной костью	14,3	23,7	9,7	8,9	9,4
Грудинка с реберной костью	23,0	28,9	9,8	12,6	12,8

Таблица 8

Расчет расхода мяса, выхода полуфабрикатов и готовых изделий

Наименование сырья, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г		Масса сырья нетто или полуфабриката[1], г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Масса готового изделия, г
		I категории	II категории			
1	2	3	4	5	6	7
Говядина						
Крупные куски	варка	43	45	32	38	20
Крупные куски	варка	54	57	40	38	25
»	»	65	68	48	38	30
»	»	76	79	56	38	35
»	»	88	92	65	38	40
»	»	110	115	81	38	50
»	»	132	138	97	38	60
»	»	164	172	121	38	75
»	»	219	228	161	38	100
Крупные куски	тушение	113	118	83	40	50
»	»	170	177	125	40	75
»	»	227	237	167	40	100
Крупные куски	жаренье	105	109	77	35	50
»	»	156	163	115	35	75
»	»	209	218	154	35	100
Порционные куски (духовая говядина)	тушение	109	113	80*	40	48
То же	»	170	177	125*	40	75
»	»	227	237	167	40	100
Порционные куски (зразы натуральные отбивные)	тушение	109	113	80*/117	40	70
То же	»	170	177	125*/167	40	100
»	»	227	237	167/225	40	135

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Порционные куски натуральные (бифштекс, филе, лангет, антрекот и др.)	жаренье	109	113	80*	37	50
То же	»	170	177	125*	37	79
»	»	216	226	159	37	100
Порционные куски в сухарях (ромштекс)	жаренье	95	99	70/80*	27	58
То же	»	149	156	110/125*	27	91
»	»	194	203	143/171	27	125
Мелкие куски (азу, гуляш, поджарка)	тушение	107	112	79	37	50
То же	»	162	169	119	37	75
»	»	216	226	159	37	100
Мелкие куски (шашлык, бефстроганов)	жаренье	107	112	79	37	50
То же	»	162	169	119	37	75
»	»	216	226	159	37	100
Бифштекс рубленый	жаренье	82	85	60/75*	30	53
То же	»	109	113	80/100*	30	70
»		155	162	114/143	30	100
Шницель натуральный рубленый	жаренье	95	99	70/103	27	75
То же	»	129	135	95/137	27	100
»	»	156	163	115/171	27	125
Изделия из котлетной массы						
Биточки паровые (припущенные)	припускание	50	52	37/57	12	50
То же	»	76	79	56/85	12	75
»	»	101	105	74/114	12	100
»	»	151	157	111/170	12	150
Тефтели	жаренье и тушение	52	54	38/71	15	60
»	То же	103	108	76/135	15	115
»	»	155	162	114/194	15	165
Фрикадельки в соусе	тушение	52	54	38/65	15	55
То же	»	103	108	76/129	15	110
»	»	155	162	114/188	15	160
Котлеты, биточки, шницели	жаренье	50	52	37/62	19	50
То же	»	76	79	56/93	19	75
»	»	101	105	74/123	19	100
»	»	151	157	111/185	19	150
Зразы рубленые	жаренье	52	54	38/82	15	70
То же	»	103	108	76/165	15	140
»	»	155	162	114/247	15	210

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Рулет с яйцами	запекание	103	108	76/165	12	145
То же	»	155	162	114/267	12	235
»	»	207	216	152/330	12	290
Рулет с макаронами	запекание	103	108	76/199	12	175
То же	»	155	162	114/313	12	275
»	»	207	216	152/398	12	350
Котлеты, запеченные с молочным соусом	запекание	50	52	37/90	22[2]	70
То же	»	101	105	74/179	22[2]	140
»	»	151	157	111/263	22[2]	205
Биточки, запеченные под сметанным соусом с рисом (по-казацки)	запекание	50	52	37/267	12[3]	235
То же	»	101	105	74/341	12[3]	300
»	»	151	157	111/420	12[3]	370
Баранина, козлятина						
Крупные куски	варка	43	47	31	36	20
То же	»	55	59	39	36	25
»	»	66	71	47	36	30
»	»	77	83	55	36	35
»	»	88	95	63	36	40
»	»	109	118	78	36	50
»	»	131	142	94	36	60
»	»	164	177	117	36	75
»	»	218	236	156	36	100
Крупные куски	тушение	110	119	79	37	50
То же	»	166	180	119	37	75
»	»	222	240	159	37	100
Крупные куски	жаренье	110	119	79	37	50
То же	»	166	180	119	37	75
»	»	222	240	159	37	100
Грудинка, фаршированная кашей	жаренье	110	119	79/213	20	170
То же	»	166	180	119/269	20	215
»	»	222	240	159/319	20	255
Грудинка, фаршированная рисом и печенью	жаренье	110	119	79/200	20	160
То же	»	166	180	119/250	20	200
»	»	222	240	159/306	20	245
Порционные куски (баранина духовая)	тушение	112	121	80*	37	50
То же	»	175	189	125*	37	79
»	»	222	240	159	37	100
Порционные куски натуральные (эскалоп)	жаренье	112	121	80*	37	50

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Порционные куски натуральные (эскалоп)	жаренье	175	189	125*	37	79
То же	»	222	240	159	37	100
Порционные куски натуральные с косточкой (котлеты натуральные)	жаренье	112	121	80[5]	37	50[5]
То же	»	158	171	113+12[6]*	37	71+12[6]
»	»	222	240	159+12[6]	37	100+12[6]
Порционные куски в сухарях (шницель)	жаренье	98	106	70/80*	30	56
То же	»	154	166	110/125*	30	88
»	»	211	228	151/179	30	125
Порционные куски в сухарях (котлета отбивная)	жаренье	98	106	70/80[5]*	30	56[5]
То же	»	137	148	98+12[6] / 113+12[6]*	30	79+12[6]
»	»	211	228	151+12[6] / 179+12[6]	30	125+12[6]
Грудинка	жаренье во фритюре[7]	97/69	104/69	44/56	10	50
»	»	143/102	154/102	65/83	10	75
»	»	193/138	208/138	88/111	10	100
Мелкие куски (плов)	тушение	99	107	71	30	50
То же	»	150	162	107	30	75
»	»	200	216	143	30	100
Мелкие куски с костью (рагу)	тушение	96	104	86[8]	30	60[8]
То же	»	144	156	129[8]	30	90[8]
Мелкие куски (шашлык)	жаренье	110	119	79	37	50
То же	»	166	180	119	37	75
»	»	222	240	159	37	100
Шницели натуральные рубленые (в сухарях)	жаренье	98	106	70/103	27	75
То же	»	133	144	95/137	27	100
»	»	161	174	115/171	27	125
Котлеты натуральральные рубленые (в сухарях)	жаренье	80	86	57/71	30	50
То же	»	119	128	85/107	30	75
»	»	159	172	114/143	30	100
Изделия из котлетной массы						

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Тефтели	жаренье и тушение	53	57	38/71	15	60
То же	»	106	115	76/135	15	115
»	»	159	172	114/194	15	165
Фрикадельки в соусе	тушение	53	57	38/65	15	55
То же	»	106	115	76/129	15	110
»	»	159	172	114/188	15	160
Котлеты, биточки, шницели рубленые	жаренье	52	56	37/62	19	50
То же	»	78	85	56/93	19	75
»	»	103	112	74/123	19	100
»	»	155	168	111/185	19	150
Зразы рубленые	жаренье	53	57	38/82	15	70
То же	»	106	115	76/165	15	140
»	»	159	172	114/247	15	210
Рулет с яйцами	запекание	106	115	76/165	12	145
То же	»	159	172	114/267	12	235
»	»	213	230	152/330	12	290
Рулет с макаронами	запекание	106	115	76/199	12	175
То же	»	159	172	114/313	12	275
»	»	213	230	152/398	12	350
Котлеты, запеченные с молочным соусом	запекание	52	56	37/90	22[2]	70
То же	»	103	112	74/179	22[2]	140
»	»	155	168	111/263	22[2]	205
Биточки, запеченные под сметанным соусом с рисом (по-казацки)	запекание	52	56	37/267	12[3]	235
То же	»	103	112	74/341	12[3]	300
»	»	155	168	111/420	12[3]	370
Биточки паровые (припущенные)	припускание	52	56	37/57	12	50
То же	»	78	85	56/85	12	75
»	»	103	112	74/114	12	100
»	»	155	168	111/170	12	150

Наименование сырья, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г			Масса сырья нетто или полуфабриката[1], г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Масса готового изделия, г
		мясная	обрезная	жирная			
1	2	3	4	5	6	7	8
Свинина							
Крупные куски	Варка	39	40	38	33	40	20
»	»	49	50	48	42	40	25
»	»	59	60	57	50	40	30
»	»	68	70	67	58	40	35
»	»	79	80	77	67	40	40
»	»	97	100	95	83	40	50
»	»	117	120	115	100	40	60
»	»	147	150	143	125	40	75
»	»	196	200	192	167	40	100
Крупные куски	Тушение	87	89	85	74	32	50
»	»	129	132	126	110	32	75
»	»	173	176	169	147	32	100
Крупные куски	Жаренье	87	89	85	74	32	50
»	»	129	132	126	110	32	75
»	»	173	176	169	147	32	100
Порционные куски с косточкой (котлеты натуральные)	Припускание	94	96	92	80[5]*	40	48[5]
То же	»	123	126	120	105+20[6]*	40	63+20[6]
»	»	244	249	239	208+20[6]	40	125+20[6]
Порционные куски (свинина духовая)	Тушение	94	96	92	80*	32	54
То же	»	147	150	143	125*	32	85
»	»	173	176	169	147	32	100
Порционные куски (зразы натуральные отбивные)	Тушение	94	96	92	80*/117	40	70
То же	»	147	150	143	125*/167	40	100
»	»	196	200	192	167/225	40	135
Порционные куски натуральные (эскалоп)	Жаренье	94	96	92	80*	32	54
То же	«	147	150	143	125*	32	85
»	«	173	176	169	147	32	100
Порционные куски натуральные с косточкой (котлеты натуральные)	Жаренье	94	96	92	80[5]*	32	54
То же	»	123	126	120	105+20[6]*	32	71+20[6]
»	»	173	176	169	147+20[6]	32	100+20[6]
Порционные куски в сухарях (котлеты отбивные)	Жаренье	82	84	80	70/80*	27	58[5]
То же	»	106	108	103	90+20[6] / 105+20[6]*	27	77+20[6]

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Порционные куски в сухарях (котлеты отбивные)	Жаренье	168	171	164	143+20[6] / 171+20[6]	27	125+20[6]
Порционные куски в сухарях (шницель)	Жаренье	82	84	80	70/80*	27	58
То же	»	129	132	126	110/125*	27	91
»	»	168	171	164	143/171	27	125
Мелкие куски (гуляш)	Тушение	87	89	85	74	32	50
То же	»	129	132	126	110	32	75
»	»	173	176	169	147	32	100
Мелкие куски (шашлык, поджарка)	Жаренье	87	89	85	74	32	50
То же	»	129	132	126	110	32	75
»	»	173	176	169	147	32	100
Шницели натуральные рубленые (в сухарях)	Жаренье	95	97	93	81/103	27	75
То же	»	128	131	125	109/137	27	100
»	»	156	159	153	133/171	27	125
Котлеты натуральные рубленые (в сухарях)	Жаренье	77	79	76	66/71	30	50
То же	»	116	119	114	99/107	30	75
»	»	154	157	150	131/143	30	100
Изделия из котлетной массы							
Тефтели	Жаренье и тушение	45	46	44	38/71	15	60
То же	»	89	91	87	76/135	15	115
»	»	134	137	131	114/194	15	165
Фрикадельки в соусе	Тушение	45	46	44	38/65	15	55
То же	»	89	91	87	76/129	15	110
»	»	134	137	131	114/188	15	160
Котлеты, биточки, шницели	Жаренье	43	44	42	37/62	19	50
То же	»	66	67	64	56/93	19	75
»	»	87	89	85	74/123	19	100
»	»	130	133	127	111/185	19	150
Зразы рубленые	Жаренье	45	46	44	38/82	15	70
То же	»	89	91	87	76/165	15	140
»	»	134	137	131	114/247	15	210
Котлеты, запеченные с молочным соусом	Запекание	43	44	42	37/90	22[2]	70
То же	»	87	89	85	74/179	22[2]	140
»	»	130	133	127	111/263	22[2]	205
Биточки, запеченные под сметан-	Запекание	43	44	42	37/267	12[2]	235

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
ным соусом с рисом (по-казацки)							
То же	Запекание	87	89	85	74/341	12[3]	300
»	»	130	133	127	111/420	12[3]	370
Биточки паровые (припущенные)	Припускание	43	44	42	37/57	12	50
То же	»	66	67	64	56/85	12	75
»	»	87	89	85	74/114	12	100
»	»	130	133	127	111/170	12	150

Наименование сырья, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г	Отходы при холодной обработке, %	Масса сырья нетто или полуфабриката[1], г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто *или полуфабриката*	Масса готового изделия, г
1	2	3	4	5	6	7
Поросенок						
Целиком	Варка	125	20	100	25	75
»	»	166	20	133	25	100
»	»	209	20	167	25	125
»	»	250	20	200	25	150
Целиком	Жаренье	134	20	107	30	75
»	»	179	20	143	30	100
»	»	268	20	214	30	150
Целиком, фаршированный мясом	Варка	60	50	30/86	42	50
То же	»	90	50	45/129	42	75
»	»	120	50	60/172	42	100

Наименование сырья, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г	Масса сырья нетто или полуфабриката[1], г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Масса готового изделия, г
1	2	3	4	5	6
Телятина I категории (молочная)					
Крупные куски	Варка	47	31	36	20
То же	»	59	39	36	25
»	»	71	47	36	30
»	»	83	55	36	35
»	»	95	63	36	40

Продолжение

1	2	3	4	5	6
Крупные куски	Варка	118	78	36	50
»	»	142	94	36	60
»	»	177	117	36	75
»	»	236	156	36	100
»	Жаренье	120	79	37	50
»	»	180	119	37	75
»	»	241	159	37	100
Грудинка, фаршированная кашей	Жаренье	120	79/243	20	170
То же	»	180	119/269	20	215
»	»	241	159/319	20	255
Грудинка, фаршированная рисом и печенью	Жаренье	120	79/200	20	160
То же	»	180	119/250	20	200
»	»	241	159/306	20	245
Порционные куски с косточкой (котлеты натуральные)	Припускание	121	80[5]*	36	51[5]
То же	»	159	105+20[6]*	36	67+20[6]
»	»	295	195+20[6]	36	125+20[6]
Порционные куски натуральные (эскалоп)	Жаренье	121	80*	37	50
То же	»	189	125*	37	79
»	»	241	159	37	100
Порционные куски натуральные с косточкой (котлеты натуральные)	Жаренье	121	80[5]*	37	50[5]
То же	»	159	105+20[6]*	37	66+20[6]
»	»	241	195+20[6]	37	100+20[6]
Порционные куски в сухарях (котлета отбивная)	Жаренье	106	70/80[5]*	27	58[5]
То же	»	136	90+20[6]	27	77+20[6]
			105+20[6]*		
»	»	217	143+20[6]	27	125+20[6]
			171+20[6]		
Порционные куски в сухарях (шницель)	Жаренье	106	70/80*	27	58
То же	»	167	110/125*	27	91
»	»	217	143/171	27	125
Грудинка	Жаренье во фритюре [7]	105/69	44/56	10	50
»	То же	155/102	65/83	10	75
»	»	209/138	88/111	10	100
Мелкие куски (бефстроганов и др)	Жаренье	120	79	37	50
»	»	180	119	37	75
»	»	241	159	37	100
Изделия из котлетной массы:					
Биточки паровые (припущенные)	Припускание	56	37/57	12	50
То же	»	85	56/85	12	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6
Биточки паровые (припущенные)	Припускание	112	74/114	12	100
То же	»	168	111/170	12	150
Тефтели	Жаренье и тушение	58	38/71	15	60
»	То же	115	76/135	15	115
»	»	173	114/194	15	165
Фрикадельки в соусе	Тушение	58	38/65	15	55
То же	»	115	76/129	15	110
»	»	173	114/188	15	160
Котлеты, биточки, шницели	Жаренье	56	37/62	19	60
Котлеты, биточки, шницели	Жаренье	85	56/93	19	75
»	»	112	74/123	19	100
»	»	168	111/185	19	150
Зразы рубленые	Жаренье	58	38/82	15	70
То же	»	115	76/165	15	140
»	»	173	114/247	15	210
Рулет с яйцами	Запекание	115	76/165	12	145
То же	»	173	114/267	12	235
»	»	230	152/330	12	290
Рулет с макаронами	Запекание	115	76/199	12	175
То же	»	173	114/313	12	275
»	»	230	152/398	12	350
Котлеты, запеченные с молочным соусом	Запекание	56	37/90	22[2]	70
То же	»	112	74/179	22[2]	140
»	»	168	111/263	22[2]	205
Биточки, запеченные под сметанным соусом с рисом	Запекание	56	37/267	12[3]	235
То же	»	112	74/341	12[3]	300
»	»	168	111/420	12[3]	370

Наименование сырья полуфабрикатов, готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г	Отходы при холодной обработке, %	Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе нетто или полуфабриката	Масса готового изделия, г
1	2	3	4	5	6	7
Вырезка, замороженная блоками						
Целиком (ростбиф)	Жаренье	91	15[9]	77	35	50
То же	»	135	15[9]	115	35	75
»	»	181	15[9]	154	35	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Порционные и мелкие куски (бифштекс, филе, лангет, бефстроганов, шашлык)	Жаренье	94	15[9]	80*	37	50
То же	»	147	15[9]	125*	37	79
»	»	187	15[9]	159	37	100

[1] Числитель — масса сырья нетто, знаменатель — масса полуфабриката Дополнительные продукты, расходуемые при изготовлении полуфабрикатов, см в соответствующих рецептурах Сборника.

[2] Котлеты запекаются сырыми

[3] Биточки запекаются предварительно обжаренными

[4] При использовании другого фарша меняется масса полуфабриката и готового изделия, масса брутто и нетто продукта остается без изменения

[5] Масса котлет дана без косточки

[6] Реберная косточка длиной не менее 80 мм массой примерно 12 г (из баранины) и 20 г (из свинины и телятины)

[7] Нормы закладки на изделия, жаренные во фритюре, исчислены из расчета соответствующих отходов при холодной обработке и 36% потерь при варке 97, 104, 143, 154, 193, 208, 105, 155, 209 г — масса брутто, 69, 102, 138 — масса нетто

[8] Масса нетто рагу из баранины дана с учетом содержания 20% костей

[9] Потери при размораживании и отход на зачистку.

Примечание Полуфабрикаты, отмеченные звездочкой, даны по промышленной рецептуре

Таблица 9

Полуфабрикаты из говядины, свинины, баранины, телятины и сельскохозяйственной птицы [1]

Расчет расхода сырья и выхода готовых изделий

Наименование полуфабрикатов	Масса сырья брутто, г			Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Масса дополнительных продуктов, нетто, г									Свинина (котлетное мясо)	Масса полуфабриката, г	Масса жира для жарения полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе полуфабриката	Масса готового изделия, г
	I категории	II категории			Шпик свиной несоленый	Жир-сырец свиной, говяжий	Лук репчатый	Сухари	Яйца	Хлеб	Вода	Соль	Перец					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Говядина																		
Бифштекс	109	113	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	5	37	50
»	170	177	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	7	37	79
Говядина духовая	109	113	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	—	40	48
»	170	177	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	—	40	75
Лангет	109	113	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	5	37	50
»	170	177	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	7	37	79
Антрекот	109	113	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	5	37	50
»	170	177	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	7	37	79
Ромштекс	95	99	—	70	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80	6	27	58
»	149	156	—	110	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125	10	27	91
Мелкокусковые полуфабрикаты бефстроганов, поджарка, азу, гуляш	1359	1418	—	1000	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000	—	—	—
Суповой набор	679	709	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000[4]	—	—	—

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Бифштекс рубленый	82	85	—	60	9	—	—	—	—	—	5,07	0,9	0,03	—	75	5	30	53
»	109	113	—	80	12	—	—	—	—	—	6,76	1,2	0,04	—	100	7	30	70
Из котлетной массы																		
котлеты московские	34	35	—	25	—	4,47	0,5	2	—	7	10,4	0,6	0,03	—	50	2	19	41
»	68	71	—	50	—	8,94	1,0	4	—	14	20,8	1,2	0,06	—	100	5	19	81
котлеты домашние	24	26	—	18	—	1,0	1,0	2	0,5	6,5	10,0	0,6	0,05	10,35	50	2	19	41
»	49	51	—	36	—	2,0	2,0	4	1,0	13,0	20,0	1,2	0,1	20,7	100	5	19	81
Баранина, козлятина																		
Котлеты натуральные	112	121	—	80[2]	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80[2]	5	37	50
То же	158	171	—	125[3]	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125[3]	7	37	71+12[3]
Баранина духовая	112	121	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	—	37	50
»	175	189	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	—	37	79
Котлеты отбивные	98	106	—	70[2]	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80[2]	6	30	56
»	137	148	—	110[3]	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125[3]	10	30	79+12[3]
Шницели	98	106	—	70	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80	6	30	56
»	154	166	—	110	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125	10	30	88
Мелкокусковые полуфабрикаты																		
шашлык, плов	1399	1511	—	1000	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000	—	—	—
рагу	1119	1208	—	1000	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000	—	—	—
набор суповой	699	755	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000[4]	—	—	—

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Свинина	**мясная**	**обрезная**	**жирная**															
Эскалоп	94	96	92	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	5	32	54
»	147	150	143	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	7	32	85
Котлеты натуральные	94	96	92	80[2]	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80[2]	5	32	54
»	123	126	120	125[3]	—	—	—	—	—	—	—	–	–	—	125[3]	7	32	71+20[3]
Свинина духовая	94	96	92	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	—	32	54
»	147	150	143	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	—	32	85
Котлеты отбивные	82	84	80	70[2]	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80	6	27	58
»	106	108	103	110[3]	—	—	—	15[5]	5	–	—	0,13	0,04	—	125[3]	10	27	77+20[3]
Шницели	82	84	80	70	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80	6	27	58
»	129	132	126	110	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125	10	27	91
Мелкокусковые полуфабрикаты:																		
гуляш, поджарка, шашлык	1174	1199	1147	1000	—	—	-	—	—	—	—	—	—	—	1000	—	—	—
рагу	587	600	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000[4]	—	—	—
рагу по-домашнему	1056	1079	1032	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1000[6]	—	—	—
Из котлетной массы																		
котлеты киевские	31	32	30	26,37	—	2	1,5	2	—	7	10,5	0,6	0,03	—	50	2	19	41
»	62	63	60	52,74	—	4	3	4	—	14	21	1,2	0,06	—	100	5	19	81

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Телятина (молочная) I категории																		
Эскалоп	121	—	—	80	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80	5	37	50
»	189	—	—	125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125	7	37	79
Котлеты натуральные	121	—	—	80[2]	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	80[2]	5	37	50
»	159	—	—	125[3]	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	125[3]	7	37	66+20[3]
Котлеты отбивные	106	—	—	70[2]	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80[2]	6	27	58
»	136	—	—	110[3]	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125[3]	10	27	77+20[3]
Шницели	106	—	—	70	—	—	—	9[5]	3	—	—	0,08	0,02	—	80	6	27	58
»	167	—	—	110	—	—	—	15[5]	5	—	—	0,13	0,04	—	125	10	27	91
Сельскохозяйственная птица — куры, индейки																		
Котлеты особые	—	—	—	62	—	—	—	5[5]	—	14	22	0,6	—	—	100	4	20	80
»	—	—	—	31	—	—	—	3[5]	—	7	11	0,3	—	—	50	2	20	40

[1] По рецептурам ОСТ 49208—84 «Полуфабрикаты мясные», ТУ 10-02 01 127—90 «Полуфабрикаты мясные рубленые» и ТУ 28-49-90 «Котлеты особые из птицы Полуфабрикаты» Остальные продукты для приготовления блюд из этих полуфабрикатов см в соответствующих рецептурах Сборника

[2] Масса котлет дана без косточки

[3] В том числе реберная косточка длиной не более 80 мм, массой примерно 12 г (из баранины) и 20 г (из свинины и телятины)

[4] Масса полуфабриката с наличием примерно 50% мяса и жира и 50% костей.

[5] Норма сухарей дана с учетом расхода на подсыпку тары

[6] Масса полуфабриката с содержанием костей не более 10%.

СУБПРОДУКТЫ, КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И СВИНОКОПЧЕНОСТИ

Обработка субпродуктов

Субпродукты в зависимости от их пищевой ценности и промышленной обработки делят на две категории

К I категории относят печень говяжью, свиную, баранью, почки говяжьи, свиные, бараньи, языки говяжьи, свиные, бараньи, мозги говяжьи, свиные, бараньи, сердце говяжье, свиное, баранье, вымя говяжье, мясо-костные хвосты говяжьи,

ко II категории относят головы говяжьи, свиные, бараньи; ноги свиные; ноги и путовый сустав говяжьи, легкие говяжьи, свиные, бараньи, уши говяжьи, свиные, губы говяжьи, рубцы говяжьи, бараньи

Субпродукты относят к группе особо скоропортящихся продуктов Поэтому при поступлении на предприятия общественного питания необходимо тщательно проверять их доброкачественность Субпродукты, у которых изменился внешний вид, запах или консистенция, предприятиями общественного питания не принимаются

Сырье, поступающее на предприятия общественного питания, согласно действующим ГОСТам и техническим условиям должно отвечать следующим требованиям

Таблица 10

Наименование субпродуктов	Характеристика
1	2
Головы говяжьи	Без остатков шкуры, волоса, промытые от крови, загрязнений, разрубленные пополам, без языков, мозгов, губ, ушей, глазных яблок
Головые свиные [1]	Целые с мозгами, без языков и ушей или разрубленные пополам, без мозгов, языков и ушей, очищенные от щетины, крови и загрязнений. Цвет коричневато-желтый
Головы бараньи [1]	Целые с мозгами, без языков или с мозгами и языком, очищенные от волоса Цвет — серовато-желто-коричневый или темно-коричневый
Языки говяжьи, свиные, бараньи	Целые, без порезов, разрывов и других повреждений Без жира, подъязычной мускульной ткани, лимфатических узлов, гортани, подъязычной кости, промытые от слизи и крови Ткань языка упругая
Мозги говяжьи, свиные, бараньи	Целые, без повреждения оболочки, очищенные от сгустков крови, осколков кости Цвет — от светло- до темно-коричневого

1	2
Почки говяжьи, свиные, бараньи	Целые, без жировой капсулы, наружных мочеточников и кровеносных сосудов Цвет — от светло- до темно-коричневого
Печень говяжья, свиная, баранья	Без наружных кровеносных сосудов, лимфатических узлов и желчного пузыря с протоком, прирезей посторонних тканей Цвет — от светло- до темно-коричневого с оттенком
Вымя говяжье	Целое или разрезанное на части, без прирезей шкуры, промытое
Сердце говяжье, свиное, баранье	Без наружных кровеносных сосудов и пленок, имеет продольный и поперечный разрезы, промытое от сгустков крови
Рубцы говяжьи, бараньи	Разрезанные, обезжиренные, без темных пятен, очищенные от слизистой оболочки Цвет — бело-желтый, с розовым или сероватым оттенком
Мясо-костные хвосты говяжьи	Без прирезей шкуры и волоса Тщательно промытые и очищенные от загрязнений
Легкие говяжьи, свиные, бараньи	Промытые от слизи и крови Цвет— от светло- до темно-розового с серым оттенком
Ноги свиные	Без щетины и роговых башмаков, цвет — светло-коричневый или желтоватый
Ноги и путовый сустав говяжьи	Без роговых башмаков и волоса, цвет — желтоватый или коричневатый
Уши говяжьи, свиные	Без волоса и щетины, разрезанные у основания, цвет — сероватый, желтовато-коричневый, коричневый
Губы говяжьи	Без волоса, цвет — сероватый, желтоватый, коричневый

[1] Головы свиные могут поступать с ушами, головы бараньи — без шкуры

На предприятия общественного питания субпродукты поступают охлажденными или мороженными Мороженые субпродукты размораживают на воздухе в мясном цехе при температуре 15—18° С, укладывая их в один ряд на противень или в другую посуду. Мозги, почки и рубцы можно размораживать в воде

Размороженные субпродукты обрабатывают

Головы говяжьи, свиные, бараньи как правило, поступают обработанными Их замачивают в холодной воде, очищают ножом шкуру, а затем срезают мякоть вместе со шкурой

У голов, поступивших с языками и мозгами, сначала вырезают языки, затем срезают мякоть со шкурой, после чего вырезают мозги Для этого аккуратно срубают секачом лобную часть Если головы поступают без шкуры, но с губами, то губы срезают и опаливают

Мозги замачивают в холодной воде и выдерживают в течение 1—2 ч, чтобы набухла пленка После этого, не вынимая мозгов из воды, осторожно отделяют пленку

Печень промывают в холодной воде и снимают пленку У печени вырезают внутренние кровеносные сосуды

Почки говяжьи замачивают в воде и выдерживают в течение 2—3 ч Бараньи, свиные, и телячьи почки не вымачивают

Рубцы перед использованием тщательно вымачивают в холодной воде, периодически меняя воду, затем ошпаривают кипятком, каждый раз сливая воду, и вновь промывают холодной водой

Таблица 11

Расчет расхода субпродуктов, колбасных изделий и свинокопченостей, выхода полуфабрикатов и готовых изделий

Наименование сырья и продуктов, термическое состояние, способы промышленной и кулинарной разделки	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Выход готового изделия, г
1	2	3	4	5	6	7
Субпродукты						
Голова говяжья [1]	Варка	100	—	100	75[2]	25
»	»	140	—	140	75[2]	35
»	»	200	—	200	75[2]	50
»	»	300	—	300	75[2]	75
»	»	400	—	400	75[2]	100
»	»	500	—	500	75[2]	125
То же (мелкими кусками)	Тушение	253	68	81	38	50
То же	»	378	68	121	38	75
»	»	503	68	161	38	100
Голова свиная (без мозгов)	Варка	57	2	56	55[2]	25
То же	»	80	2	78	55[2]	35
»	»	113	2	111	55[2]	50
»	»	170	2	167	55[2]	75
»	»	227	2	222	55[2]	100
»	»	284	2	278	55[2]	125
Голова баранья (без языка и мозгов) [3]	Варка	143	—	143	65[2]	50
То же	»	214	—	214	65[2]	75
»	»	286	—	286	65[2]	100
Путовый сустав говяжий	Варка	147	—	147	66[2]	50
То же	»	221	—	221	66[2]	75
»	»	294	—	294	65[2]	100
Ноги свиные	Варка	110	—	110	11+49[4]	50
То же	»	165	—	165	11+49[4]	75
»	»	220	—	220	11+49[4]	100
Ноги бараньи	Варка	119	—	119	58[2]	50
То же	»	179	—	179	58[2]	75
»	»	238	—	238	58[2]	100
Мозги охлажденные	Варка	54	13	47	25	35
То же	»	77	13	67	25	50
»	»	115	13	100	25	75
»	»	153	13	133	25	100
»	Жаренье	78	13+25[5]	51/54[6]	8	50
»	»	120	13+25[5]	78/82	8	75
»	»	159	13+25[5]	104/109	8	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Мозги охлажденные	Жаренье во фритюре	63	13+25[5]	41/54	8	50
»	То же	98	13+25[5]	64/82	8	75
»	»	126	13+25[5]	82/109	8	100
Мозги мороженые	Варка	84	20	67	25	50
»	»	125	20	100	25	75
»	»	166	20	133	25	100
»	Жаренье	85	20+25[5]	51/54	8	50
»	»	130	20+25[5]	78/82	8	75
»	»	173	20+25[5]	104/109	8	100
»	Жаренье во фритюре	68	20+25[5]	41/54	8	50
»	То же	107	20+25[5]	64/82	8	75
»	»	137	20+25[5]	82/109	8	100
Языки говяжьи охлажденные	Варка	32	—	32	27+14[7]	20
То же	»	40	—	40	27+14[7]	25
»	»	48	—	48	27+14[7]	30
»	»	56	—	56	27+14[7]	35
»	»	64	—	64	27+14[7]	40
»	»	80	—	80	27+14[7]	50
»	»	96	—	96	27+14[7]	60
»	»	119	—	119	27+14[7]	75
»	»	159	—	159	27+14[7]	100
Языки говяжьи мороженые	Варка	34	—	34	31+14[7]	20
То же	»	42	—	42	31+14[7]	25
»	»	51	—	51	31+14[7]	30
»	»	59	—	59	31+14[7]	35
»	»	67	—	67	31+14[7]	40
»	»	84	—	84	31+14[7]	50
»	»	101	—	101	31+14[7]	60
»	»	126	—	126	31+14[7]	75
»	»	169	—	169	31+14[7]	100
Языки свиные и телячьи охлажденные	Варка	32	—	32	29+12[7]	20
То же	»	40	—	40	29+12[7]	25
»	»	48	—	48	29+12[7]	30
»	»	56	—	56	29+12[7]	35
»	»	64	—	64	29+12[7]	40
»	»	80	—	80	29+12[7]	50
»	»	96	—	96	29+12[7]	60
»	»	120	—	120	29+12[7]	75
»	»	160	—	160	29+12[7]	100
Языки свиные и телячьи мороженые	Варка	34	—	34	33+12[7]	20
То же	»	42	—	42	33+12[7]	25
»	»	51	—	51	33+12[7]	30
»	»	59	—	59	33+12[7]	35
»	»	68	—	68	33+12[7]	40

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Языки свиные и телячьи мороженые	Варка	85	—	85	33+12[7]	50
То же	»	102	—	102	33+12[7]	60
»	»	127	—	127	33+12[7]	75
»	»	170	—	170	33+12[7]	100
Языки бараньи охлажденные	Варка	37	—	37	35+17[7]	20
То же	»	46	—	46	35+17[7]	25
»	»	56	—	56	35+17[7]	30
»	»	65	—	65	35+17[7]	35
»	»	74	—	74	35+17[7]	40
»	»	93	—	93	35+17[7]	50
»	»	111	—	111	35+17[7]	60
»	»	139	—	139	35+17[7]	75
»	»	185	—	185	35+17[7]	100
Языки бараньи мороженые	Варка	38	—	38	37+17[7]	20
То же	»	48	—	48	37+17[7]	25
»	»	57	—	57	37+17[7]	30
»	»	67	—	67	37+17[7]	35
»	»	76	—	76	37+17[7]	40
»	»	96	—	96	37+17[7]	50
»	»	115	—	115	37+17[7]	60
»	»	143	—	143	37+17[7]	75
»	»	191	—	191	37+17[7]	100
Почки говяжьи охлажденные	Варка	30	7	28	47	15
То же	»	41	7	38	47	20
»	»	51	7	47	47	25
»	»	71	7	66	47	35
»	»	101	7	94	47	50
»	»	153	7	142	47	75
»	»	203	7	189	47	100
»	Жаренье	101	7	94	47	50
»	»	153	7	142	47	75
»	»	203	7	189	47	100
Почки говяжьи мороженые	Варка	36	14	31	52	15
То же	»	49	14	42	52	20
»	»	60	14	52	52	25
»	»	85	14	73	52	35
»	»	121	14	104	52	50
»	»	181	14	156	52	75
»	»	242	14	208	52	100
»	Жаренье	121	14	104	52	50
»	»	181	14	156	52	75
»	»	242	14	208	52	100
Почки свиные, бараньи, телячьи охлажденные	Варка	29	2	28	47	15
То же	»	39	2	38	47	20
»	»	48	2	47	47	25

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Почки свиные, бараньи, телячьи охлажденные	Варка	67	2	66	47	35
То же	»	96	2	94	47	50
»	»	145	2	142	47	75
»	»	193	2	189	47	100
»	Жаренье	85	2	83	40	50
»	»	128	2	125	40	75
»	»	170	2	167	40	100
То же (целиком, в сухарях)	Жаренье	122	2	120/143	30	100
То же	»	153	2	150/179	30	125
Почки свиные, бараньи телячьи мороженые	Варка	34	10	31	52	15
То же	»	47	10	42	52	20
»	»	58	10	52	52	25
»	»	81	10	73	52	35
»	»	116	10	104	52	50
»	»	173	10	156	52	75
»	»	231	10	208	52	100
«	Жаренье	101	10	91	45	50
»	»	151	10	136	45	75
»	»	202	10	182	45	100
То же (целиком, в сухарях)	Жаренье	160	10	144/167	40	100
То же	»	199	10	179/208	40	125
Печень говяжья охлажденная, мелкими кусками	Тушение и жаренье	74	7	69	28	50
То же	То же	112	7	104	28	75
»	»	149	7	139	28	100
порционными кусками	Тушение и жаренье	71	7	66/69	28	50
»	То же	106	7	99/104	28	75
»	»	143	7	133/139	28	100
Печень говяжья мороженая, мелкими кусками	Тушение и жаренье	89	17	74	32	50
То же	То же	133	17	110	32	75
»	»	177	17	147	32	100
порционными кусками	Тушение и жаренье	86	17	71/74	32	50
»	То же	127	17	105/110	32	75
»	»	170	17	141/147	32	100
Печень свиная, бараньи, телячья охлажденная, мелкими кусками	Тушение и жаренье	72	5	68	27	50
То же	То же	108	5	103	27	75
»	»	144	5	137	27	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
порционными кусками	Тушение и жаренье	68	5	65/68	27	50
»	То же	103	5	98/103	27	75
»	»	138	5	131/137	27	100
Печень свиная, баранья, телячья мороженая, мелкими кусками	Тушение и жаренье	84	12	74	32	50
Печень свиная, баранья, телячья мороженая, мелкими кусками	Тушение и жаренье	125	12	110	32	75
»	»	167	12	147	32	100
порционными кусками	»	81	12	71/74	32	50
»	То же	119	12	105/110	32	75
»	»	160	12	141/147	32	100
Сердце охлажденное	Варка и тушение	48	9	44	43	25
»	То же	67	9	61	43	35
»	»	97	9	88	43	50
»	»	145	9	132	43	75
»	»	192	9	175	43	100
Сердце охлажденное	Жаренье во фритюре	79	9+43[5]	41/54	8	50
»	То же	123	9+43[5]	64/82	8	75
»	»	158	9+43[5]	82/109	8	100
Сердце мороженое	Варка и тушение	49	15	42	40	25
»	То же	68	15	58	40	35
»	»	98	15	83	40	50
»	»	147	15	125	40	75
»	»	196	15	167	40	100
Сердце мороженое	Жаренье во фритюре	80	15+40[5]	41/54	8	50
»	То же	125	15+40[5]	64/82	8	75
»	»	161	15+40[5]	82/109	8	100
Легкие	Варка	38	8	35	28	25
»	»	75	8	69	28	50
»	»	113	8	104	28	75
»	»	151	8	139	28	100
»	Тушение	84	8	77	35	50
»	»	125	8	115	35	75
»	»	167	8	154	35	100
Вымя говяжье охлажденное	Варка	36	—	36	45	20
То же	»	45	—	45	45	25
»	»	64	—	64	45	35
»	»	91	—	91	45	50
»	»	136	—	136	45	75
»	»	182	—	182	45	100
Рубцы	Варка	47	5	45	45	25
»	»	96	5	91	45	50
»	»	143	5	136	45	75
»	»	192	5	182	45	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Губы говяжьи	Варка	143	—	143	30	100
Уши	Варка	111	—	111	10	100
Хвосты говяжьи	Варка	89	20	71	30	50
»	»	134	20	107	30	75
»	»	179	20	143	30	100
Колбасные изделия и свинокопчености						
Сосиски (молочные, любительские, свиные, русские говяжьи, бараньи)	Варка	21	2,5	20	—	20
То же	»	26	2,5	25	—	25
»	»	31	2,5	30	—	30
»	»	41	2,5	40	—	40
»	»	51	2,5	50	—	50
»	»	77	2,5	75	—	75
»	»	103	2,5	100	—	100
»	Жаренье	57	2,5	56	10	50
»	»	85	2,5	83	10	75
»	»	114	2,5	111	10	100
Сардельки (говяжьи, свиные)	Варка	21	2,5	20	—	20
То же	»	26	2,5	25	—	25
»	»	31	2,5	30	—	30
»	»	41	2,5	40	—	40
»	»	51	2,5	50	—	50
»	»	77	2,5	75	—	75
»	»	103	2,5	100	—	100
То же (целиком)	Жаренье	55	2,5	54	8	50
»	»	84	2,5	82	8	75
»	»	112	2,5	109	8	100
То же (разрезанные вдоль)	Жаренье	61	2,5	59	15	50
»	»	90	2,5	88	15	75
»	»	121	2,5	118	15	100
Колбаса вареная	Варка	21	3	20	—	20
»	»	26	3	25	—	25
»	»	52	3	50	—	50
»	»	77	3	75	—	75
»	»	103	3	100	—	100
Колбаса вареная	Жаренье	58	3	56	10	50
»	»	86	3	83	10	75
»	»	114	3	111	10	100
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями) там-	В отварном виде	26	24	20	—	20

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
бовский, воронежский						
То же	То же	33	24	25		25
»	»	46	24	35	—	35
»	»	66	24	50	—	50
»	»	99	24	75	—	75
»	»	132	24	100	—	100
Окорок копчено-вареный и вареный (со шкурой и костями) тамбовский, воронежский	Жаренье	74	24	56	10	50
То же	»	109	24	83	10	75
»	»	146	24	111	10	100
Окорок копчено-вареный и вареный (без шкуры с костями) тамбовский	В отварном виде	25	20	20	—	20
То же	То же	31	20	25	—	25
»	»	44	20	35	—	35
»	»	63	20	50	—	50
»	»	94	20	75	—	75
»	»	125	20	100	—	100
Окорок копчено-вареный и вареный (без шкуры с костями) тамбовский	Жаренье	70	20	56	10	50
То же	»	104	20	83	10	75
»	»	139	20	111	10	100
Окорок сырокопченый (со шкурой и костями) сибирский, советский, тамбовский, воронежский, лопатка	Варка	31	—	31	15+24[8]	20
То же	»	39	—	39	15+24[8]	25
»	»	54	—	54	15+24[8]	35
»	»	77	—	77	15+24[8]	50
»	»	116	—	116	15+24[8]	75
»	»	155	—	155	15+24[8]	100
Рулет копчено-вареный (со шкурой и костями) ленинградский, ростовский	В отварном виде	23	12	20	—	20
То же	То же	28	12	25	—	25

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Рулет копчено-вареный (со шкурой и костями) ленинградский, ростовский	В отварном виде	40	12	35	—	35
»	То же	57	12	50	—	50
»	»	85	12	75	—	75
»	»	114	12	100	—	100
Рулет копчено-вареный со шкурой и костями) ленинградский ростовский	Жаренье	64	12	56	10	50
То же	»	94	12	83	10	75
»	»	126	12	111	10	100
Рулет вареный (со шкурой, без костей) ленинградский, ростовский	В отварном виде	22	8	20	—	20
То же	То же	27	8	25	—	25
»	»	38	8	35	—	35
»	»	54	8	50	—	50
»	»	82	8	75	—	75
»	»	109	8	100	—	100
Рулет вареный (со шкурой, без костей) ленинградский, ростовский	Жаренье	61	8	56	10	50
То же	»	90	8	83	10	75
»	»	121	8	111	10	100
Корейка копченая (со шкурой, без костей)	Варка	23	—	23	5+7[8]	20
То же	»	28	—	28	5+7[8]	25
»	»	40	—	40	5+7[8]	35
»	»	57	—	57	5+7[8]	50
»	»	85	—	85	5+7[8]	75
»	»	113	—	113	5+7[8]	100
Корейка копченая (без шкуры и костей)	Варка	26	—	26	5+20[8]	20
То же	»	33	—	33	5+20[8]	25
»	»	46	—	46	5+20[8]	35
»	»	66	—	66	5+20[8]	50
»	»	99	—	99	5+20[8]	75
»	»	132	—	132	5+20[8]	100
Грудинка копченая (со шкурой, без костей)	Варка	23	—	23	5+8[8]	20
То же	»	29	—	29	5+8[8]	25
»	»	40	—	40	5+8[8]	35

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Грудинка копченая (со шкурой, без костей)	Варка	57	—	57	5+8[8]	50
То же	То же	86	—	86	5+8[8]	75
»	»	114	—	114	5+8[8]	100
Грудинка копченая (без шкуры и костей)	Варка	27	—	27	5+22[8]	20
То же	»	34	—	34	5+22[8]	25
»	»	47	—	47	5+22[8]	35
»	»	67	—	67	5+22[8]	50
»	»	101	—	101	5+22[8]	75
»	»	135	—	135	5+22[8]	100
Бекон соленый (с костью)	Варка	24	—	24	5+13[8]	20
То же	»	30	—	30	5+13[8]	25
»	»	42	—	42	5+13[8]	35
»	»	60	—	60	5+13[8]	50
»	»	91	—	91	5+13[8]	75
»	»	121	—	121	5+13[8]	100

[1] Головы, поступающие без губ и щековины, учитывать как кости

[2] Потери при тепловой обработке и отходы и потери при разделке на мякоть после варки

[3] При поступлении голов с языками последние составляют 6—7% массы брутто

[4] 11% — потери при тепловой обработке, 49% — отходы и потери при разделке на мякоть после варки

[5] 13, 20, 9, 15% — отходы и потери при холодной обработке, 25, 43, 40% — потери при варке

[6] Здесь и далее числитель — масса сырья нетто, знаменатель — масса полуфабриката, дополнительные продукты, расходуемые для изготовления полуфабрикатов, см в соответствующих рецептурах Сборника

[7] 27, 31, 29, 33, 35, 37% — потери при варке, 14, 12, 17% — отходы и потери при зачистке

[8] 15 и 5% — потери при варке, 24, 20, 22, 13% — отходы и потери при разделке на шкуру, кости и порционировании, отнесенные к массе вареных продуктов, 7—8% — отходы на кости, отнесенные к массе вареных продуктов, а также потери при нарезке

Примечание. При тепловой обработке субпродуктов мелкими и порционными кусками потери при нарезке включены в нормы отходов и потерь при холодной обработке, при тепловой обработке субпродуктов целиком потери при нарезке включены в потери при тепловой обработке

К отходам и потерям при холодной обработке относятся: у колбасных изделий — оболочка, зачистка, у сосисок и сарделек — искусственная оболочка, зачистка наплывов, сломанные батончики и другие дефекты; у копченостей, окороков, рулетов — шкура, кости с прилегающими сухожилиями, зачистка заветрившейся и подсохшей поверхности корочки. Потери при нарезке колбасных изделий и свинокопченостей включены в нормы отходов и потерь при холодной обработке

Таблица 12

Нормы выхода топленых жиров

(в % к массе жира-сырца)

Наименование жира	Выход топленого жира	Выход шкварок	Потери при перетапливании
Говяжий, бараний жир	75	8—10	17—15
Свиной жир	80	7—9	13—11
Куриный жир (внутренний)	86	6	8
Гусиный, утиный жир (внутренний)	80	7—9	13—11

Примечание Норма выхода топленого куриного жира определена с учетом предварительного измельчения на мясорубке, в потери при перетапливании включены потери при измельчении на мясорубке

СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННАЯ ПТИЦА

Сельскохозяйственная птица поступает на предприятия общественного питания битой без пера в охлажденном и мороженом состоянии по ГОСТ 21784—76 с изменениями № 1 и 2

Промышленность выпускает птицу в полупотрошеном или потрошеном виде По упитанности и качеству обработки она подразделяется на I и II категории

Птицу, поступившую на предприятия в охлажденном виде, используют без предварительной подготовки, а мороженую размораживают Размораживание производят в охлаждаемом помещении с температурой 8—15° С и относительной влажностью воздуха 85—95% в течение 10—20 ч Тушки укладывают на стеллажи в один ряд так, чтобы они не соприкасались между собой, или развешивают на вешалах Размораживание производят до достижения температуры в толще мышц 1° С

Для удаления с кожи тушек остатков волосовидного пера или пуха их опаливают Для этого тушки навешивают за клюв на специальные вешала, расправляют и тщательно опаливают со всех сторон, при этом крылья и ноги оттягивают от туловища Оставшиеся пеньки удаляют с помощью пинцета Затем тушки птицы потрошат, моют, формуют и разделывают

У птицы, поступающей от промышленности в полупотрошеном виде, удаляют голову, шею, ноги, внутренние органы — желудок, печень ,легкие, сердце, пищевод, почки и внутренний жир

Голову отрубают между вторым и третьим шейными позвонками Перед удалением шеи на ней делают вертикальный надрез кожи у основания со стороны спины, кожу оттягивают, высвобождают шею и затем ее удаляют на уровне плечевых суставов, при этом кожу шеи оставляют при тушке При дальнейшей формовке тушки отделяют две трети части кожи шеи

У тушек цыплят оставляют всю кожу шеи при тушке .Ноги отрубают по заплюсневый сустав Крылья у птицы, за исключением цыплят, отделяют по локтевой сустав При потрошении через прорезь у анального отверстия удаляют внутренности и внутренний жир Через горловое отверстие удаляют зоб вместе с пищеводом и трахею.

У птицы, поступающей от промышленности в потрошеном виде, отделяют две трети части кожи шеи, крылья по локтевой сустав (за исключением цыплят), внутренний жир, почки и легкие (если они имеются)

Затем птицу промывают холодной проточной водой, удаляя при этом загрязнения, сгустки крови, остатки внутренностей

Для равномерного прожаривания и удобства дальнейшего порционирования тушки птицы формуют, т е придают им более компактную форму Для этого

оставшуюся часть кожи шеи заправляют в отверстие, образовавшееся после удаления зоба с пищеводом и трахеи Крылья у цыплят подвертывают к спине

Затем тушку кладут на спину, копчиком к себе, производят разрез стенки брюшной полости ниже киля грудной кости с обеих сторон и в образовавшиеся разрезы вправляют заплюсневые суставы окорочков

Ниже приводятся нормы выхода тушек, подготовленных к кулинарной обработке, нормы отходов и потерь при холодной и епловой обработках птицы Они даны по видам птицы, категориям и видам промышленной обработки В установленных нормах к пищевым обработанным субпродуктам отнесены головы, ноги, шеи, крылья, сердца, печень, желудки

Таблица 13

Нормы выхода тушки, отходов и пищевых обработанных субпродуктов при холодной обработке сельскохозяйственной птицы

(в % к птице массой брутто)

Наименование птицы и способ промышленной обработки	I категория					II категория				
	Выход тушки, подготовленной к кулинарной обработке	Всего субпродуктов, отходов и потерь	В том числе			Выход тушки, подготовленной к кулинарной обработке	Всего субпродуктов, отходов и потерь	В том числе		
			пищевые обработанные субпродукты, в том числе кожа шеи[1]	внутренний жир	технические отходы и потери			пищевые обработанные субпродукты, в том числе кожа шеи[1]	внутренний жир	технические отходы и потери
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Цыплята										
полупотрошеные	71,8	28,2*	17,5*	1,7	9,0	70,0	30,0*	19,9*	0,9	9,2
потрошеные	97,6	2,4*	—	2,4	—	98,7	1,3*	—	1,3	—
Бройлеры-цыплята										
полупотрошеные	73,9	26,1*	14,9*	1,1	10,1	71,9	28,1*	15,7*	0,8	11,6
Индейки										
полупотрошеные	74,1	25,9	18,5	1,4	6,0	73,5	26,5	19,5	0,6	6,4
потрошеные	91,8	8,2	6,5	1,7	—	92,6	7,4	6,6	0,8	—
Гуси										
полупотрошеные	70,0	30,0	23,0	—	7,0	66,0	34,0	27,0	—	7,0
потрошеные	88,0	12,0	9,0	—	3,0	85,0	15,0	10,0	—	5,0

* В пищевые обработанные субпродукты у цыплят и бройлеров-цыплят не включена кожа шеи, так как она остается при тушке

При поступлении от промышленности потрошеных тушек птицы с почками и легкими технические отходы составляют для индеек — 1,0 и 1,9%, для цыплят — 1,6 и 1,7% соответственно для I и II категорий, а норма выхода тушки, подготовленной к кулинарной обработке, уменьшается на указанный процент отходов в зависимости от вида птицы

Таблица 14 «Нормы выхода тушки, отходов и пищевых обработанных субпродуктов при холодной обработке сельскохозяйственной птицы»

(в % к птице массой брутто)

Наименование птицы и способ промышленной обработки	I категория					II категория				
	Выход тушки, подготовленной к кулинарной обработке	Всего субпродуктов, отходов и потерь	В том числе			Выход тушки, подготовленной к кулинарной обработке	Всего субпродуктов, отходов и потерь	В том числе		
			пищевые обработанные субпродукты, в том числе кожа шеи[1]	внутренний жир	технические отходы и потери			пищевые обработанные субпродукты, в том числе кожа шеи[1]	внутренний жир	технические отходы и потери
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Куры:										
полупотрошеные	68,6	31,4	20,6	5,0	5,8	66,3	33,7	23,2	3,8	6,7
потрошеные	88,5	11,5	6,2	5,3	—	89,7	10,3	6,3	4,0	—
Утки:										
полупотрошеные	66,0	34,0	26,0	2,6	5,4[2]	62,7	37,3	28,2	1,5	7,6[2]
потрошеные	88,1	11,9	8,3	2,6	1,0[2]	88,1	11,9	9,4	1,5	1,0[2]
Утята:										
полупотрошеные	65,3	34,7	27,4	1,5	5,8[2]	63,9	36,1	29,0	1,1	6,0[2]
потрошеные	88,9	11,1	8,1	2,0	1,0[2]	89,2	10,8	8,3	1,5	1,0[2]

[1] См. технологические инструкции к ОСТ 49 138-85 и ОСТ 10-02 01-05-87

[2] В технические отходы и потери у уток и утят включены потери на опаливание

При поступлении от промышленности потрошеных тушек птицы с почками и легкими технические отходы составляют для кур — 1,4 и 1,7%, для уток — 2,0 и 2,4%, для утят — 1,8 и 2,0% соответственно для I и II — категорий, а норма выхода тушки, подготовленной к кулинарной обработке уменьшается на указанный процент отходов в зависимости от вида птицы

При удалении копчиковой железы технические отходы увеличиваются на для кур — 0,2 и 0,3%, 0,3 и 0,4%, для уток — 0,7 и 0,8% 0,9 и 1,0%, для утят — 0,6 и 0,7%, 0,8 и 0,9% соответственно для полупотрошеной и потрошеной птицы I и II категорий, а норма выхода тушки, подготовленной к кулинарной обработке, уменьшается на указанный процент отходов в зависимости от вида птицы

У потрошеных тушек остаток кости ноги ниже заплюсневого сустава не удаляется, если он не превышает 2 см

С учетом данных нормативов следует производить пересчет норм закладки сырья (кур, уток и утят) массой брутто в рецептурах и таблицах действующих Сборников

Таблица 15

Нормы выхода мякоти при холодной обработке сельскохозяйственной птицы

(в % к птице массой брутто)

Наименование птицы и способ промышленной обработки	I категория		II категория	
	мякоть с кожей	мякоть без кожи	мякоть с кожей	мякоть без кожи
Куры				
полупотрошеные	47	34	48	36
потрошеные	60	43	62	46
Индейки				
полупотрошеные	56	47	49	41
потрошеные	70	59	62	52
Бройлеры-цыплята				
полупотрошеные	43	32	41	31
Гуси				
полупотрошеные	58	50	51	43
потрошеные	67	57	61	51
Утки				
полупотрошеные	46	21	41	19
потрошеные	64	29	57	28

Примечание Масса зачищенных филе кур составляет 30—35% к общей массе мякоти.

Таблица 16

Структура пищевых обработанных субпродуктов тушек полупотрошеной птицы

Субпродукты	Куры		Цыплята		Утки		Индейки		Гуси		Бройлеры-цыплята	
	I кат	II кат.	I кат	II кат.	I кат	II кат.	I кат	II кат.	I кат	II кат	I кат.	II кат.
Головы	23	23	22	22	26	26	11	13	15	15	21	21
Ноги	20	20	28	28	12	12	16	17	9	17	27	28
Шеи	14	14	18	17	16	16	21	22	21	19	15	13
Крылья	18	20	—	—	19	20	24	23	29	23	—	—
Сердца	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	6
Печень	11	10	12	13	10	10	10	9	8	9	16	18
Желудки	11	10	16	17	14	13	15	13	16	15	17	14

Таблица 17

РАСЧЕТ

расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из птицы сельскохозяйственной

Наименование продуктов, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г		Масса нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе нетто или полуфабриката	Отходы при обвалке и порционировании, % к массе птицы после тепловой обработки	Масса готового изделия, г
		I категория	II категория				
1	2	3	4	5	6	7	8
Куры полупотрошеные[12]							
Целиком	Варка	199	202	139	28	—	100
»	»	52	52	36	28	3[1]	25
»	»	103	104	72	28	3[1]	50
»	»	153	155	107	28	3[1]	75
»	»	205	208	143	28	3[1]	100
»	»	256	260	179	28	3[1]	125
»	»	217	221	152	28	6[2]+3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	94	96	66	28	47[3]	25
То же	»	113	115	79	28	47[3]	30
»	»	187	190	131	28	47[3]	50
»	»	225	228	157	28	47[3]	60
»	»	282	286	197	28	47[3]	75
»	»	375	380	262	28	47[3]	100
Целиком	Жаренье	207	210	145	31	—	100
»	»	107	109	75	31	3[1]	50
»	»	160	163	112	31	3[1]	75
»	»	213	216	149	31	3[1]	100
»	»	268	271	187	31	3[1]	125
»	»	227	231	159	31	6[2]+3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	104	106	72	31	—	50
То же	»	158	160	109	31	—	75
»	»	210	213	145	31	—	100
»	»	262	265	181	31	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	131	133	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	176	179	86/109[6]	8	—	100
»	»	217	220	106/136[6]	8	—	125
Филе натуральное[7]	Жаренье	203	192	69	28	—	50
»	»	306	289	104	28	—	75
Котлеты по-киевски[7]	Жаренье во фритюре	244	231	83+7[6] / 145+7	12	—	128+7

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Котлеты из филе, фаршированные молочным соусом или печенью [7]	Жаренье во фритюре	244	231	83+7[6] / 151+7	12	—	133+7
Филе панированное [7]	Жаренье	203	192	69/85[6]	12	—	75
»	»	276	261	94/114[6]	12	—	100
Филе натуральное [7]	Припускание	200	189	68	27	—	50
»	»	303	286	103	27	—	75
»	»	403	381	137	27	—	100
Изделия из котлетной массы							
Котлеты [8]	Жаренье	79	77	37/63[6]	20	—	50
»	»	119	117	56/94[6]	20	—	75
»	»	157	154	74/125[6]	20	—	100
»	»	236	231	111/188[6]	20	—	150
Котлеты [9]	Жаренье	109	103	37/63[6]	20	—	50
»	»	165	156	54/94[6]	20	—	75
»	»	218	206	74/125[6]	20	—	100
»	»	326	308	111/188[6]	20	—	150
Биточки, фаршированные шампиньонами [9]	Жаренье	109	103	37/75[6]	20	—	60
То же	»	218	206	74/150[6]	20	—	120
»	»	326	308	111/225[6]	20	—	180
Биточки припущенные (паровые) [9]	Припускание	109	103	37/57[6]	12	—	50
То же	»	218	206	74/114[6]	12	—	100
»	»	326	308	111/170[6]	12	—	150
Куры потрошеные [12]							
Целиком	Варка	156	153	139	28	—	100
»	»	40	40	36	28	3[1]	25
»	»	81	79	72	28	3[1]	50
»	»	120	117	107	28	3[1]	75
»	»	161	157	143	28	3[1]	100
»	»	201	196	179	28	3[1]	125
»	»	171	167	152	28	6[2]+3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	74	72	66	28	47[3]	25
То же	»	89	87	79	28	47[3]	30
»	»	147	144	131	28	47[3]	50
»	»	177	172	157	28	47[3]	60
»	»	222	216	197	28	47[3]	75
»	»	295	288	262	28	47[3]	100
Целиком	Жаренье	163	159	145	31	—	100
»	»	84	82	75	31	3[1]	50
»	»	126	123	112	31	3[1]	75
»	»	168	164	149	31	3[1]	100
»	»	210	205	187	31	3[1]	125
»	»	179	175	159	31	6[2]+3[1]	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Порционными и мелкими кусками	Тушение [4]	82	80	72	31	—	50
То же	»	124	121	109	31	—	75
»	»	165	161	145	31	—	100
»	»	206	201	181	31	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре [5]	103	101	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	139	135	86/109[6]	8	—	100
»	»	171	167	106/136[6]	8	—	125
Филе натуральное [7]	Жаренье	160	150	69	28	—	50
»	»	242	226	104	28	—	75
Котлеты по-киевски [7]	Жаренье во фритюре	193	180	83+7[6]	12	—	128+7
				145+7			
Котлеты из филе, фаршированные молочным соусом или печенью [7]	Жаренье во фритюре	193	180	83+7[6]	12	—	133+7
				151+7			
Филе панированное [7]	Жаренье	160	150	69/85[6]	12	—	75
»	»	219	204	94/114[6]	12	—	100
Филе натуральное [7]	Припускание	158	148	68	27	—	50
»	»	240	224	103	27	—	75
»	»	319	298	137	27	—	100
Изделия из котлетной массы:							
Котлеты [8]	Жаренье	62	60	37/63[6]	20	—	50
»	»	93	90	56/94[6]	20	—	75
»	»	123	119	74/125[6]	20	—	100
»	»	185	179	111/188[6]	20	—	150
Котлеты [9]	Жаренье	86	80	37/63[6]	20	—	50
»	»	130	122	56/94[6]	20	—	75
»	»	172	161	74/125[6]	20	—	100
»	»	258	241	111/188[6]	20	—	150
Биточки, фаршированные шампиньонами [9]	Жаренье	86	80	37/75[6]	20	—	60
То же	»	172	161	74/150[6]	20	—	120
»	»	258	241	111/225[6]	20	—	180
Биточки припущенные (паровые) [9]	Припускание	86	80	37/57[6]	12	—	50
То же	»	172	161	74/114[6]	12	—	100
»	»	258	241	111/170[6]	12	—	150
Цыплята полупотрошеные							
Целиком	Варка, припускание	174	179	125	20	—	100
»	То же	45	46	32	20	3[1]	25
»	»	89	91	64	20	3[1]	50
»	»	135	139	97	20	3[1]	75
»	»	180	184	129	20	3[1]	100
»	»	224	230	161	20	3[1]	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком	Жаренье	202	207	145	31	—	100
»	»	104	107	75	31	3[1]	50
»	»	156	160	112	31	3[1]	75
»	»	208	213	149	31	3[1]	100
»	»	260	267	187	31	3[1]	125
Порционными и мелкими кусками	Тушение [4]	101	104	72	31	—	50
То же	»	153	157	109	31	—	75
»	»	204	209	145	31	—	100
»	»	255	261	181	31	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре [5]	115	118	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	154	158	86/109[6]	8	—	100
»	»	190	195	106/136[6]	8	—	125
Цыплята потрошеные							
Целиком	Варка, припускание	128	127	125	20	—	100
»	То же	33	32	32	20	3[1]	25
»	»	66	65	64	20	3[1]	50
»	»	99	98	97	20	3[1]	75
»	»	132	131	129	20	3[1]	100
»	»	165	163	161	20	3[1]	125
Целиком	Жаренье	149	147	145	31	—	100
»	»	77	76	75	31	3[1]	50
»	»	115	113	112	31	3[1]	75
»	»	153	151	149	31	3[1]	100
»	»	192	189	187	31	3[1]	125
Порционными и мелкими кусками	Тушение [4]	75	74	72	31	—	50
То же	»	113	112	109	31	—	75
»	»	150	148	145	31	—	100
»	»	187	185	181	31	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре [5]	85	84	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	114	112	86/109[6]	8	—	100
»	»	140	138	106/136[6]	8	—	125
Бройлеры-цыплята полупотрошеные							
Целиком	Варка	165	170	122	18	—	100
»	»	42	43	31	18	3[1]	25
»	»	85	88	63	18	3[1]	50
»	»	127	131	94	18	3[1]	75
»	»	171	175	126	18	3[1]	100
»	»	212	218	157	18	3[1]	125
»	»	181	186	134	18	6[2]+3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	78	90	58/65[10]	18	47/53[3]	25
То же	»	93	108	69/78[10]	18	47/53[3]	30

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	156	181	115/130[10]	18	47/53[3]	50
То же	»	187	217	138/156[10]	18	47/53[3]	60
»	»	234	271	173/195[10]	18	47/53[3]	75
»	»	311	360	230/259[10]	18	47/53[3]	100
Целиком	Жаренье	185	191	137	27	—	100
»	»	96	99	71	27	3[1]	50
»	»	143	147	106	27	3[1]	75
»	»	191	196	141	27	3[1]	100
»	»	240	246	177	27	3[1]	125
»	»	203	209	150	27	6[2]+3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение [4]	93	96	68	27	—	50
То же	»	141	145	103	27	—	75
»	»	187	192	137	27	—	100
»	»	234	240	171	27	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре [5]	109	112	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	146	150	86/109[6]	8	—	100
»	»	180	185	106/136[6]	8	—	125
Филе натуральное [7]	Жаренье	216	223	69	28	—	50
»	»	325	335	104	28	—	75
Филе панированное [7]	Жаренье	216	223	69/85[6]	12	—	75
»	»	294	303	94/114[6]	12	—	100
Филе натуральное[7]	Припускание	213	219	68	27	—	50
»	»	322	332	103	27	—	75
»	»	428	442	137	27	—	100
Изделия из котлетной массы							
Котлеты [8]	Жаренье	81	85	35/59[6]	15	—	50
»	»	121	127	52/88[6]	15	—	75
»	»	160	168	69/118[6]	15	—	100
»	»	242	254	104/176[6]	15	—	150
Котлеты [9]	Жаренье	109	113	35/59[6]	15	—	50
»	»	163	168	52/88[6]	15	—	75
»	»	216	223	69/118[6]	15	—	100
»	»	325	335	104/176[6]	15	—	150
Индейки полупотрошеные							
Целиком	Варка	179	181	133	25	—	100
»	»	46	46	34	25	3[1]	25
»	»	93	94	69	25	3[1]	50
»	»	139	140	103	25	3[1]	75
»	»	185	186	137	25	3[1]	100
»	»	232	234	172	25	3[1]	125
»	»	201	203	149	25	8[2]+3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	76	82	56/60[10]	25	40/44[3]	25

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	90	97	67/71[10]	25	40/44[3]	30
То же	»	150	162	111/119[10]	25	40/44[3]	50
»	»	179	195	133/143[10]	25	40/44[3]	60
»	»	225	244	167/179[10]	25	40/44[3]	75
»	»	300	324	222/238[10]	25	40/44[3]	100
Целиком	Жаренье	185	186	137	27	—	100
»	»	96	97	71	27	3[1]	50
»	»	143	144	106	27	3[1]	75
»	»	190	192	141	27	3[1]	100
»	»	239	241	177	27	3[1]	125
»	»	208	210	154	27	8[2]+3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	93	93	68	27	—	50
То же	»	140	142	103	27	—	75
»	»	187	188	137	27	—	100
»	»	233	235	171	27	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	119	120	64/82	8	—	75
То же	То же	160	161	86/109	8	—	100
»	»	197	198	106/136	8	—	125
Изделия из котлетной массы							
Котлеты[8]	Жаренье	66	76	37/63[6]	20	—	50
»	»	100	114	56/94[6]	20	—	75
»	»	132	151	74/125[6]	20	—	100
»	»	198	227	111/188[6]	20	—	150
Котлеты[9]	Жаренье	79	90	37/63[6]	20	—	50
»	»	119	137	56/94[6]	20	—	75
»	»	157	180	74/125[6]	20	—	100
»	»	236	271	111/188[6]	20	—	150
Биточки, фаршированные шампиньонами[9]	Жаренье	79	90	37/75[6]	20	—	60
То же	»	157	180	74/150[6]	20	—	120
»	»	236	271	111/225[6]	20	—	180
Биточки припущенные (паровые)[9]	Припускание	79	90	37/57[6]	12	—	50
То же	»	157	180	74/114[6]	12	—	100
»	»	236	271	111/170[6]	12	—	150
Индейки потрошеные							
Целиком	Варка	145	144	133	25	—	100
»	»	37	37	34	25	3[1]	25
»	»	75	75	69	25	3[1]	50
»	»	112	111	103	25	3[1]	75
»	»	149	148	137	25	3[1]	100
»	»	187	186	172	25	3[1]	125
»	»	162	161	149	25	8[2]+3[1]	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	61	65	56/60[10]	25	40/44[3]	25
То же	»	73	77	67//71[10]	25	40/44[3]	30
»	»	121	129	111/119[10]	25	40/44[3]	50
»	»	145	154	133/143[10]	25	40/44[3]	60
»	»	182	193	167/179[10]	25	40/44[3]	75
»	»	242	257	222/238[10]	25	40/44[3]	100
Целиком	Жаренье	149	148	137	27	—	100
»	»	77	77	71	27	3[1]	50
»	»	115	114	106	27	3[1]	75
»	»	154	152	141	27	3[1]	100
»	»	193	191	177	27	3[1]	125
»	»	168	166	154	27	8[2]+3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение [4]	75	74	68	27	—	50
То же	»	113	112	103	27	—	75
»	»	151	149	137	27	—	100
»	»	183	187	171	27	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре [5]	96	95	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	129	128	86/109[6]	8	—	100
»	»	159	157	106/136[6]	8	—	125
Изделия из котлетной массы							
Котлеты [8]	Жаренье	53	60	37/63[6]	20	—	50
»	»	80	90	56/94[6]	20	—	75
»	»	106	119	74/125[6]	20	—	100
»	»	159	179	111/188[6]	20	—	150
Котлеты [9]	Жаренье	63	71	37/63[6]	20	—	50
»	»	95	108	56/94[6]	20	—	75
»	»	125	142	74/125[6]	20	—	100
»	»	188	213	111/188[6]	20	—	150
Биточки, фаршированные шампиньонами [9]	Жаренье	63	71	37/75[6]	20	—	60
То же	»	125	142	74/150[6]	20	—	120
»	»	188	213	111/225[6]	20	—	180
Биточки припущенные (паровые) [9]	Припускание	63	71	37/57[6]	12	—	50
То же	»	125	142	74/114[6]	12	—	100
»	»	188	213	111/170[6]	12	—	150
Гуси полупотрошеные							
Целиком	Варка	190	202	133	25	—	100
»	»	49	52	34	25	3[1]	25
»	»	99	105	69	25	3[1]	50
»	»	147	156	103	25	3[1]	75
»	»	196	208	137	25	3[1]	100
»	»	246	261	172	25	3[1]	125
»	»	213	226	149	25	8[2]+3[1]	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	90	95	63	25	47[3]	25
То же	»	107	114	75	25	47[3]	30
»	»	180	191	126	25	47[3]	50
»	»	216	229	151	25	47[3]	60
»	»	270	286	189	25	47[3]	75
»	»	360	382	252	25	47[3]	100
Целиком	Жаренье	239	253	167	40	—	100
»	»	123	130	86	40	3[1]	50
»	»	184	195	129	40	3[1]	75
»	»	246	261	172	40	3[1]	100
»	»	307	326	215	40	3[1]	125
»	»	267	283	187	40	8[2]+3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение [4]	120	127	83	40	—	50
То же	»	180	191	125	40	—	75
»	»	241	256	167	40	—	100
»	»	300	318	208	40	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре [5]	126	133	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	169	179	86/109[6]	8	—	100
»	»	208	221	106/136[6]	8	—	125
Гуси потрошеные							
Целиком	Варка	151	156	133	25	—	100
»	»	39	40	34	25	3[1]	25
»	»	78	81	69	25	3[1]	50
»	»	117	121	103	25	3[1]	75
»	»	156	161	137	25	3[1]	100
»	»	195	202	172	25	3[1]	125
»	»	169	175	149	25	8[2]+3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	72	74	63	25	47[3]	25
То же	»	85	88	75	25	47[3]	30
»	»	143	148	126	25	47[3]	50
»	»	172	178	151	25	47[3]	60
»	»	215	222	189	25	47[3]	75
»	»	286	296	252	25	47[3]	100
Целиком	Жаренье	190	196	167	40	—	100
»	»	98	101	86	40	3[1]	50
»	»	147	152	129	40	3[1]	75
»	»	195	202	172	40	3[1]	100
»	»	244	253	215	40	3[1]	125
»	»	213	220	187	40	8[2]+3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение [4]	95	99	83	40	—	50
То же	»	143	149	125	40	—	75
»	»	192	198	167	40	—	100
»	»	239	247	208	40	—	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Порционными кусками	Жаренье во фритюре [5]	100	103	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	134	139	86/109[6]	8	—	100
»	»	166	171	106/136[6]	8	—	125
Утки полупотрошеные [12]							
Целиком	Варка	200	206	133	25	—	100
»	»	51	53	34	25	3[1]	25
»	»	104	107	69	25	3[1]	50
»	»	155	159	103	25	3[1]	75
»	»	206	212	137	25	3[1]	100
»	»	258	266	172	25	3[1]	125
»	»	224	230	149	25	8[2]+3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	125	131	83/85[10]	25	60/61[3]	25
То же	»	150	159	100/103[10]	25	60/61[3]	30
»	»	251	264	167/171[10]	25	60/61[3]	50
»	»	300	317	200/205[10]	25	60/61[3]	60
»	»	375	396	250/256[10]	25	60/61[3]	75
»	»	500	529	333/342[10]	25	60/61[3]	100
Целиком	Жаренье	231	238	154	35	—	100
»	»	119	122	79	35	3[1]	50
»	»	179	184	119	35	3[1]	75
»	»	239	246	159	35	3[1]	100
»	»	297	306	198	35	3[1]	125
»	»	258	266	172	35	8[2]+3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение [4]	117	120	77	35	—	50
То же	»	174	180	115	35	—	75
»	»	234	240	154	35	—	100
»	»	291	300	192	35	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре [5]	132	136	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	177	183	86/109[6]	8	—	100
»	»	219	225	106/136[6]	8	—	125
Утки потрошеные [12]							
Целиком	Варка	147	147	133	25	—	100
»	»	38	38	34	25	3[1]	25
»	»	76	76	69	25	3[1]	50
»	»	114	114	103	25	3[1]	75
»	»	152	152	137	25	3[1]	100
»	»	190	190	172	25	3[1]	125
»	»	165	165	149	25	8[2]+3[1]	100
Целиком (мякоть для салата без кожи)	Варка	92	94	83/85[10]	25	60/61[3]	25
То же	»	111	114	100/103[10]	25	60/61[3]	30
»	»	185	189	167/171[10]	25	60/61[3]	50

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком (мякоть для салата без кожи)		221	227	200/205[10]	25	60/61[3]	60
»	»	277	283	250/256[10]	25	60/61[3]	75
»	»	368	379	333/342[10]	25	60/61[3]	100
Целиком	Жаренье	170	171	154	35	—	100
»	»	87	87	79	35	3[1]	50
»	»	132	132	119	35	3[1]	75
»	»	176	176	159	35	3[1]	100
»	»	219	219	198	35	3[1]	125
»	»	190	190	172	35	8[2]+3[1]	100
Порционными и мелкими кусками	Тушение[4]	86	86	77	35	—	50
То же	»	128	129	115	35	—	75
»	»	172	172	154	35	—	100
»	»	215	215	192	35	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре[5]	97	97	64/82[6]	8	—	75
То же	То же	131	131	86/109[6]	8	—	100
»	»	161	161	106/136[6]	8	—	125
Обработанные субпродукты[11]	Варка, тушение	—	—	63	20	—	50
То же	То же	—	—	94	20	—	75
»	»	—	—	125	20	—	100

[1] 3% — отходы на порционирование

[2] 6%, 8% — *отходы на спинную кость*

[3] 47% — отходы на кости и кожу после варки для кур, для остальной птицы в числителе даны отходы на кости и кожу птицы I категории, в знаменателе — II категории

[4] При тушении птицы порционными и мелкими кусками предусмотрены потери на порционирование в количестве 1%, возникающие при нарубании птицы в сыром виде

[5] Норма закладки на изделия, жаренные во фритюре, исчислена из расчета соответствующих отходов при холодной обработке и потерь при варке; предусмотрено использование вареных частей тушек, на порционирование которых заложены 3% потерь

[6] В числителе — масса сырья нетто, в знаменателе — масса полуфабриката. Дополнительные продукты, расходуемые для изготовления полуфабрикатов, см. в соответствующих рецептурах Сборника

[7] Норма закладки исчислена из расчета выхода мякоти без кожи Для филе с косточкой при расчете нормы закладки массой брутто косточка — 7 г не учитывается

[8] Мякоть с кожей

[9] Мякоть без кожи

[10] В числителе — масса нетто птицы I категории, в знаменателе — масса нетто птицы II категории

[11] В соответствии с ОСТ 49 116—77 субпродукты указаны обработанные.

[12] Разделы 3 и 4 необходимо привести в соответствие с таблицей № 14.

ПЕРНАТАЯ ДИЧЬ

Дичь поступает на предприятия общественного питания в пере После ощипывания и опаливания ее обрабатывают так же, как и сельскохозяйственную птицу Указанные в таблице для разных видов дичи пернатой нормы вложения в штуках 1/2, 1/4, 1/6 и т д даны из расчета выхода готовых изделий (примерно 75, 100, 125 г) с учетом средней массы дичи Если масса дичи отличается от указанной в таблице средней массы, ее делят на иное количество порций соответственно предусмотренному выходу

Таблица 18

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из пернатой дичи

Наименование продуктов, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г, шт	Отходы при холодной обработке[1], %	Масса нетто или полуфабриката, г, шт.	Потери		Масса готового изделия, г, шт
					при тепловой обработке, % к массе нетто или полуфабриката	отходы на кости, % к массе изделий после тепловой обработки	
1	2	3	4	5	6	7	8
Рябчики и куропатки серые							
Целиком (мякоть для салата)	Варка	70	34	46	25	28	25
То же	»	85	34	56	25	28	30
»	»	141	34	93	25	28	50
»	»	168	34	111	25	28	60
»	»	211	34	139	25	28	75
»	»	280	34	185	25	28	100
Целиком	Жаренье	1/2[2]	34	1/2[2]	25	—	1/2[2]
»	»	1[2]	34	1[2]	25	—	1[2]
Целиком, порционными и мелкими кусками	Тушение	152	34	100	25	—	75
То же	»	202	34	133	25	—	100
»	»	253	34	167	25	—	125
Филе натуральное	Жаренье	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75
Котлеты из филе, фаршированные молочным соусом или печенью	Жаренье во фритюре	167	52	80/148[3]	12	—	130
Филе панированное	Жаренье	144	52	69/85[3]	12	—	75
»	»	196	52	94/114[3]	12	—	100
Филе натуральное	Припускание	58	52	28	12	—	25
»	»	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75
»	»	238	52	114	12	—	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Изделия из котлетной массы							
Котлеты	Жаренье	77	52	37/63[3]	20	—	50
»	»	117	52	56/94[3]	20	—	75
»	»	154	52	74/125[3]	20	—	100
»	»	231	52	111/188[3]	20	—	150
Биточки припущенные (паровые)	Припускание	77	52	37/57[3]	12	—	50
То же	»	154	52	74/114[3]	12	—	100
»	»	231	52	111/170[3]	12	—	150
Тетерева и куропатки белые							
Целиком (мякоть для салата)	Варка	72	36	46	25	28	25
То же	»	88	36	56	25	28	30
»	»	145	36	93	25	28	50
»	»	173	36	111	25	28	60
»	»	217	36	139	25	28	75
»	»	289	36	185	25	28	100
Целиком	Жаренье	1/6[2]	36	1/6[2]	28	—	1/6[2]
»	»	1/5[2]	36	1/5[2]	28	—	1/5[2]
»	»	1/4[2]	36	1/4[2]	28	—	1/4[2]
»	»	1/3[2]	36	1/3[2]	28	—	1/3[2]
»	»	1/2[2]	36	1/2[2]	28	—	1/2[2]
Целиком и порционными кусками	Тушение	1/6[2]	36	1/6[2]	28	—	1/6[2]
То же	»	1/5[2]	36	1/5[2]	28	—	1/5[2]
»	»	1/4[2]	36	1/4[2]	28	—	1/4[2]
»	»	1/3[2]	36	1/3[2]	28	—	1/3[2]
»	»	1/2[2]	36	1/2[2]	28	—	1/2[2]
Филе натуральное	Жаренье	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75
Котлеты из филе, фаршированные молочным соусом или печенью	Жаренье во фритюре	167	52	80/148[3]	12	—	130
Филе панированное	Жаренье	144	52	69/85[3]	12	—	75
»	»	196	52	94/114[3]	12	—	100
Филе натуральное	Припускание	58	52	28	12	—	25
»	»	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75
»	»	238	52	114	12	—	100
Изделия из котлетной массы							
Котлеты	Жаренье	77	52	37/63[3]	20	—	50
»	»	117	52	56/94[3]	20	—	75
»	»	154	52	74/125[3]	20	—	100
»	»	231	52	111/188[3]	20	—	150
Биточки припущенные (паровые)	Припускание	77	52	37/57[3]	12	—	50
То же	»	154	52	74/114[3]	12	—	100
»	»	231	52	111/170[3]	12	—	150

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8
Фазаны							
Целиком	Варка	1/6[2]	34	1/6[2]	25	—	1/6[2]
»	»	1/4[2]	34	1/4[2]	25	—	1/4[2]
»	»	1/3[2]	34	1/3[2]	25	—	1/3[2]
Целиком (мякоть для салата)	Варка	70	34	46	25	28	25
То же	»	85	34	56	25	28	30
»	»	141	34	93	25	28	50
»	»	168	34	111	25	28	60
»	»	211	34	139	25	28	75
»	»	280	34	185	25	28	100
Целиком	Жаренье	1/6[2]	34	1/6[2]	31	—	1/6[2]
»	»	1/4[2]	34	1/4[2]	31	—	1/4[2]
»	»	1/3[2]	34	1/3[2]	31	—	1/3[2]
Целиком, порционными и мелкими кусками	Тушение	165	34	109	31	—	75
То же	»	220	34	145	31	—	100
»	»	274	34	181	31	—	125
Филе натуральное	Жаренье	119	52	57	12	—	50
»	»	177	52	85	12	—	75
Котлеты из филе, фаршированные молочным соусом или печенью	Жаренье во фритюре	167	52	80/148[3]	12	—	130
Филе панированное	Жаренье	144	52	69/85[3]	12	—	75
»	»	196	52	94/114[3]	12	—	100
Филе натуральное	Припускание	177	52	85	12	—	75
»	»	238	52	114	12	—	100
Изделия из котлетной массы							
Котлеты	Жаренье	77	52	37/63[3]	20	—	50
»	»	117	52	56/94[3]	20	—	75
»	»	154	52	74/125[3]	20	—	100
»	»	231	52	111/188[3]	20	—	150
Биточки припущенные (паровые)	Припускание	77	52	37/57[3]	12	—	50
То же	»	154	52	74/114[3]	12	—	100
»	»	231	52	111/170[3]	12	—	150

[1] Отходы указаны без пера

[2] Норма закладки в штуках

[3] Числитель — масса нетто, знаменатель — масса полуфабриката Дополнительные продукты, расходуемые для изготовления полуфабрикатов, см в соответствующих рецептурах Сборника

Средняя масса рябчика и куропатки серой без пера примерно 320 г, тетерева — 1000 г, куропатки белой — 500 г, глухаря — 1800 г, фазана — 850 г

КРОЛИК

Кролики поступают на предприятия общественного питания с удаленными внутренними органами, за исключением почек, голова отделена на уровне перво-

го шейного позвонка, передние ноги — по запястному, задние ноги — по скакательному суставам, тушки кроликов должны быть хорошо обескровлены, без побитостей и кровоподтеков, остатков шкурки, бахромок мышечной ткани и тщательно вымыты

По упитанности и качеству обработки тушки кроликов подразделяют на I и II категории

Допускается использование на предприятиях общественного питания тушек кроликов I и II категорий деформированных, имеющих переломы костей, зачистки от побитостей или кровоподтеков

При холодной обработке у тушек кроликов срезают клеймо, удаляют горловину, шейный позвонок, почки, зачищают и разрубают на две части — переднюю и заднюю (линия деления должна проходить по последнему поясничному позвонку)

Задняя часть (окорочка, спинная часть) тушки кролика содержит меньше соединительной ткани, мышечные волокна ее не требуют длительной тепловой обработки, поэтому мякоть окорочков и спинной части используют главным образом для приготовления натуральных и фаршированных котлет, шашлыков Переднюю часть тушки кролика используют в основном для тушения Для приготовления котлетной массы используют мякоть передней и задней частей тушки кролика

Таблица 19

Нормы выхода тушки, отходов, мякоти и костей при холодной обработке тушек кроликов

(в % к тушке массой брутто)

Наименование сырья и категория	Выход тушки	Отходы и потери при холодной обработке	Выход мякоти	Выход костей
Кролики I категории	95	5	75	20
Кролики II категории	95	5	70	25

Таблица 20

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из тушек кролика

Наименование продуктов, полуфабрикатов и готовых изделий	Способ тепловой обработки	Масса сырья брутто, г		Масса нетто или полуфабриката[1], г	Потери при тепловой обработке, % к массе нетто или полуфабриката	Потери при порционировании, % к массе после тепловой обработки	Масса готового изделия, г
		I категория	II категория				
1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком	Варка	140	140	133	25	—	100
»	»	107	107	102	25	2	75
»	»	143	143	136	25	2	100
»	»	179	179	170	25	2	125

Окончание

1	2	3	4	5	6	7	8
Целиком	Жаренье	140	140	133	25	—	100
»	»	107	107	102	25	2	75
»	»	143	143	136	25	2	100
»	»	179	179	170	25	2	125
Порционными и мелкими кусками	Тушение	105	105	100	25	—	75
То же	»	140	140	133	25	—	100
»	»	176	176	167	25	—	125
Порционными кусками	Жаренье во фритюре [2]	92	92	64/82	8	—	75
То же	То же	123	123	86/109	8	—	100
»	»	152	152	106/136	8	—	125
Котлеты натуральные [3]	Жаренье	84	90	63	20	—	50
То же	»	125	134	94	20	—	75
»	»	167	179	125	20	—	100
Котлеты, фаршированные молочным соусом [3]	Жаренье во фритюре	107	114	80/148	12	—	130
Кролик по-столичному [3]	Жаренье	136	146	102/153	15	—	130
Изделия из котлетной массы [3]							
Котлеты	Жаренье	49	53	37/63	20	—	50
»	»	75	80	56/94	20	—	75
»	»	99	106	74/125	20	—	100
»	»	148	159	111/188	20	—	150
Биточки, фаршированные шампиньонами	Жаренье	49	53	37/75	20	—	60
То же	»	99	106	74/150	20	—	120
»	»	148	159	111/225	20	—	180
Биточки припущенные (паровые)	Припускание	49	53	37/57	12	—	50
То же	»	99	106	74/114	12	—	100
»	»	148	159	111/170	12	—	150
Шницель	Жаренье	51	54	38/63	20	—	50
»	»	101	109	76/125	20	—	100
»	»	152	163	114/188	20	—	150
Тефтели	Жаренье	51	54	38/71	15	—	60
»	»	101	109	76/135	15	—	115
»	»	152	163	114/194	15	—	165
Зразы рубленые	Жаренье	51	54	38/82	15	—	70
»	»	101	109	76/165	15	—	140
»	»	152	163	114/247	15	—	210

[1] Числитель — масса нетто, знаменатель — масса полуфабриката Дополнительные продукты, расходуемые для изготовления полуфабрикатов, см в соответствующих рецептурах Сборника

[2] Норма закладки исчислена из расчета соответствующих отходов при холодной обработке и потерь при варке, предусмотрено использование вареных частей тушки, на порционирование которых заложено 2% потерь

[3] Норма закладки исчислена из расчета выхода мякоти

РЫБА

На предприятия общественного питания живая, охлажденная, мороженая рыба поступает от промышленности неразделанной, потрошеной с головой и потрошеной обезглавленной, а также специальной разделки (полуфабрикат) Кроме того, отдельные виды рыб (жерех, лещ, сазан, сом, судак, треска, нототения, сайда, ставрида, налим морской, палтус и др) поступают в виде филе, замороженного блоками Мелкая рыба (салака, килька, бычки, тюлька, хамса и др) поступает замороженной в блоках или россыпью в неразделанном виде

Соленая рыба поступает от промышленности неразделанной, потрошеной с головой и потрошеной обезглавленной Крупная рыба может поступать куском (сом, зубатка)

По характеру кожного покрова различают рыбу с чешуей, без чешуи и покрытую костными чешуйками («жучками»).

К чешуйчатым рыбам относятся судак, лещ, сазан, щука, вобла, баттерфиш, кабан-рыба, камбала, клыкач и др К рыбам без чешуи — налим, угорь, сом и некоторые океанические рыбы сабля, ледяная, скумбрия, зубатка, к этой группе практически могут быть отнесены треска, пикша и навага, так как они имеют чрезвычайно мелкую, малозаметную и нежную чешую Некоторые рыбы без чешуи (особенно крупные экземпляры) имеют грубую кожу, поэтому при разделке ее принято снимать Рыбы семейства осетровых — белуга, севрюга, осетр, стерлядь и некоторые океанические рыбы — бычок океанический, ставрида океаническая и некоторые виды камбалы — покрыты костными чешуйками («жучками»)

Разделанную рыбу в зависимости от размеров и кулинарного назначения используют целой с головой или целой без головы (массой до 200 г), непластованной кусками, пластованной на филе с кожей и реберными костями, филе с кожей без костей, филе без кожи и костей

В таблицах указаны нормы отходов и потерь при холодной и тепловой обработках рыбы, расход сырья, выход полуфабрикатов и готовых изделий в зависимости от способов промышленной и кулинарной разделки и тепловой обработки (варки, припускания, жаренья, жаренья во фритюре)

Расход сырья, выход полуфабрикатов и готовых изделий из рыбы установлен для рыб с костным скелетом крупного, среднего и мелкого размера (графы 2, 3, 4, 5, 6, 7 табл 21), для рыб с хрящевым скелетом — крупного и среднего размера (графы 2, 3, 4, 5 табл 23) Для рыбы, не подразделяемой по длине или массе, расход сырья, отходы и потери показаны в графах 4 и 5. При использовании рыбы с костным скелетом специальной разделки (полуфабриката) расход сырья, отходы и потери указаны в табл 21 в графах 8, 9, при использовании рыбы-полуфабриката с хрящевым скелетом (звено с кожей без хрящей) расход сырья, отходы и потери указаны в табл 23 в графах 7, 8

К пищевым отходам (табл 22) отнесены икра и молоки, головы без жабер, плечевая кость, плавники (в том числе хвостовой), позвоночник и реберные кости, а также кожа и чешуя

В нормах отходов рыб с костным скелетом икра и молоки приняты в размере 3% У рыбы, выловленной в период нереста, содержание икры и молоки может доходить до 4% При поступлении рыбы с молоками и икрой фактическое содержание их определяют опытными проработками и оформляют актами в установленном порядке

Нормы отходов на мороженую рыбу установлены с учетом потерь, образующихся при ее размораживании

В нормы отходов на мелкую рыбу, поступающую в замороженном виде в блоках (бычки, корюшка, салака, килька, хамса и тюлька), не включены потери при размораживании Поэтому при расчете нормы отходов на холодную обработку должны быть увеличены за счет потерь при размораживании на 8%

При использовании живой рыбы (леща, сазана, карпа, линя, карася, стерляди и других рыб) в целом виде для приготовления порционных блюд выход их может не совпадать с выходом, приведенным в рецептурах В таком случае выход рыб уменьшается или увеличивается в соответствии с фактической массой брутто

Таблица 21

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с костным скелетом (всех семейств) при использовании сырья и рыбы специальной разделки

Наименование рыб, способы промышленной и кулинарной разделки и тепловой обработки	Рыба (сырье)						Рыба специальной разделки (полуфабрикат*)		Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Выход готового изделия, г
	крупная		средняя		мелкая						
	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Амур неразделанный [1]											
Непластованный кусками отварной	—	—	152	38	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	202	38	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	252	38	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	147	38	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	197	38	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	245	38	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	144	38	—	—	—	—	89/94[2]	20	75
»	—	—	192	38	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	240	38	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями отварное	—	—	192	51	—	—	109	14	94	20	75
»	—	—	255	51	—	—	145	14	125	20	100
»	—	—	318	51	—	—	181	14	156	20	125
припущенное	—	—	186	51	—	—	106	14	91	18	75
»	—	—	249	51	—	—	142	14	122	18	100
»	—	—	310	51	—	—	177	14	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	182	51	—	—	103	14	89/94	20	75
»	—	—	243	51	—	—	138	14	119/125	20	100
»	—	—	304	51	—	—	173	14	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей. припущенное	—	—	217	58	—	—	115	21	91	18	75
»	—	—	290	58	—	—	154	21	122	18	100
»	—	—	362	58	—	—	192	21	152	18	125
жареное	—	—	212	58	—	—	113	21	89/94	20	75
»	—	—	283	58	—	—	151	21	119/125	20	100
»	—	—	355	58	—	—	189	21	149/156	20	125
запеченное	—	—	212	58	—	—	113	21	89/94	20	75
»	—	—	283	58	—	—	151	21	119/125	20	100
»	—	—	355	58	—	—	189	21	149/156	20	125
Белорыбица неразделанная [1]											
Непластованная кусками: отварная	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	132	31	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	177	31	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	220	31	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями припущенное	—	—	149	39	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	146	39	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	195	39	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	244	39	—	—	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе с кожей, без костей припущенное	—	—	157	42	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	210	42	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	262	42	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	153	42	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	205	42	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	257	42	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи и костей припущенное	—	—	165	45	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	222	45	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	162	45	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	—	—	149/156	20	125
жареное в сухарях на рашпере	—	—	135	45	—	—	—	—	74/91	18	75
»	—	—	180	45	—	—	—	—	99/122	18	100
»	—	—	222	45	—	—	—	—	122/152	18	125
жареное без сухарей на рашпере	—	—	171	45	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	227	45	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	284	45	—	—	—	—	156	20	125
Бельдюга океаническая неразделанная [1]											
Непластованная кусками отварная	—	—	171	45	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	227	45	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	284	45	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	162	45	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Бельдюга океаническая потрошеная, обезглавленная [1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	99	5	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	132	5	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	164	5	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	102	5	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	137	5	—	—	—	—	130	23	100
»	—	—	171	5	—	—	—	—	162	23	125
жареная	—	—	94	5	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	125	5	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	157	5	—	—	—	—	149/156	20	125
Бычок азово-черноморский неразделанный [1]											
Целый, с головой:											
жареный	—	—	115	22[3]	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	155	22[3]	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	194	22[3]	—	—	—	—	151/158	21	125
Целый, без головы											
припущенный	—	—	171	45[3]	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	227	45[3]	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	284	45[3]	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	164	45[3]	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	220	45[3]	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	275	45[3]	—	—	—	—	151/158	21	125
жаренный во фритюре	—	—	113	45[3]	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	153	45[3]	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	193	45[3]	—	—	—	—	106/145	14	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Бычок океанический неразделанный [1]											
Непластованный (без кожи) кусками жареный	—	—	210	61	—	—	—	—	82/87	14	75
»	—	—	282	61	—	—	—	—	110/116	14	100
»	—	—	354	61	—	—	—	—	138/145	14	125
Вобла неразделанная [1]											
Целая, с головой. жареная	—	—	114	20	—	—	—	—	91/96	22	75
»	—	—	153	20	—	—	—	—	122/128	22	100
»	—	—	191	20	—	—	—	—	153/160	22	125
Целая, без головы жареная	—	—	140	35	—	—	—	—	91/96	22	75
»	—	—	188	35	—	—	—	—	122/128	22	100
»	—	—	235	35	—	—	—	—	153/160	22	125
Непластованная кусками жареная	—	—	144	37	—	—	—	—	91/96	22	75
»	—	—	194	37	—	—	—	—	122/128	22	100
»	—	—	243	37	—	—	—	—	153/160	22	125
Вобла соленая неразделанная [1]											
Целая, с головой отварная	—	—	102	15	—	—		—	87	14	75
»	—	—	136	15	—	—	—	—	116	14	100
»	—	—	171	15	—	—	—	—	145	14	125
жареная	—	—	94	15	—	—	—	—	80/89	16	75
»	—	—	126	15	—	—	—	—	107/119	16	100
»	—	—	158	15	—	—	—	—	134/149	16	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Целая, без головы:											
отварная	—	—	126	30	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	169	30	—	—	—	—	118	15	100
»	—	—	210	30	—	—	—	—	147	15	125
жареная	—	—	116	30	—	—	—	—	81/90	17	75
»	—	—	154	30	—	—	—	—	108/120	17	100
»	—	—	194	30	—	—	—	—	136/151	17	125
Непластованная кусками											
отварная	—	—	128	31	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	171	31	—	—	—	—	118	15	100
»	—	—	213	31	—	—	—	—	147	15	125
жареная	—	—	117	31	—	—	—	—	81/90	17	75
»	—	—	157	31	—	—	—	—	108/120	17	100
»	—	—	197	31	—	—	—	—	136/151	17	125
Голец дальневосточный неразделанный [1]											
Непластованный кусками											
отварной	—	—	127	26	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	169	26	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	211	26	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	123	26	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	120	26	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	161	26	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	201	26	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями.											
отварное	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенное	—	—	132	31	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	177	31	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	220	31	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Горбуша неразделанная [1]											
Непластованная кусками отварная	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями отварное	—	—	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	171	11	152	18	125
припущенное	—	—	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	171	11	152	18	125
жареное	—	—	146	39	—	—	100	11	89/94	20	75
»	—	—	195	39	—	—	134	11	119/125	20	100
»	—	—	244	39	—	—	167	11	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей припущенное	—	—	157	42	—	—	107	15	91	18	75
»	—	—	210	42	—	—	141	15	122	18	100
»	—	—	262	42	—	—	179	15	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	153	42	—	—	105	15	89/94	20	75
»	—	—	205	42	—	—	140	15	119/125	20	100
»	—	—	257	42	—	—	175	15	149/156	20	125
Филе без кожи и костей припущенное	—	—	165	45	—	—	112	19	91	18	75
»	—	—	222	45	—	—	151	19	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	188	19	152	18	125
жареное	—	—	162	45	—	—	110	19	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	147	19	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	184	19	149/156	20	125
Горбуша потрошеная с головой [1]											
Непластованная кусками отварная	—	—	116	19	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	154	19	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	193	19	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	116	19	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	154	19	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	193	19	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	110	19	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	147	19	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	184	19	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями отварное	—	—	125	27	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	167	27	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	208	27	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	125	27	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	167	27	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	208	27	—	—	—	—	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	122	27	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	163	27	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	204	27	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей отварное	—	—	134	30	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	179	30	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	223	30	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	130	30	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	127	30	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	170	30	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	213	30	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи и костей отварное	—	—	140	33	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	187	33	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	233	33	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	136	33	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	182	33	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	227	33	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
Зубатка пятнистая (пестрая) потрошеная обезглавленная [1]											
Неразделанная кусками отварная	—	—	110	18	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	146	18	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	184	18	—	—	—	—	151	17	125
припущенная	—	—	110	18	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	146	18	—	—	—	—	120	17	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенная	—	—	184	18	—	—	—	—	151	17	125
жареная	—	—	109	18	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	145	18	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	182	18	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченная	—	—	109	18	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	145	18	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	182	18	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	125	28	—	—	100	10	90	17	75
»	—	—	167	28	—	—	133	10	120	17	100
»	—	—	210	28	—	—	168	10	151	17	125
припущенное	—	—	125	28	—	—	100	10	90	17	75
»	—	—	167	28	—	—	133	10	120	17	100
»	—	—	210	28	—	—	168	10	151	17	125
жареное	—	—	124	28	—	—	99	10	89/94	20	75
»	—	—	165	28	—	—	132	10	119/125	20	100
»	—	—	207	28	—	—	166	10	149/156	20	125
запеченное	—	—	124	28	—	—	99	10	89/94	20	75
»	—	—	165	28	—	—	132	10	119/125	20	100
»	—	—	207	28	—	—	166	10	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей.											
припущенное	—	—	138	35	—	—	108	17	90	17	75
»	—	—	185	35	—	—	145	17	120	17	100
»	—	—	232	35	—	—	182	17	151	17	125
жареное	—	—	137	35	—	—	107	17	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	143	17	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	180	17	149/156	20	125
запеченное	—	—	137	35	—	—	107	17	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	143	17	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	180	17	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе зубатки необесшкуренное, выпускаемое промышленностью											
отварное	—	—	97	4[4]	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	128	4[4]	—	—	—	—	123	19	100
»	—	—	160	4[4]	—	—	—	—	154	19	125
припущенное	—	—	94	4[4]	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	125	4[4]	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	157	4[4]	—	—	—	—	151	17	125
жареное	—	—	93	4[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	124	4[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	155	4[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренное во фритюре	—	—	70	4[4]	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	96	4[4]	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	120	4[4]	—	—	—	—	115/149	16	125
Зубатка пятнистая (пестрая) с головой, потрошеная, соленая [1]											
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	148	39	—	—	100	10	90	17	75
»	—	—	197	39	—	—	133	10	120	17	100
»	—	—	248	39	—	—	168	10	151	17	125
жареное	—	—	131	39	—	—	89	10	80/89	16	75
»	—	—	175	39	—	—	119	10	107/119	16	100
»	—	—	220	39	—	—	149	10	134/149	16	125
запеченное	—	—	131	39	—	—	89	10	80/89	16	75
»	—	—	175	39	—	—	119	10	107/119	16	100
»	—	—	220	39	—	—	149	10	134/149	16	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Зубан неразделанный [1]											
Непластованный кусками, отварной	—	—	150	40	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	200	40	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	252	40	—	—	—	—	151	17	125
припущенный	—	—	150	40	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	200	40	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	252	40	—	—	—	—	151	17	125
жареный	—	—	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей: отварное	—	—	191	53	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	255	53	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	321	53	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	191	53	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	255	53	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	321	53	—	—	—	—	151	17	125
жареное	—	—	189	53	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	253	53	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	317	53	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи и костей, жареное	—	—	241	63	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	322	63	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	403	63	—	—	—	—	149/156	20	125
Зубан потрошеный обезглавленный [1]											
Непластованный кусками: отварной	—	—	96	6	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	128	6	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	161	6	—	—	—	—	151	17	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенный	—	—	96	6	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	128	6	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	161	6	—	—	—	—	151	17	125
жареный	—	—	95	6	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	127	6	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	159	6	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
отварное	—	—	113	20	—	—	—	—	90	17	75
	—	—	150	20	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	189	20	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	113	20	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	150	20	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	189	20	—	—	—	—	151	17	125
жареное	—	—	111	20	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	149	20	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	186	20	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи и костей											
жареное	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Камбала дальневосточная неразделанная [1]											
Непластованная кусками											
отварная	—	—	140	35	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	—	—	152	18	125
припущенная	—	—	140	35	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	—	—	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареная	—	—	137	35	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	103	35	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	142	35	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	177	35	—	—	—	—	115/149	16	125
запеченная	—	—	137	35	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная в сухарях на рашпере	—	—	111	35	—	—	—	—	72/89	16	75
»	—	—	148	35	—	—	—	—	96/119	16	100
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/149	16	125
Камбала дальневосточная соленая неразделанная [1]											
Непластованная кусками											
отварная	—	—	138	35	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	185	35	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	232	35	—	—	—	—	151	17	125
жареная	—	—	128	35	—	—	—	—	83/88	15	75
»	—	—	172	35	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	203	35	—	—	—	—	132/147	15	125
запеченная	—	—	128	35	—	—	—	—	83/88	15	75
»	—	—	172	35	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	203	35	—	—	—	—	132/147	15	125
Камбала азово-черноморская неразделанная [1]											
Непластованная кусками:											
отварная	—	—	147	36	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	195	36	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	244	36	—	—	—	—	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенная	—	—	147	36	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	195	36	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	244	36	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	141	36	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	189	36	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	236	36	—	—	—	—	151/158	21	125
Камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной) потрошеная обезглавленная [1]											
Непластованная кусками отварная	—	—	104	10	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	139	10	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	173	10	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	104	10	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	139	10	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	173	10	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	100	10	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	134	10	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	168	10	—	—	—	—	151/158	21	125
Камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной) неразделанная [1]											
Непластованная кусками отварная	—	—	142	34	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	189	34	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	236	34	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	142	34	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	189	34	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	236	34	—	—	—	—	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареная	—	—	136	34	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	183	34	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	229	34	—	—	—	—	151/158	21	125
Капитан-рыба неразделанная [1]											
Филе с кожей и реберными костями отварное	—	—	178	46	—	—	100	12	96	22	75
»	—	—	237	46	—	—	145	12	128	22	100
»	—	—	296	46	—	—	182	12	160	22	125
жареное	—	—	176	46	—	—	108	12	95/100	25	75
»	—	—	235	46	—	—	144	12	127/133	25	100
»	—	—	296	46	—	—	182	12	160/167	25	125
Филе с кожей, без костей отварное	—	—	204	53	—	—	110	19	96	22	75
»	—	—	272	53	—	—	158	19	128	22	100
»	—	—	340	53	—	—	198	19	160	22	125
жареное	—	—	202	53	—	—	117	19	95/100	25	75
»	—	—	270	53	—	—	157	19	127/133	25	100
»	—	—	340	53	—	—	198	19	160/167	25	125
Филе без кожи и костей жареное	—	—	226	58	—	—	125	24	95/100	25	75
»	—	—	302	58	—	—	167	24	127/133	25	100
»	—	—	381	58	—	—	211	24	160/167	25	125
жаренное во фритюре	—	—	171	58	—	—	95	24	72/94	20	75
»	—	—	233	58	—	—	129	24	98/125	20	100
»	—	—	290	58	—	—	161	24	122/156	20	125
Карась морской неразделанный [1]											
Непластованный кусками отварной	—	—	162	42	—	—	—	—	94	20	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварной	—	—	216	42	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	269	42	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	162	42	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	216	42	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	269	42	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	148	42	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	200	42	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	250	42	—	—	—	—	145/152	18	125
Карась речной и озерный неразделанный											
Целый, с головой жареный	117	24	—	—	120	26	—	—	89/94	20	75
»	157	24	—	—	161	26	—	—	119/125	20	100
»	196	24	—	—	201	26	—	—	149/156	20	125
запеченный	117	24	—	—	120	26	—	—	89/94	20	75
»	157	24	—	—	161	26	—	—	119/125	20	100
»	196	24	—	—	201	26	—	—	149/156	20	125
Непластованный кусками жареный	148	40	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	198	40	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	248	40	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
Карась океанический неразделанный											
Непластованный кусками отварной	—	—	—	—	138	35	—	—	90	17	75
»	—	—	—	—	185	35	—	—	120	17	100
»	—	—	—	—	232	35	—	—	151	17	125
припущенный	—	—	—	—	137	35	—	—	89	16	75
»	—	—	—	—	183	35	—	—	119	16	100
»	—	—	—	—	229	35	—	—	149	16	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареный	—	—	—	—	126	35	—	—	82/87	14	75
»	—	—	—	—	169	35	—	—	110/116	14	100
»	—	—	—	—	212	35	—	—	138/145	14	175
Карась океанический потрошеный обезглавленный											
Непластованный кусками											
отварной	110	18	—	—	105	14	—	—	90	17	75
»	146	18	—	—	140	14	—	—	120	17	100
»	184	18	—	—	176	14	—	—	151	17	125
припущенный	109	18	—	—	103	14	—	—	89	16	75
»	145	18	—	—	138	14	—	—	119	16	100
»	182	18	—	—	173	14	—	—	149	16	125
жареный	100	18	—	—	95	14	—	—	82/87	14	75
»	134	18	—	—	128	14	—	—	110/116	14	100
»	168	18	—	—	160	14	—	—	138/145	14	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	150	40	—	—	—	—	—	—	90	17	75
»	200	40	—	—	—	—	—	—	120	17	100
»	252	40	—	—	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	148	40	—	—	—	—	—	—	89	16	75
»	198	40	—	—	—	—	—	—	119	16	100
»	248	40	—	—	—	—	—	—	149	16	125
жареное	137	40	—	—	—	—	—	—	82/87	14	75
»	183	40	—	—	—	—	—	—	110/116	14	100
»	230	40	—	—	—	—	—	—	138/145	14	125
Филе с кожей, без костей											
отварное	176	49	—	—	—	—	—	—	90	17	75
»	235	49	—	—	—	—	—	—	120	17	100
»	296	49	—	—	—	—	—	—	151	17	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенное	175	49	—	—	—	—	—	—	89	16	75
»	233	49	—	—	—	—	—	—	119	16	100
»	292	49	—	—	—	—	—	—	149	16	125
жареное	161	49	—	—	—	—	—	—	82/87	14	75
»	216	49	—	—	—	—	—	—	110/116	14	100
»	271	49	—	—	—	—	—	—	138/145	14	125
Карп неразделанный											
Непластованный кусками											
отварной	149	37	157	40	—	—	—	—	94	20	75
»	198	37	208	40	—	—	—	—	125	20	100
»	248	37	260	40	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	144	37	152	40	—	—	—	—	91	18	75
»	194	37	203	40	—	—	—	—	122	18	100
»	241	37	253	40	—	—	—	—	152	18	125
жареный	141	37	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	189	37	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	237	37	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченный	141	37	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	189	37	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	237	37	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	177	47	188	50	—	—	108	13	94	20	75
»	236	47	250	50	—	—	144	13	125	20	100
»	294	47	312	50	—	—	179	13	156	20	125
припущенное	172	47	182	50	—	—	105	13	91	18	75
»	230	47	244	50	—	—	140	13	122	18	100
»	287	47	304	50	—	—	175	13	152	18	125
жареное	168	47	178	50	—	—	102	13	89/94	20	75
»	225	47	238	50	—	—	137	13	119/125	20	100
»	281	47	298	50	—	—	171	13	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе с кожей, без костей											
припущенное	186	51	202	55	—	—	123	26	91	18	75
»	249	51	271	55	—	—	165	26	122	18	100
»	310	51	338	55	—	—	205	26	152	18	125
жареное	182	51	198	55	—	—	120	26	89/94	20	75
»	243	51	264	55	—	—	161	26	119/125	20	100
»	304	51	331	55	—	—	201	26	149/156	20	125
Кета неразделанная [1] (см горбушу неразделанную)											
Кефаль каспийская неразделанная											
Непластованная кусками											
отварная	—	—	138	35	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	185	35	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	232	35	—	—	—	—	151	17	125
припущенная	—	—	135	35	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	182	35	—	—	—	—	118	15	100
»	—	—	226	35	—	—	—	—	147	15	125
жареная	—	—	129	35	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	174	35	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	218	35	—	—	—	—	142/149	16	125
жаренная во фритюре	—	—	103	35	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	142	35	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	177	35	—	—	—	—	115/149	16	125
Килька каспийская и кроме каспийской [1]											
Целая, с головой											
жаренная во фритюре	—	—	1359	83	—	—	—	—	1250/1333	25	1000

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Клыкач неразделанный [1]											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	147	38	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	197	38	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	245	38	—	—	—	—	152	18	125
припущенный	—	—	147	38	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	197	38	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	245	38	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	135	38	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	182	38	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	229	38	—	—	—	—	142/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями:											
отварное	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	156	46	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	209	46	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	263	46	—	—	—	—	142/149	16	125
Филе с кожей, без костей											
отварное	—	—	172	47	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	230	47	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	287	47	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	172	47	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	230	47	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	287	47	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	158	47	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	213	47	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	268	47	—	—	—	—	142/149	16	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе без кожи и костей жареное	—	—	179	53	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	240	53	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	302	53	—	—	—	—	142/149	16	125
Корюшка (невская и и беломорская) неразделанная [1]											
Целая, с головой припущенная	—	—	107	15[3]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	144	15[3]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	179	15[3]	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	105	15[3]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	140	15[3]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	175	15[3]	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	73	15[3]	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	99	15[3]	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	125	15[3]	—	—	—	—	106/145	14	125
Целая без головы припущенная	—	—	130	30[3]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30[3]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30[3]	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	127	30[3]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	170	30[3]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	213	30[3]	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	89	30[3]	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	120	30[3]	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	151	30[3]	—	—	—	—	106/145	14	125
Красноперка дальневосточная неразделанная [1]											
Непластованная кусками жареная	—	—	132	40	—	—	—	—	79/84	11	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареная	—	—	177	40	—	—	—	—	106/112	11	100
»	—	—	222	40	—	—	—	—	133/140	11	125
Ледяная рыба потрошеная обезглавленная [1]											
Непластованная кусками отварная	—	—	106	14	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	142	14	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	177	14	—	—	—	—	152	18	125
припущенная	—	—	103	14		—	—	—	89	16	75
»	—	—	138	14	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	173	14	—	—	—	—	149	16	125
жареная	—	—	98	14	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	131	14	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	165	14	—	—	—	—	142/149	16	125
Ледяная рыба неразделанная [1]											
Непластованная кусками отварная	—	—	160	43	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	214	43	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	267	43	—	—	—	—	152	18	125
припущенная	—	—	156	43	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	209	43	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	261	43	—	—	—	—	149	16	125
жареная	—	—	147	43	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	198	43	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	249	43	—	—	—	—	142/149	16	125
Филе с кожей, без костей. отварное	—	—	196	52	—	—	115	18	94	20	75
»	—	—	260	52	—	—	152	18	125	20	100
»	—	—	325	52	—	—	190	18	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенное	—	—	196	52	—	—	115	18	94	20	75
»	—	—	260	52	—	—	152	18	125	20	100
»	—	—	325	52	—	—	190	18	156	20	125
жареное	—	—	179	52	—	—	105	18	86/91	18	75
»	—	—	242	52	—	—	141	18	116/122	18	100
»	—	—	302	52	—	—	177	18	145/152	18	125
Филе без кожи и костей отварное	—	—	209	55	—	—	119	21	94	20	75
»	—	—	278	55	—	—	158	21	125	20	100
»	—	—	347	55	—	—	197	21	156	20	125
припущенное	—	—	209	55	—	—	119	21	94	20	75
»	—	—	278	55	—	—	158	21	125	20	100
»	—	—	347	55	—	—	197	21	156	20	125
жареное	—	—	191	55	—	—	109	21	86/91	18	75
»	—	—	258	55	—	—	147	21	116/122	18	100
»	—	—	322	55	—	—	184	21	145/152	18	125
Лещ неразделанный											
Непластованный кусками отварной	152	38	152	38	149	37	—	—	94	20	75
»	202	38	202	38	198	37	—	—	125	20	100
»	252	38	252	38	248	37	—	—	156	20	125
припущенный	147	38	147	38	144	37	—	—	91	18	75
»	197	38	197	38	194	37	—	—	122	18	100
»	245	38	245	38	241	37	—	—	152	18	125
жареный	144	38	144	38	141	37	—	—	89/94	20	75
»	192	38	192	38	189	37	—	—	119/125	20	100
»	240	38	240	38	237	37	—	—	149/156	20	125
запеченный	144	38	144	38	141	37	—	—	89/94	20	75
»	192	38	192	38	189	37	—	—	119/125	20	100
»	240	38	240	38	237	37	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе с кожей и реберными костями											
жареное	159	46	159	46	156	45	99	13	86/91	18	75
»	215	46	215	46	211	45	133	13	116/122	18	100
»	269	46	269	46	264	45	167	13	145/152	18	125
запеченное	159	46	159	46	156	45	99	13	86/91	18	75
»	215	46	215	46	211	45	133	13	116/122	18	100
»	269	46	269	46	264	45	167	13	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	198	54	198	54	182	50	123	26	91	18	75
»	265	54	265	54	244	50	165	26	122	18	100
»	330	54	330	54	304	50	205	26	152	18	125
жареное	187	54	187	54	172	50	116	26	86/91	18	75
»	252	54	252	54	232	50	157	26	116/122	18	100
»	315	54	315	54	290	50	196	26	145/152	18	125
запеченное	187	54	187	54	172	50	116	26	86/91	18	75
»	252	54	252	54	232	50	157	26	116/122	18	100
»	315	54	315	54	290	50	196	26	145/152	18	125
Филе леща, выпускаемое промышленностью:											
припущенное	—	—	99	84	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	84	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	84	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	93	84	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	84	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	84	—	—	—	—	145/152	18	125
запеченное	—	—	93	84	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	84	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	84	—	—	—	—	145/152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Лещ соленый потрошеный с головой											
Непластованный кусками:											
отварной	117	23	117	23	122	26	—	—	90	17	75
»	156	23	156	23	162	26	—	—	120	17	100
»	196	23	196	23	204	26	—	—	151	17	125
жареный	104	23	104	23	108	26	—	—	80/89	16	75
»	139	23	139	23	145	26	—	—	107/119	16	100
»	174	23	174	23	181	26	—	—	134/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями											
жареное	119	33	119	33	125	36	92	13	80/89	16	75
»	160	33	160	33	167	36	123	13	107/119	16	100
»	200	33	200	33	209	36	154	13	134/149	16	125
запеченное	119	33	119	33	125	36	92	13	80/89	16	75
»	160	33	160	33	167	36	123	13	107/119	16	100
»	200	33	200	33	209	36	154	13	134/149	16	125
Лосось каспийский, куринский неразделанный											
Непластованный кусками:											
отварной	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	138	34	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	185	34	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	230	34	249	39	—	—	171	11	152	18	125
припущенное	138	34	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	185	34	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	230	34	249	39	—	—	171	11	152	18	125
жареное	135	34	146	39	—	—	100	11	89,94	20	75
»	180	34	195	39	—	—	134	11	119/125	20	100
»	226	34	244	39	—	—	167	11	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей:											
припущенное	149	39	157	42	—	—	107	15	91	18	75
»	200	39	210	42	—	—	144	15	122	18	100
»	249	39	262	42	—	—	179	15	152	18	125
жареное	146	39	153	42	—	—	105	15	89/94	20	75
»	195	39	205	42	—	—	140	15	119/125	20	100
»	244	39	257	42	—	—	175	15	149/156	20	125
Филе без кожи и костей:											
припущенное	160	43	165	45	—	—	112	19	91	18	75
»	214	43	222	45	—	—	151	19	122	18	100
»	267	43	276	45	—	—	188	19	152	18	125
жареное	156	43	162	45	—	—	110	19	89/94	20	75
»	209	43	216	45	—	—	147	19	119/125	20	100
»	261	43	271	45	—	—	184	19	149/156	20	125
жаренное в сухарях на рашпере	130	43	135	45	—	—	91	19	74/91	18	75
то же	174	43	180	45	—	—	122	19	99/122	18	100
»	214	43	222	45	—	—	151	19	122/152	18	125
жаренное без сухарей на рашпере	165	43	171	45	—	—	116	19	94	20	75
То же	219	43	227	45	—	—	154	19	125	20	100
	274	43	284	45	—	—	193	19	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Луфарь (кроме океанического) неразделанный [1]											
Непластованный кусками											
отварной	—	—	138	32	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	184	32	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	229	32	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	138	32	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	184	32	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	229	32	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	126	32	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	171	32	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	213	32	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	181	48	—	—	112	16	94	20	75
»	—	—	240	48	—	—	149	16	125	20	100
»	—	—	300	48	—	—	186	16	156	20	125
припущенное	—	—	181	48	—	—	112	16	94	20	75
»	—	—	240	48	—	—	149	16	125	20	100
»	—	—	300	48	—	—	186	16	156	20	125
жареное	—	—	165	48	—	—	102	16	86/91	18	75
»	—	—	223	48	—	—	138	16	116/122	18	100
»	—	—	279	48	—	—	173	16	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное, припущенное	—	—	204	54	—	—	121	22	94	20	75
»	—	—	272	54	—	—	160	22	125	20	100
»	—	—	339	54	—	—	200	22	156	20	125
жареное	—	—	187	54	—	—	110	22	86/91	18	75
»	—	—	252	54	—	—	149	22	116/122	18	100
»	—	—	315	54	—	—	186	22	145/152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Луфарь океанический потрошеный обезглавленный [1]											
Непластованный кусками.											
отварной	—	—	111	15	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	147	15	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	184	15	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	111	15	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	147	15	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	184	15	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	101	15	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	136	15	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	171	15	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	136	31	—	—	112	16	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	149	16	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	186	16	156	20	125
припущенное	—	—	136	31	—	—	112	16	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	149	16	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	186	16	156	20	125
жареное	—	—	125	31	—	—	102	16	86/91	18	75
»	—	—	168	31	—	—	138	16	116/122	18	100
»	—	—	210	31	—	—	173	16	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей:											
отварное	—	—	149	37	—	—	121	22	94	20	75
»	—	—	198	37	—	—	160	22	125	20	100
»	—	—	248	37	—	—	200	22	156	20	125
припущенное	—	—	149	37	—	—	121	22	94	20	75
»	—	—	198	37	—	—	160	22	125	20	100
»	—	—	248	37	—	—	200	22	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	137	37	—	—	110	22	86/91	18	75
»	—	—	184	37	—	—	149	22	116/122	18	100
»	—	—	230	37	—	—	186	22	145/152	18	125
Макрурус, тушка специальной разделки											
Непластованный кусками											
отварной	—	—	—	—	—	—	98	4	94	20	75
»	—	—	—	—	—	—	130	4	125	20	100
»	—	—	—	—	—	—	163	4	156	20	125
припущенный	—	—	—	—	—	—	97	4	93	19	75
»	—	—	—	—	—	—	128	4	123	19	100
»	—	—	—	—	—	—	160	4	154	19	125
жареный	—	—	—	—	—	—	90	4	86/91	18	75
»	—	—	—	—	—	—	121	4	116/122	18	100
»	—	—	—	—	—	—	151	4	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей											
отварное	—	—	—	—	—	—	104	10	94	20	75
»	—	—	—	—	—	—	139	10	125	20	100
»	—	—	—	—	—	—	173	10	156	20	125
припущенное	—	—	—	—	—	—	103	10	93	19	75
»	—	—	—	—	—	—	137	10	123	19	100
»	—	—	—	—	—	—	171	10	154	19	125
жареное	—	—	—	—	—	—	96	10	86/91	18	75
»	—	—	—	—	—	—	129	10	116/122	18	100
»	—	—	—	—	—	—	161	10	145/152	18	125
Филе без кожи и костей											
отварное	—	—	—	—	—	—	109	14	94	20	75
»	—	—	—	—	—	—	145	14	125	20	100
»	—	—	—	—	—	—	181	14	156	20	125
припущенное	—	—	—	—	—	—	108	14	93	19	75
»	—	—	—	—	—	—	143	14	123	19	100
»	—	—	—	—	—	—	179	14	154	19	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	—	—	—	—	100	14	86/91	18	75
»	—	—	—	—	—	—	135	14	116/122	18	100
»	—	—	—	—	—	—	169	14	145/152	18	125
Мелочь I группы [1]											
Целая, с головой											
отварная	—	—	125	25	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	167	25	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	208	25	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	121	25	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	163	25	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	203	25	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченная	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
Целая, без головы											
отварная	—	—	149	37	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	198	37	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	248	37	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	144	37	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	191	37	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	241	37	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	141	37	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	189	37	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	237	37	—	—	—	—	149/156	20	125
Непластованная кусками											
отварная	—	—	154	39	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	205	39	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	256	39	—	—	—	—	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенная	—	—	149	39	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	146	39	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	195	39	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	244	39	—	—	—	—	149/156	20	125

Примечание К мелочи 1-й группы относятся густера (тарань) азербайджанская, линь, окунь речной и озерный (кроме балхашского и бухтарминского), подуст

Мелочь II группы [1]											
Целая, с головой отварная	—	—	129	27	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	171	27	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	214	27	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	125	27	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	167	27	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	208	27	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	122	27	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	163	27	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	204	27	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре (корюшка)	—	—	88	27	—	—	—	—	64/89	16	75
»	—	—	119	27	—	—	—	—	87/119	16	100
»	—	—	151	27	—	—	—	—	110/149	16	125
Целая, без головы отварная	—	—	157	40	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	152	40	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	203	40	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	253	40	—	—	—	—	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареная	—	—	148	40	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	—	—	149/156	20	125

Примечание К мелочи II группы относятся: белоглазка, кроме аральской, азербайджанской и цимлянской, Куйбышевского и Рыбинского водохранилищ, голавль, густера (тарань), кроме азербайджанской, азово-черноморской и всех водоемов России, ерш речной и озерный, кроме дальневосточного и азовской перкарины, корюшка, кроме невской, финской и беломорской, красноперка, кроме дальневосточной, плотва, кроме вылавливаемой во всех водоемах и бухтарминской, сайка, синец (сопа), кроме вылавливаемого в водоемах Украины, чехонь, кроме азово-черноморской и вылавливаемой в водоемах Украины и водохранилищах. Рыбинском, Цимлянском, Горьковском, Куйбышевском

Мелочь III группы

Используется для приготовления ухи и рыбных бульонов

Примечание К мелочи III группы относятся: атерина (ферина), вьюн, пескарь, песчанка, пинагор, смарида (кроме *океанической*), *уклея и все рыбы (кроме океанических) длиной 12 см и менее*, не ограниченные к вылову правилами рыболовства, океанические рыбы: сабля-рыба менее 60 см; нигрита (канадус), снэк, сериола, угорь морской — менее 30 см, нототения мраморная, сом менее 25 см, бесуго, белуция, бельдюга, бычок океанический, джакас, каранкс, клыкач, лещ морской, *латилида*, лихия, ледяная рыба, лутьян, летрин, окунь каменный, парго, перро, перко, полинемус, помпано серебристый, помадазис, пеламида, рубия, сериолелла, сиганус, солнечник, смарида океаническая, сквама, сладкогуб, строма, тюрбо, тайл-фиш, умбрина, форель морская, хек серебристый и тихоокеанский, хинис — менее 20 см, баттерфиш, вомер (*рыба-луна*), караси, налим морской, ронко менее 14 см, все остальные рыбы длиной менее 17 см.

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Минога неразделанная [1]											
Целая без головы и хвоста· жареная	—	—	96	7	—	—	—	—	89/94	**20**	75
»	—	—	128	7	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	160	7	—	—	—	—	149/156	20	125
Минтай спинка (балычок) [1]											
Целые балычки отварные	—	—	96	5	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	128	5	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	160	5	—	—	—	—	152	18	125
припущенные	—	—	94	5	—	—	—	—	**89**	16	75
»	—	—	125	5	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	157	5	—	—	—	—	149	16	125
жарсные	—	—	87	5	—	—	—	—	83/88	15	75
»	—	—	118	5	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	147	5	—	—	—	—	140/147	15	125
жаренные во фритюре	—	—	61	5	—	—	—	—	58/83	10	75
»	—	—	83	5	—	—	—	—	79/111	10	**100**
»	—	—	105	5	—	—	—	—	100/139	10	125
Порционные куски отварные	—	—	96	5	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	128	5	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	160	5	—	—	—	—	152	18	125
припущенные	—	—	94	5	—	—	—	—	**89**	16	75
»	—	—	125	5	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	157	5	—	—	—	—	149	16	125
жареные	—	—	87	5	—	—	—	—	83/88	15	75
»	—	—	118	5	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	147	5	—	—	—	—	140/147	15	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жаренные во фритюре	—	—	64	5	—	—	—	—	61/83	10	75
»	—	—	88	5	—	—	—	—	84/111	10	100
»	—	—	111	5	—	—	—	—	105/139	10	125
Минтай неразделанный [1]											
Непластованный кусками											
отварной	—	—	152	40	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	203	40	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	253	40	—	—	—	—	152	18	125
припущенный	—	—	152	40	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	203	40	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	253	40	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	143	40	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	193	40	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	242	40	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей											
отварное	—	—	186	50	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	246	50	—	—	—	—	123	19	100
»	—	—	308	50	—	—	—	—	154	19	125
припущенное	—	—	186	50	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	246	50	—	—	—	—	123	19	100
»	—	—	308	50	—	—	—	—	154	19	125
жареное	—	—	168	50	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	226	50	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	284	50	—	—	—	—	142/149	16	125
Филе без кожи и костей											
отварное	—	—	202	54	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	267	54	—	—	—	—	123	19	100
»	—	—	335	54	—	—	—	—	154	19	125
припущенное	—	—	202	54	—	—	—	—	93	19	75
»	—	—	267	54	—	—	—	—	123	19	100
»	—	—	335	54	—	—	—	—	154	19	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	183	54	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	246	54	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	309	54	—	—	—	—	142/149	16	125
Мойва (мелочь III группы) неразделанная [1]											
Целая, с головой жареная	—	—	92	2[5]	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	123	2[5]	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	154	2[5]	—	—	—	—	151/158	21	125
жаренная во фритюре	—	—	69	2[5]	—	—	—	—	68/93	19	75
»	—	—	93	2[5]	—	—	—	—	91/123	19	100
»	—	—	117	2[5]	—	—	—	—	115/154	19	125
Муксун неразделанный											
Непластованный кусками отварной	134	30	—	—	134	30	—	—	94	20	75
»	179	30	—	—	179	30	—	—	125	20	100
»	223	30	—	—	223	30	—	—	156	20	125
припущенный	130	30	—	—	130	30	—	—	91	18	75
»	174	30	—	—	174	30	—	—	122	18	100
»	217	30	—	—	217	30	—	—	152	18	125
жареный	127	30	—	—	127	30	—	—	89/94	20	75
»	170	30	—	—	170	30	—	—	119/125	20	100
»	213	30	—	—	213	30	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями припущенное	152	40	—	—	152	40	—	—	91	18	75
»	203	40	—	—	203	40	—	—	122	18	100
»	253	40	—	—	253	40	—	—	152	18	125
жареное	148	40	—	—	148	40	—	—	89/94	20	75
»	198	40	—	—	198	40	—	—	119/125	20	100
»	248	40	—	—	248	40	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе с кожей, без костей											
припущенное	169	46	—	—	169	46	—	—	91	18	75
»	226	46	—	—	226	46	—	—	122	18	100
»	281	46	—	—	281	46	—	—	152	18	125
жареное	165	46	—	—	165	46	—	—	89/94	20	75
»	220	46	—	—	220	46	—	—	119/125	20	100
»	276	46	—	—	276	46	—	—	149/156	20	125
Муксун потрошеный соленый с головой											
Непластованный кусками											
отварной	117	23	—	—	122	26	—	—	90	17	75
»	156	23	—	—	162	26	—	—	120	17	100
»	196	23	—	—	204	26	—	—	151	17	125
жареный	103	23	—	—	107	26	—	—	79/88	15	75
»	138	23	—	—	143	26	—	—	106/118	15	100
»	171	23	—	—	178	26	—	—	132/147	15	125
Филе с кожей и костями											
отварное	130	31	—	—	136	34	—	—	90	17	75
»	174	31	—	—	182	34	—	—	120	17	100
»	219	31	—	—	229	34	—	—	151	17	125
жареное	114	31	—	—	120	34	—	—	79/88	15	75
»	154	31	—	—	161	34	—	—	106/118	15	100
»	191	31	—	—	200	34	—	—	132/147	15	125
Навага дальневосточная неразделанная [1]											
Целая, с головой, кожей, икрой											
жареная	—	—	111	19	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	149	19	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	186	19	—	—	—	—	151/158	21	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жаренная во фритюре	—	—	77	19	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	104	19	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	131	19	—	—	—	—	106/145	14	125
Непластованная без головы. жареная	—	—	134	33	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	181	33	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	225	33	—	—	—	—	151/158	21	125
жаренная во фритюре	—	—	93	33	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	125	33	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	158	33	—	—	—	—	106/145	14	125
Филе с кожей, без костей· жареное	—	—	148	39	—	—	102	12	90/95	21	75
»	—	—	198	39	—	—	138	12	121/127	21	100
»	—	—	248	39	—	—	172	12	151/158	21	125
запеченное	—	—	148	39	—	—	102	12	90/95	21	75
»	—	—	198	39	—	—	138	12	121/127	21	100
»	—	—	248	39	—	—	172	12	151/158	21	125
Филе без кожи и костей: жареное	—	—	180	50	—	—	108	17	90/95	21	75
»	—	—	242	50	—	—	146	17	121/127	21	100
»	—	—	302	50	—	—	182	17	151/158	21	125
Навага (кроме дальневосточной) неразделанная [1]											
Целая, с кожей, головой, икрой жареная	—	—	113	20	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	151	20	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	189	20	—	—	—	—	151/158	21	125
Целая, без кожи, с головой, икрой жареная	—	—	122	26	—	—	—	—	90/95	21	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареная	—	—	164	26	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	204	26	—	—	—	—	151/158	21	125
жаренная во фритюре	—	—	84	26	—	—	—	—	62/87	14	75
»	—	—	114	26	—	—	—	—	84/116	14	100
»	—	—	143	26	—	—	—	—	106/145	14	125
Филе без кожи и костей жареное	—	—	170	47	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	228	47	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	285	47	—	—	—	—	151/158	21	125
запеченное	—	—	170	47	—	—	—	—	90/95	21	75
»	—	—	228	47	—	—	—	—	121/127	21	100
»	—	—	285	47	—	—	—	—	151/158	21	125
Налим речной и озерный неразделанный [1]											
Непластованный кусками отварной	—	—	182	50	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	244	50	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	304	50	—	—	—	—	**152**	18	125
припущенный	—	—	182	50	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	244	50	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	304	50	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	178	50	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	238	50	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	298	50	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи, с реберными костями припущенное	—	—	212	57	—	—	98	7	91	18	75
»	—	—	284	57	—	—	131	7	122	18	100
»	—	—	353	57	—	—	163	7	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	207	57	—	—	96	7	89/94	20	75
»	—	—	277	57	—	—	128	7	119/125	20	100
»	—	—	347	57	—	—	160	7	149/156	20	125
запеченное	—	—	207	57	—	—	96	7	89/94	20	75
»	—	—	277	57	—	—	128	7	119/125	20	100
»	—	—	347	57	—	—	160	7	149/156	20	125
Филе без кожи и костей припущенное	—	—	228	60	—	—	101	10	91	18	75
»	—	—	305	60	—	—	136	10	122	18	100
»	—	—	380	60	—	—	169	10	152	18	125
жареное	—	—	223	60	—	—	99	10	89/94	20	75
»	—	—	298	60	—	—	132	10	119/125	20	100
»	—	—	373	60	—	—	166	10	149/156	20	125
запеченное	—	—	223	60	—	—	99	10	89/94	20	75
»	—	—	298	60	—	—	132	10	119/125	20	100
»	—	—	373	60	—	—	166	10	149/156	20	125
Налим речной и озерный соленый неразделанный [1]											
Непластованный (без кожи) кусками отварной	—	—	140	38	—	—	—	—	87	14	75
»	—	—	187	38	—	—	—	—	116	14	100
»	—	—	234	38	—	—	—	—	145	14	125
жареный	—	—	129	38	—	—	—	—	80/89	16	75
»	—	—	173	38	—	—	—	—	107/119	16	100
»	—	—	211	38	—	—	—	—	131/149	16	125
Филе без кожи и костей отварное	—	—	174	50	—	—	99	12	87	14	75
»	—	—	232	50	—	—	132	12	116	14	100
»	—	—	290	50	—	—	165	12	145	14	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	160	50	—	—	91	12	80/89	16	75
»	—	—	214	50	—	—	122	12	107/119	16	100
»	—	—	268	50	—	—	152	12	134/149	16	125
запеченное	—	—	160	50	—	—	91	12	80/89	16	75
»	—	—	214	50	—	—	122	12	107/119	16	100
»	—	—	268	50	—	—	152	12	134/149	16	125
Налим морской неразделанный [1]											
Непластованный кусками											
припущенный	—	—	159	39	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	213	39	—	—	—	—	130	23	100
»	—	—	266	39	—	—	—	—	162	23	125
жареный	—	—	151	39	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	203	39	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	254	39	—	—	—	—	155/162	23	125
Филе налима необесшкуренное, выпускаемое промышленностью.											
отварное	—	—	107	3[4]	—	—	—	—	104	28	75
»	—	—	143	3[4]	—	—	—	—	139	28	100
»	—	—	179	3[4]	—	—	—	—	174	28	125
припущенное	—	—	104	3[4]	—	—	—	—	101	26	75
»	—	—	139	3[4]	—	—	—	—	135	26	100
»	—	—	174	3[4]	—	—	—	—	169	26	125
жареное	—	—	95	3[4]	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	128	3[4]	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	160	3[4]	—	—	—	—	155/162	23	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Налим морской потрошеный обезглавленный [1]											
Непластованный кусками отварной	—	—	110	10	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	147	10	—	—	—	—	132	24	100
»	—	—	182	10	—	—	—	—	164	24	125
припущенный	—	—	108	10	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	144	10	—	—	—	—	130	23	100
»	—	—	180	10	—	—	—	—	162	23	125
жареный	—	—	102	10	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	138	10	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	172	10	—	—	—	—	155/162	23	125
Филе с кожей и реберными костями отварное	—	—	130	24	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	174	24	—	—	—	—	132	24	100
»	—	—	216	24	—	—	—	—	164	24	125
припущенное	—	—	128	24	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	171	24	—	—	—	—	130	23	100
»	—	—	213	24	—	—	—	—	162	23	125
жареное	—	—	121	24	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	163	24	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	204	24	—	—	—	—	155/162	23	125
Филе с кожей, без костей: отварное	—	—	136	27	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	181	27	—	—	—	—	132	24	100
»	—	—	225	27	—	—	—	—	164	24	125
припущенное	—	—	133	27	—	—	—	—	97	23	75
»	—	—	178	27	—	—	—	—	130	23	100
»	—	—	222	27	—	—	—	—	162	23	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное		—	126	27	—	—	—	—	92/97	23	75
»		—	170	27	—	—	—	—	124/130	23	100
»		—	212	27	—	—	—	—	155/162	23	125
Нельма неразделанная											
Непластованная кусками											
отварная	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	132	31	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	177	31	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	220	31	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
припущенное	138	34	149	39	—	—	102	11	91	18	75
»	185	34	200	39	—	—	137	11	122	18	100
»	230	34	249	39	—	—	171	11	152	18	125
жареное	135	34	146	39	—	—	100	11	89/94	20	75
»	180	34	195	39	—	—	134	11	119/125	20	100
»	226	34	244	39	—	—	167	11	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	149	39	157	42	—	—	107	15	91	18	75
»	200	39	210	42	—	—	144	15	122	18	100
»	249	39	262	42	—	—	179	15	152	18	125
жареное	146	39	153	42	—	—	105	15	89/94	20	75
»	195	39	205	42	—	—	140	15	119/125	20	100
»	244	39	257	42	—	—	175	15	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе без кожи и костей припущенное	160	43	165	45	—	—	112	19	91	18	75
»	214	43	222	45	—	—	151	19	122	18	100
»	267	43	276	45	—	—	188	19	152	18	125
жареное	156	43	162	45	—	—	110	19	89/94	20	75
»	209	43	216	45	—	—	147	19	119/125	20	100
»	261	43	271	45	—	—	184	19	149/156	20	125
жаренное в сухарях на рашпере	130	43	135	45	—	—	91	19	74/91	18	75
то же	174	43	180	45	—	—	122	19	99/122	18	100
»	214	43	222	45	—	—	151	19	122/152	18	125
жаренное без сухарей на рашпере	165	43	171	45	—	—	116	19	94	20	75
то же	219	43	227	45	—	—	154	19	125	20	100
»	274	43	284	45	—	—	193	19	156	20	125
Нототения мраморная											
Филе необесшкуренное, выпускаемое промышленностью отварное	—	—	101	5[4]	—	—	—	—	96	22	75
»	—	—	135	5[4]	—	—	—	—	128	22	100
»	—	—	168	5[4]	—	—	—	—	160	22	125
припущенное	—	—	99	5[4]	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	132	5[4]	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	164	5[4]	—	—	—	—	156	20	125
жареное	—	—	88	5[4]	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	119	5[4]	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	149	5[4]	—	—	—	—	142/149	16	125
Окунь морской потрошеный с головой											
Непластованный кусками отварной	147	36[6]	—	—	154	39[6]	—	—	94	20	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварной	195	36[6]	—	—	205	39[6]	—	—	125	20	100
»	244	36[6]	—	—	256	39[6]	—	—	156	20	125
припущенный	142	36[6]	—	—	149	39[6]	—	—	91	18	75
»	191	36[6]	—	—	200	39[6]	—	—	122	18	100
»	238	36[6]	—	—	249	39[6]	—	—	152	18	125
жареный	139	36[6]	—	—	146	39[6]	—	—	89/94	20	75
»	186	36[6]	—	—	195	39[6]	—	—	119/125	20	100
»	233	36[6]	—	—	244	39[6]	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	168	44	—	—	—	—	108	13[7]	94	20	75
»	223	44	—	—	—	—	144	13[7]	125	20	100
»	279	44	—	—	—	—	179	13[7]	156	20	125
припущенное	163	44	—	—	—	—	105	13[7]	91	18	75
»	218	44	—	—	—	—	140	13[7]	122	18	100
»	271	44	—	—	—	—	175	13[7]	152	18	125
жареное	159	44	—	—	—	—	102	13[7]	89/94	20	75
»	213	44	—	—	—	—	137	13[7]	119/125	20	100
»	266	44	—	—	—	—	171	13[7]	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	172	47	—	—	—	—	107	15[7]	91	18	75
»	230	47	—	—	—	—	144	15[7]	122	18	100
»	287	47	—	—	—	—	179	15[7]	152	18	125
жареное	168	47	—	—	—	—	105	15[7]	89/94	20	75
»	225	47	—	—	—	—	140	15[7]	119/125	20	100
»	281	47	—	—	—	—	175	15[7]	149/156	20	125
запеченное	168	47	—	—	—	—	105	15[7]	89/94	20	75
»	225	47	—	—	—	—	140	15[7]	119/125	20	100
»	281	47	—	—	—	—	175	15[7]	149/156	20	125
Филе без кожи и костей											
припущенное	186	51	—	—	—	—	112	19[7]	91	18	75
»	249	51	—	—	—	—	151	19[7]	122	18	100
»	310	51	—	—	—	—	188	19[7]	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	182	51	—	—	—	—	110	19[7]	89/94	20	75
»	243	51	—	—	—	—	147	19[7]	119/125	20	100
»	304	51	—	—	—	—	184	19[7]	149/156	20	125
запеченное	182	51	—	—	—	—	110	19[7]	89/94	20	75
»	243	51	—	—	—	—	147	19[7]	119/125	20	100
»	304	51	—	—	—	—	184	19[7]	149/156	20	125
Окунь морской потрошеный обезглавленный											
Непластованный кусками											
отварной	113	17[6]	—	—	115	18[6]	—	—	94	20	75
»	151	17[6]	—	—	152	18[6]	—	—	125	20	100
»	188	17[6]	—	—	190	18[6]	—	—	156	20	125
припущенный	110	17[6]	—	—	111	18[6]	—	—	91	18	75
»	147	17[6]	—	—	149	18[6]	—	—	122	18	100
»	183	17[6]	—	—	185	18[6]	—	—	152	18	125
жареный	107	17[6]	—	—	109	18[6]	—	—	89/94	20	75
»	143	17[6]	—	—	145	18[6]	—	—	119/125	20	100
»	180	17[6]	—	—	182	18[6]	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	129	27	—	—	—	—	108	13[7]	94	20	75
»	171	27	—	—	—	—	141	13[7]	125	20	100
»	214	27	—	—	—	—	179	13[7]	156	20	125
припущенное	125	27	—	—	—	—	105	13[7]	91	18	75
»	167	27	—	—	—	—	140	13[7]	122	18	100
»	208	27	—	—	—	—	175	13[7]	152	18	125
жареное	122	27	—	—	—	—	102	13[7]	89/94	20	75
»	163	27	—	—	—	—	137	13[7]	119/125	20	100
»	204	27	—	—	—	—	171	13[7]	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	130	30	—	—	—	—	107	15[7]	91	18	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенное	174	30	—	—	—	—	144	15[7]	122	18	100
»	217	30	—	—	—	—	179	15[7]	152	18	125
жареное	127	30	—	—	—	—	105	15[7]	89/94	20	75
»	170	30	—	—	—	—	140	15[7]	119/125	20	100
»	213	30	—	—	—	—	175	15[7]	149/156	20	125
запеченное	127	30	—	—	—	—	105	15[7]	89/94	20	75
»	170	30	—	—	—	—	140	15[7]	119/125	20	100
»	213	30	—	—	—	—	175	15[7]	149/156	20	125
Филе без кожи и костей											
припущенное	138	34	—	—	—	—	112	19[7]	91	18	75
»	185	34	—	—	—	—	151	19[7]	122	18	100
»	230	34	—	—	—	—	188	19[7]	152	18	125
жареное	135	34	—	—	—	—	110	19[7]	89/94	20	75
»	180	34	—	—	—	—	147	19[7]	119/125	20	100
»	226	34	—	—	—	—	184	19[7]	149/156	20	125
жаренное во фритюре	102	34	—	—	—	—	83	19[7]	67/89	16	75
»	139	34	—	—	—	—	114	19[7]	92/119	16	100
»	174	34	—	—	—	—	142	19[7]	115/149	16	125
запеченное	135	34	—	—	—	—	110	19[7]	89/94	20	75
»	180	34	—	—	—	—	147	19[7]	119/125	20	100
»	226	34	—	—	—	—	184	19[7]	149/156	20	125
Филе окуня морского, необесшкуренное, выпускаемое промышленностью											
отварное	—	—	100	6[4]	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	133	6[4]	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	166	6[4]	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	97	6[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	130	6[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	162	6[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	95	6[4]	—	—	—	—	89/94	20	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	127	6[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	159	6[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренное во фритюре	—	—	71	6[4]	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	98	6[4]	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	122	6[4]	—	—	—	—	115/149	16	125
Окунь морской неразделанный											
Непластованный кусками отварной	—	—	—	—	177	47	98	4	94	20	75
»	—	—	—	—	236	47	130	4	125	20	100
»	—	—	—	—	294	47	163	4	156	20	125
припущенный	—	—	—	—	172	47	95	4	91	18	75
»	—	—	—	—	230	47	127	4	122	18	100
»	—	—	—	—	287	47	158	4	152	18	125
жареный	—	—	—	—	168	47	93	4	89/94	20	75
»	—	—	—	—	225	47	124	4	119/125	20	100
»	—	—	—	—	281	47	155	4	149/156	20	125
жаренный во фритюре	—	—	—	—	126	47	—	—	67/89	16	75
	—	—	—	—	174	47	—	—	92/119	16	100
	—	—	—	—	217	47	—	—	115/149	16	125
Омуль неразделанный [1]											
Целый, с головой жареный	—	—	106	19	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	143	19	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	179	19	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	83	19	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	114	19	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	142	19	—	—	—	—	115/149	16	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Непластованный кусками.											
отварной	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	226	31	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	125	31	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	168	31	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	210	31	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	97	31	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	133	31	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	167	31	—	—	—	—	115/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями											
припущенное	—	—	149	37	—	—	100	6	94	20	75
»	—	—	198	37	—	—	133	6	125	20	100
»	—	—	248	37	—	—	166	6	156	20	125
жареное	—	—	137	37	—	—	91	6	86/91	18	75
»	—	—	184	37	—	—	123	6	116/122	18	100
»	—	—	230	37	—	—	154	6	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей.											
припущенное	—	—	157	40	—	—	103	9	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	137	9	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	171	9	156	20	125
жареное	—	—	148	40	—	—	98	9	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	131	9	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	164	9	149/156	20	125
жаренное во фритюре	—	—	115	40	—	—	76	9	69/91	18	75
»	—	—	158	40	—	—	104	9	95/122	18	100
»	—	—	197	40	—	—	130	9	118/152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
запеченное	—	—	148	40	—	—	98	9	89/94	20	75
»	—	—	198	40	—	—	131	9	119/125	20	100
»	—	—	248	40	—	—	164	9	149/156	20	125
Филе без кожи и костей, припущенное	—	—	168	44	—	—	108	13	94	20	75
»	—	—	223	44	—	—	144	13	125	20	100
»	—	—	279	44	—	—	179	13	156	20	125
жареное	—	—	159	44	—	—	102	13	89/94	20	75
»	—	—	213	44	—	—	137	13	119/125	20	100
»	—	—	266	44	—	—	171	13	149/156	20	125
жаренное во фритюре	—	—	123	44	—	—	79	13	69/91	18	75
»	—	—	170	44	—	—	109	13	95/122	18	100
»	—	—	211	44	—	—	136	13	118/152	18	125
запеченное	—	—	159	44	—	—	102	13	89/94	20	75
»	—	—	213	44	—	—	137	13	119/125	20	100
»	—	—	266	44	—	—	171	13	149/156	20	125
Палтус чернокорый потрошеный с головой [1]											
Непластованный кусками отварной	—	—	145	35	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	192	35	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	240	35	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	140	35	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	103	35	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	142	35	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	177	35	—	—	—	—	115/149	16	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
запеченный	—	—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный в сухарях на рашпере	—	—	111	35	—	—	—	—	72/89	16	75
то же	—	—	148	35	—	—	—	—	96/119	16	100
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/149	16	125
Палтус чернокорый (кроме корейского и китайского) потрошеный обезглавленный [1]											
Непластованный кусками припущенный	—	—	98	7	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	131	7	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	163	7	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	92	7	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	125	7	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	156	7	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	72	7	—	—	—	—	67/89	16	75
	—	—	99	7	—	—	—	—	92/119	16	100
	—	—	124	7	—	—	—	—	115/149	16	125
Палтус белокорый потрошеный с головой [1]											
Непластованный кусками отварной	—	—	127	26	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	169	26	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	211	26	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	123	26	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареный	—	—	110	26	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	157	26	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	196	26	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе палтуса необесшкуренное, выпускаемое промышленностью											
припущенное	—	—	99	8[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8[4]	—	—	—	—	**152**	18	125
жареное	—	—	93	8[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренное во фритюре	—	—	73	8[4]	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	100	8[4]	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	125	8[4]	—	—	—	—	115/149	16	125
Путассу неразделанный [1]											
Непластованный кусками отварной	—	—	131	33	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	176	33	—	—	—	—	118	15	100
»	—	—	219	33	—	—	—	—	147	15	125
припущенный	—	—	131	33	—	—	—	—	88	15	75
»	—	—	176	33	—	—	—	—	118	15	100
»	—	—	219	33	—	—	—	—	147	15	125
жареный	—	—	125	33	—	—	—	—	84/89	16	75
»	—	—	169	33	—	—	—	—	113/119	16	100
»	—	—	212	33	—	—	—	—	142/149	16	125
жаренный во фритюре	—	—	100	33	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	137	33	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	172	33	—	—	—	—	115/149	16	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Рыбец каспийский неразделанный [1]											
Непластованный кусками отварной	—	—	140	33	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	187	33	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	233	33	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченный	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
Ряпушка беломорская и сибирская неразделанная [1]											
Целая, с головой: припущенная	—	—	106	14	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	142	14	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	177	14	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	103	14	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	138	14	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	173	14	—	—	—	—	149/156	20	125
Сабля-рыба (океаническая) неразделанная [1]											
Непластованная кусками отварная	—	—	125	25	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	167	25	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	208	25	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Сабля-рыба океаническая потрошеная обезглавленная [1]											
Непластованная кусками											
отварная	—	—	102	8	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	136	8	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	170	8	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	102	8	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	136	8	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	170	8	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	97	8	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	129	8	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	162	8	—	—	—	—	149/156	20	125
Сабля-рыба океаническая черная (угольщик) неразделанная [1]											
Непластованная кусками											
отварная	—	—	134	33	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	179	33	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	225	33	—	—	—	—	151	17	125
припущенная	—	—	133	33	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149	16	125
жареная	—	—	127	33	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	170	33	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	215	33	—	—	—	—	144/151	17	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	161	44	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	214	44	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	270	44	—	—	—	—	151	17	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенное	—	—	159	44	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	213	44	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	266	44	—	—	—	—	149	16	125
жареное	—	—	152	44	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	204	44	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	257	44	—	—	—	—	144/151	17	125
Филе с кожей, без костей отварное	—	—	167	46	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	222	46	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	280	46	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	165	46	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	220	46	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	276	46	—	—	—	—	149	16	125
жареное	—	—	157	46	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	211	46	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	267	46	—	—	—	—	144/151	17	125
Сабля-рыба океаническая черная (угольщик) потрошеная обезглавленная [1]											
Непластованная кусками отварная	—	—	99	9	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	132	9	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	166	9	—	—	—	—	151	17	125
припущенная	—	—	98	9	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	131	9	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	164	9	—	—	—	—	149	16	125
жареная	—	—	93	9	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	125	9	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	158	9	—	—	—	—	144/151	17	125
Филе с кожей и реберными костями,											

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварное	—	—	115	22	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	154	22	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	194	22	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	114	22	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	153	22	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	191	22	—	—	—	—	149	16	125
жареное	—	—	109	22	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	146	22	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	185	22	—	—	—	—	144/151	17	125
Филе с кожей, без костей											
отварное	—	—	118	24	—	—	—	—	90	17	75
»	—	—	158	24	—	—	—	—	120	17	100
»	—	—	199	24	—	—	—	—	151	17	125
припущенное	—	—	117	24	—	—	—	—	89	16	75
»	—	—	157	24	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	196	24	—	—	—	—	149	16	125
жареное	—	—	112	24	—	—	—	—	85/90	17	75
»	—	—	150	24	—	—	—	—	114/120	17	100
»	—	—	189	24	—	—	—	—	144/151	17	125
Сазан неразделанный											
Непластованный кусками											
отварной	159	41	—	—	165	43	—	—	94	20	75
»	212	41	—	—	219	43	—	—	125	20	100
»	264	41	—	—	274	43	—	—	156	20	125
жареный	151	41	—	—	156	43	—	—	89/94	20	75
»	202	41	—	—	209	43	—	—	119/125	20	100
»	253	41	—	—	261	43	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	177	47	—	—	192	51	109	14	94	20	75
»	236	47	—	—	255	51	145	14	125	20	100
»	294	47	—	—	318	51	181	14	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенное	172	47	—	—	186	51	106	14	91	18	75
»	230	47	—	—	249	51	142	14	122	18	100
»	287	47	—	—	310	51	177	14	152	18	125
жареное	168	47	—	—	182	51	103	14	89/94	20	75
»	225	47	—	—	243	51	138	14	119/125	20	100
»	281	47	—	—	304	51	173	14	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	186	51	—	—	202	55	115	21	91	18	75
»	249	51	—	—	271	55	154	21	122	18	100
»	310	51	—	—	338	55	192	21	152	18	125
жареное	182	51	—	—	198	55	113	21	89/94	20	75
»	243	51	—	—	264	55	151	21	119/125	20	100
»	304	51	—	—	331	55	189	21	149/156	20	125
запеченное	182	51	—	—	198	55	113	21	89/94	20	75
»	243	51	—	—	264	55	151	21	119/125	20	100
»	304	51	—	—	331	55	189	21	149/156	20	125
Филе сазана, выпускаемое промышленностью											
припущенное	—	—	99	8[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	97	8[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	129	8[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	162	8[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченное	—	—	97	8[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	129	8[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	162	8[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
Салака неразделанная[1]											
Целая, с головой											
припущенная	—	—	111	15[3]	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	147	15[3]	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	184	15[3]	—	—	—	—	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареная	—	—	108	15[3]	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	146	15[3]	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	182	15[3]	—	—	—	—	155/162	23	125
жаренная во фритюре	—	—	76	15[3]	—	—	—	—	65/90	17	75
»	—	—	104	15[3]	—	—	—	—	88/120	17	100
»	—	—	132	15[3]	—	—	—	—	112/151	17	125
Целая, без головы припущенная	—	—	134	30[3]	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	179	30[3]	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	223	30[3]	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	131	30[3]	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	177	30[3]	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	221	30[3]	—	—	—	—	155/162	23	125
жаренная во фритюре	—	—	93	30[3]	—	—	—	—	65/90	17	75
»	—	—	126	30[3]	—	—	—	—	88/120	17	100
»	—	—	160	30[3]	—	—	—	—	112/151	17	125
Сайда обезглавленная потрошеная крупная (см. треска потрошеная обезглавленная крупная)											
Сайда неразделанная мелкая (см. треска неразделанная мелкая)											
Филе сайды необесшкуренное, выпускаемое промышленностью отварное	—	—	99	4[4]	—	—	—	—	95	21	75
»	—	—	132	4[4]	—	—	—	—	127	21	100
»	—	—	165	4[4]	—	—	—	—	158	21	125
припущенное	—	—	95	4[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	127	4[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	158	4[4]	—	—	—	—	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	93	4[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	124	4[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	155	4[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
Сардины мексиканские, марокканские неразделанные[1]											
Целые, без головы											
отварные, припущенные	—	—	144	37	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	194	37	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	241	37	—	—	—	—	152	18	125
жареные	—	—	137	37	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	184	37	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	230	37	—	—	—	—	145/152	18	125
Целые, с головой											
отварные, припущенные	—	—	123	26	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
жареные	—	—	116	26	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	157	26	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	196	26	—	—	—	—	145/152	18	125
Сардины (кроме мексиканских и марокканских) неразделанные[1]											
Непластованные											
отварные	—	—	138	34	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	185	34	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	230	34	—	—	—	—	152	18	125
жареные	—	—	130	34	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	176	34	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	220	34	—	—	—	—	145/152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Сардинелла неразделанная [1]											
Непластованная кусками											
отварная	—	—	128	32	—	—	—	—	87	14	75
»	—	—	171	32	—	—	—	—	116	14	100
»	—	—	213	32	—	—	—	—	145	14	125
припущенная	—	—	125	32	—	—	—	—	85	12	75
»	—	—	168	32	—	—	—	—	114	12	100
»	—	—	209	32	—	—	—	—	142	12	125
жареная	—	—	118	32	—	—	—	—	80/85	12	75
»	—	—	159	32	—	—	—	—	108/114	12	100
»	—	—	199	32	—	—	—	—	135/142	12	125
жаренная во фритюре	—	—	99	32	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	135	32	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	169	32	—	—	—	—	115/149	16	125
Сельдь неразделанная [1]											
Целая, с головой											
отварная	—	—	118	20	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	156	20	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	195	20	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	108	20	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	145	20	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	181	20	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренная во фритюре	—	—	84	20	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	115	20	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	144	20	—	—	—	—	115/149	16	125
Целая, без головы											
отварная	—	—	145	35	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	192	35	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	240	35	—	—	—	—	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареная	—	—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренная во фритюре	—	—	103	35	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	142	35	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	177	35	—	—	—	—	115/149	16	125
жаренная в сухарях на рашпере	—	—	111	35	—	—	—	—	72/89	16	75
»	—	—	148	35	—	—	—	—	96/119	16	100
»	—	—	183	35	—	—	—	—	119/149	16	125
жаренная без сухарей на рашпере	—	—	140	35	—	—	—	—	91	18	75
То же	—	—	188	35	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	—	—	152	18	125
Филе без кожи и костей											
жареное	—	—	156	45	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	211	45	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	264	45	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренное во фритюре	—	—	122	45	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	167	45	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	209	45	—	—	—	—	115/149	16	125
запеченное	—	—	162	45	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	—	—	149/156	20	125
Сиг амурский неразделанный [1]											
Целый с головой отварной	—	—	118	20	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	156	20	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	195	20	—	—	—	—	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареный	—	—	108	20	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	145	20	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	181	20	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	84	20	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	115	20	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	144	20	—	—	—	—	115/149	16	125
Непластованный кусками											
отварной	—	—	134	30	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	179	30	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	223	30	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	130	30	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	174	30	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	217	30	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	123	30	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	166	30	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	207	30	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	157	40	—	—	104	10	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	139	10	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	173	10	156	20	125
припущенное	—	—	157	40	—	—	104	10	94	20	75
»	—	—	208	40	—	—	139	10	125	20	100
»	—	—	260	40	—	—	173	10	156	20	125
жареное	—	—	143	40	—	—	96	10	86/91	18	75
»	—	—	193	40	—	—	129	10	116/122	18	100
»	—	—	242	40	—	—	161	10	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	—	—	168	44	—	—	109	14	94	20	75
»	—	—	223	44	—	—	145	14	125	20	100
»	—	—	279	44	—	—	181	14	156	20	125
жареное	—	—	154	44	—	—	100	14	86/91	18	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	207	44	—	—	135	14	116/122	18	100
»	—	—	259	44	—	—	169	14	145/152	18	125
жаренное во фритюре	—	—	120	44	—	—	78	14	67/89	16	75
»	—	—	164	44	—	—	107	14	92/119	16	100
»	—	—	205	44	—	—	134	14	115/149	16	125
Филе без кожи и костей припущенное	—	—	177	47	—	—	113	17	94	20	75
»	—	—	236	47	—	—	151	17	125	20	100
»	—	—	294	47	—	—	188	17	156	20	125
жареное	—	—	162	47	—	—	104	17	86/91	18	75
»	—	—	219	47	—	—	140	17	116/122	18	100
»	—	—	274	47	—	—	175	17	145/152	18	125
жаренное во фритюре	—	—	126	47	—	—	81	17	67/89	16	75
»	—	—	174	47	—	—	111	17	92/119	16	100
»	—	—	217	47	—	—	139	17	115/149	16	125
жаренное в сухарях на рашпере	—	—	136	47	—	—	87	17	72/89	16	75
»	—	—	181	47	—	—	116	17	96/119	16	100
»	—	—	225	47	—	—	143	17	119/149	16	125
жаренное без сухарей на рашпере	—	—	172	47	—	—	110	17	91	18	75
»	—	—	230	47	—	—	147	17	122	18	100
»	—	—	287	47	—	—	183	17	152	18	125
***Скумбрия азово-черноморская* неразделанная**											
Целая, с головой жареная	—	—	—	—	103	14	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	138	14	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	173	14	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жаренная во фритюре	—	—	—	—	78	14	—	—	67/89	16	75
»	—	—	—	—	107	14	—	—	92/119	16	100
»	—	—	—	—	134	14	—	—	115/149	16	125
Непластованная кусками											
отварная	132	29	—	—	—	—	—	—	94	20	75
»	176	29	—	—	—	—	—	—	125	20	100
»	220	29	—	—	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	128	29	—	—	—	—	—	—	91	18	75
»	172	29	—	—	—	—	—	—	122	18	100
»	214	29	—	—	—	—	—	—	152	18	125
жареная	125	29	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	168	29	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	210	29	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	94	29	—	—	—	—	—	—	67/89	16	75
»	130	29	—	—	—	—	—	—	92/119	16	100
»	162	29	—	—	—	—	—	—	115/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	149	37	—	—	—	—	102	8	94	20	75
»	198	37	—	—	—	—	136	8	125	20	100
»	248	37	—	—	—	—	170	8	156	20	125
припущенное	144	37	—	—	—	—	99	8	91	18	75
»	194	37	—	—	—	—	133	8	122	18	100
»	241	37	—	—	—	—	165	8	152	18	125
жареное	141	37	—	—	—	—	97	8	89/94	20	75
»	189	37	—	—	—	—	129	8	119/125	20	100
»	237	37	—	—	—	—	162	8	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	154	41	—	—	—	—	—	—	91	18	75
»	207	41	—	—	—	—	—	—	122	18	100
»	258	41	—	—	—	—	—	—	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	151	41	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	202	41	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	253	41	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренное во фритюре	114	41	—	—	—	—	—	—	67/89	16	75
»	156	41	—	—	—	—	—	—	92/119	16	100
»	195	41	—	—	—	—	—	—	115/149	16	125
запеченное	151	41	—	—	—	—	—	—	89/94	20	75
»	202	41	—	—	—	—	—	—	119/125	20	100
»	253	41	—	—	—	—	—	—	149/156	20	125
Скумбрия океаническая (атлантическая) неразделанная [1]											
Непластованная кусками. отварная	—	—	142	34	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	189	34	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	236	34	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	138	34	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	185	34	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	230	34	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	135	34	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	180	34	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	225	34	—	—	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	102	34	—	—	—	—	67/89	16	75
»	—	—	139	34	—	—	—	—	92/119	16	100
»	—	—	174	34	—	—	—	—	115/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями припущенное	—	—	160	43	—	—	99	8	91	18	75
»	—	—	214	43	—	—	133	8	122	18	100
»	—	—	267	43	—	—	165	8	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	156	43	—	—	97	8	89/94	20	75
»	—	—	209	43	—	—	129	8	119/125	20	100
»	—	—	261	43	—	—	162	8	149/156	20	125
Скумбрия азово-черноморская неразделанная, соленая											
Целая, с головой											
отварная	—	—	—	—	104	15	—	—	88	15	75
»	—	—	—	—	139	15	—	—	118	15	100
»	—	—	—	—	173	15	—	—	147	15	125
жареная	—	—	—	—	91	15	—	—	77/86	13	75
»	—	—	—	—	121	15	—	—	103/115	13	100
»	—	—	—	—	152	15	—	—	129/144	13	125
Непластованная кусками											
отварная	129	32	—	—	—	—	—	—	88	15	75
»	174	32	—	—	—	—	—	—	118	15	100
»	216	32	—	—	—	—	—	—	147	15	125
жареная	113	32	—	—	—	—	—	—	77/86	13	75
»	151	32	—	—	—	—	—	—	103/115	13	100
»	190	32	—	—	—	—	—	—	129/144	13	125
Скумбрия дальневосточная неразделанная [1]											
Непластованная кусками											
отварная	—	—	145	35	—	—	99	5	91	20	75
»	—	—	192	35	—	—	132	5	125	20	100
»	—	—	240	35	—	—	164	5	156	20	125
припущенная	—	—	140	35	—	—	96	5	91	18	75
»	—	—	188	35	—	—	128	5	122	18	100
»	—	—	234	35	—	—	160	5	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареная	—	—	137	35	—	—	94	5	89/94	20	75
»	—	—	183	35	—	—	125	5	119/125	20	100
»	—	—	229	35	—	—	157	5	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	165	43	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	219	43	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	274	43	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	160	43	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	214	43	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	267	43	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	156	43	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	209	43	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	261	43	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
отварное	—	—	174	46	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	231	46	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	289	46	—	—	—	—	156	20	125
припущенное	—	—	169	46	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	226	46	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	281	46	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	165	46	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	220	46	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	276	46	—	—	—	—	149/156	20	125
Сом (кроме океанического) неразделанный											
Непластованный кусками											
отварной	155	38	—	—	155	38	—	—	96	22	75
»	206	38	—	—	206	38	—	—	128	22	100
»	258	38	—	—	258	38	—	—	160	22	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенный	147	38	—	—	147	38	—	—	91	18	75
»	197	38	—	—	197	38	—	—	122	18	100
»	245	38	—	—	245	38	—	—	152	18	125
жареный	148	38	—	—	148	38	—	—	92/97	23	75
»	200	38	—	—	200	38	—	—	124/130	23	100
»	250	38	—	—	250	38	—	—	155/162	23	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	185	48	—	—	192	50	109	12	96	22	75
»	246	48	—	—	256	50	145	12	128	22	100
»	308	48	—	—	320	50	182	12	160	22	125
припущенное	175	48	—	—	182	50	103	12	91	18	75
»	235	48	—	—	244	50	139	12	122	18	100
»	292	48	—	—	304	50	173	12	152	18	125
жареное	177	48	—	—	184	50	105	12	92/97	23	75
»	238	48	—	—	248	50	141	12	124/130	23	100
»	298	48	—	—	310	50	176	12	155/162	23	125
запеченное	177	48	—	—	184	50	105	12	92/97	23	75
»	238	48	—	—	248	50	141	12	124/130	23	100
»	298	48	—	—	310	50	176	12	155/162	23	125
Филе с кожей, без костей											
отварное	192	50	—	—	200	52	112	14	96	22	75
»	256	50	—	—	267	52	149	14	128	22	100
»	320	50	—	—	333	52	186	14	160	22	125
припущенное	182	50	—	—	190	52	106	14	91	18	75
»	244	50	—	—	254	52	142	14	122	18	100
»	304	50	—	—	317	52	177	14	152	18	125
жареное	184	50	—	—	192	52	107	14	92/97	23	75
»	248	50	—	—	258	52	144	14	124/130	23	100
»	310	50	—	—	323	52	180	14	155/162	23	125
запеченное	184	50	—	—	192	52	107	14	92/97	23	75
»	248	50	—	—	258	52	144	14	124/130	23	100
»	310	50	—	—	323	52	180	14	155/162	23	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе без кожи и костей											
припущенное	202	55	—	—	212	57	112	19	91	18	75
»	271	55	—	—	284	57	151	19	122	18	100
»	338	55	—	—	353	57	188	19	152	18	125
жареное	204	55	—	—	214	57	114	19	92/97	23	75
»	276	55	—	—	288	57	153	19	124/130	23	100
»	344	55	—	—	360	57	191	19	155/162	23	125
жаренное во фритюре	153	55	—	—	160	57	85	19	69/91	18	75
»	211	55	—	—	221	57	117	19	95/122	18	100
»	262	55	—	—	274	57	146	19	118/152	18	125
запеченное	204	55	—	—	214	57	114	19	92/97	23	75
»	276	55	—	—	288	57	153	19	124/130	23	100
»	344	55	—	—	360	57	191	19	155/162	23	125
Филе сома, выпускаемое промышленностью											
отварное	—	—	104	8[4]	—	—	—	—	96	22	75
»	—	—	139	8[4]	—	—	—	—	128	22	100
»	—	—	174	8[4]	—	—	—	—	160	22	125
припущенное	—	—	99	8[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	100	8[4]	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	135	8[4]	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	168	8[4]	—	—	—	—	155/162	23	125
запеченное	—	—	100	8[4]	—	—	—	—	92/97	23	75
»	—	—	135	8[4]	—	—	—	—	124/130	23	100
»	—	—	168	8[4]	—	—	—	—	155/162	23	125
Сом (кроме океанического) потрошеный с головой											
Непластованный кусками отварной	145	34	—	—	—	—	—	—	96	22	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварной	194	34	—	—	—	—	—	—	128	22	100
»	242	34	—	—	—	—	—	—	160	22	125
жареный	139	34	—	—	—	—	—	—	92/97	23	75
»	188	34	—	—	—	—	—	—	124/130	23	100
»	235	34	—	—	—	—		—	155/162	23	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	166	42	—	—	—	—	—	—	96	22	75
»	221	42	—	—	—	—	—	—	128	22	100
»	276	42	—	—	—	—	—	—	160	22	125
жареное	159	42	—	—	—	—	—	—	92/97	23	75
»	214	42	—	—	—	—	—	—	124/130	23	100
»	267	42	—	—	—	—	—	—	155/162	23	125
Филе с кожей, без костей											
отварное	175	45	—	—	—	—	—	—	96	22	75
»	233	45	—	—	—	—	—	—	128	22	100
»	291	45	—	—	—	—	—	—	160	22	125
жареное	167	45	—	—	—	—	—	—	92/97	23	75
»	225	45	—	—	—	—	—	—	124/130	23	100
»	282	45	—	—	—	—	—	—	155/162	23	125
Филе без кожи и костей											
жареное	184	50	—	—	—	—	—	—	92/97	23	75
»	248	50	—	—	—	—	—	—	124/130	23	100
»	310	50	—	—	—	—	—	—	155/162	23	125
запеченное	184	50	—	—	—	—	—	—	92/97	23	75
»	248	50	—	—	—	—	—	—	124/130	23	100
»	310	50	—	—	—	—	—	—	155/162	23	125
Сом (кроме океанического) потрошеный, с головой, соленый											
Непластованный кусками отварной	—	—	113	21	—	—	—	—	89	16	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварной	—	—	151	21	—	—	—	—	119	16	100
»	—	—	189	21	—	—	—	—	149	16	125
жареный	—	—	99	21	—	—	—	—	78/87	14	75
»	—	—	132	21	—	—	—	—	104/116	14	100
»	—	—	165	21	—	—	—	—	130/145	14	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	129	30	—	—	102	12	90	17	75
»	—	—	171	30	—	—	136	12	120	17	100
»	—	—	216	30	—	—	172	12	151	17	125
жареное	—	—	113	30	—	—	90	12	79/88	15	75
»	—	—	151	30	—	—	120	12	106/118	15	100
»	—	—	189	30	—	—	150	12	132/147	15	125
Филе без кожи и костей											
жареное	—	—	146	46	—	—	98	19	79/88	15	75
»	—	—	196	46	—	—	131	19	106/118	15	100
»	—	—	244	46	—	—	163	19	132/147	15	125
запеченное	—	—	146	46	—	—	98	19	79/88	15	75
»	—	—	196	46	—	—	131	19	106/118	15	100
»	—	—	244	46	—	—	163	19	132/147	15	125
Ставрида азово-черноморская неразделанная											
Целая, с головой											
припущенная	—	—	—	—	111	15	—	—	94	20	75
»	—	—	—	—	147	15	—	—	125	20	100
»	—	—	—	—	184	15	—	—	156	20	125
жареная	—	—	—	—	105	15	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	140	15	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	175	15	—	—	149/156	20	125
жаренная во фритюре	—	—	—	—	80	15	—	—	68/90	17	75
»	—	—	—	—	109	15	—	—	93/120	17	100
»	—	—	—	—	138	15	—	—	117/151	17	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Непластованная кусками											
припущенная	154	39	—	—	177	47	—	—	94	20	75
»	205	39	—	—	236	47	—	—	125	20	100
»	256	39	—	—	294	47	—	—	156	20	125
жареная	146	39	—	—	168	47	—	—	89/94	20	75
»	195	39	—	—	225	47	—	—	119/125	20	100
»	244	39	—	—	281	47	—	—	149/156	20	125
Ставрида океаническая неразделанная [1]											
Непластованная кусками											
отварная	—	—	154	39	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	205	39	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	256	39	—	—	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	149	39	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	200	39	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	249	39	—	—	—	—	152	18	125
жареная	—	—	141	39	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	190	39	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	238	39	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями											
припущенное	—	—	186	51	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	249	51	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	310	51	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	176	51	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	237	51	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	296	51	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	—	—	198	54	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	265	54	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	330	54	—	—	—	—	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	187	54	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	252	54	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	315	54	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе ставриды океанической необесшкуренное, выпускаемое промышленностью											
припущенное	—	—	95	4[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	127	4[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	158	4[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	90	4[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	121	4[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	151	4[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
Судак неразделанный											
Непластованный кусками											
отварной	145	35	—	—	140	33	—	—	94	20	75
»	192	35	—	—	187	33	—	—	125	20	100
»	240	35	—	—	233	33	—	—	156	20	125
припущенный	140	35	—	—	136	33	—	—	91	18	75
»	188	35	—	—	182	33	—	—	122	18	100
»	234	35	—	—	227	33	—	—	152	18	125
жареный	132	35	—	—	128	33	—	—	86/91	18	75
»	178	35	—	—	173	33	—	—	116/122	18	100
»	223	35	—	—	216	33	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	171	45	—	—	165	43	112	16[8]	94	20	75
»	227	45	—	—	219	43	149	16[8]	125	20	100
»	284	45	—	—	274	43	186	16[8]	156	20	125
припущенное	165	45	—	—	160	43	108	16[8]	91	18	75
»	222	45	—	—	214	43	145	16[8]	122	18	100
»	276	45	—	—	267	43	181	16[8]	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	156	45	—	—	151	43	102	16[8]	86/91	18	75
»	211	45	—	—	204	43	138	16[8]	116/122	18	100
»	264	45	—	—	254	43	173	16[8]	145/152	18	125
жаренное во фритюре	122	45	—	—	118	43	80	16[8]	67/89	16	75
»	167	45	—	—	161	43	110	16[8]	92/119	16	100
»	209	45	—	—	202	43	137	16[8]	115/149	16	125
запеченное	156	45	—	—	151	43	102	16[8]	86/91	18	75
»	211	45	—	—	204	43	138	16[8]	116/122	18	100
»	264	45	—	—	254	43	173	16[8]	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей припущенное	178	49	—	—	175	48	118	23[8]	91	18	75
»	239	49	—	—	235	48	158	23[8]	122	18	100
»	298	49	—	—	292	48	197	23[8]	152	18	125
жареное	169	49	—	—	165	48	112	23[8]	86/91	18	75
»	227	49	—	—	223	48	151	23[8]	116/122	18	100
»	284	49	—	—	279	48	188	23[8]	145/152	18	125
запеченное	169	49	—	—	165	48	112	23[8]	86/91	18	75
»	227	49	—	—	223	48	151	23[8]	116/122	18	100
»	284	49	—	—	279	48	188	23[8]	145/152	18	125
Филе без кожи и костей припущенное	190	52	—	—	186	51	126	28[8]	91	18	75
»	254	52	—	—	249	51	169	28[8]	122	18	100
»	317	52	—	—	310	51	211	28[8]	152	18	125
жареное	179	52	—	—	176	51	119	28[8]	86/91	18	75
»	242	52	—	—	237	51	161	28[8]	116/122	18	100
»	302	52	—	—	296	51	201	28[8]	145/152	18	125
жаренное во фритюре	140	52	—	—	137	51	93	28[8]	67/89	16	75
»	192	52	—	—	188	51	128	28[8]	92/119	16	100
»	240	52	—	—	235	51	160	28[8]	115/149	16	125
запеченное	179	52	—	—	176	51	119	28[8]	86/91	18	75
»	242	52	—	—	237	51	161	28[8]	116/122	18	100
»	302	52	—	—	296	51	201	28[8]	145/152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жаренное в сухарях на рашпере	150	52	—	—	147	51	100	28[8]	72/89	16	75
»	200	52	—	—	196	51	133	28[8]	96/119	16	100
»	248	52	—	—	243	51	165	28[8]	119/149	16	125
жаренное без сухарей на рашпере	190	52	—	—	186	51	126	28[8]	91	18	75
»	254	52	—	—	249	51	169	28[8]	122	18	100
»	317	52	—	—	310	51	211	28[8]	152	18	125
Филе судака, выпускаемое промышленностью:											
припущенное	—	—	99	8[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	93	8[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
запеченное	—	—	93	8[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
Судак потрошеный, с головой, соленый											
Непластованный кусками отварной	122	26	—	—	122	26	—	—	90	17	75
»	162	26	—	—	162	26	—	—	120	17	100
»	204	26	—	—	204	26	—	—	151	17	125
жареный	108	26	—	—	108	26	—	—	80/89	16	75
»	145	26	—	—	145	26	—	—	107/119	16	100
»	181	26	—	—	181	26	—	—	134/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями отварное	141	36	—	—	141	36	—	16	90	17	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
отварное	188	36	—	—	188	36	143	16	120	17	100
»	236	36	—	—	236	36	180	16	151	17	125
жареное	123	36	—	—	123	36	94	16	79/88	15	75
»	166	36	—	—	166	36	126	16	106/118	15	100
»	206	36	—	—	206	36	157	16	132/147	15	125
запеченное	123	36	—	—	123	36	94	16	79/88	15	75
»	166	36	—	—	166	36	126	16	106/118	15	100
»	206	36	—	—	206	36	157	16	132/147	15	125
Терпуг неразделанный [1]											
Непластованный кусками											
жареный	—	—	128	35	—	—	—	—	83/88	15	75
»	—	—	172	35	—	—	—	—	112/118	15	100
»	—	—	215	35	—	—	—	—	140/147	15	125
жаренный во фритюре	—	—	102	35	—	—	—	—	66/88	15	75
»	—	—	140	35	—	—	—	—	91/118	15	100
»	—	—	174	35	—	—	—	—	113/147	15	125
Толстолобик неразделанный [1]											
Непластованный кусками											
отварной	—	—	171	45	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	227	45	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	284	45	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	165	45	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	222	45	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	276	45	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	162	45	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	216	45	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	271	45	—	—	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	200	53	—	—	109	14	94	20	75
»	—	—	266	53	—	—	145	14	125	20	100
»	—	—	332	53	—	—	181	14	156	20	125
припущенное	—	—	194	53	—	—	106	14	91	18	75
»	—	—	260	53	—	—	142	14	122	18	100
»	—	—	323	53	—	—	177	14	152	18	125
жареное	—	—	189	53	—	—	103	14	89/94	20	75
»	—	—	253	53	—	—	138	14	119/125	20	100
»	—	—	317	53	—	—	173	14	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	—	—	212	57	—	—	115	21	91	18	75
»	—	—	284	57	—	—	154	21	122	18	100
»	—	—	353	57	—	—	192	21	152	18	125
жареное	—	—	207	57	—	—	113	21	89/94	20	75
»	—	—	277	57	—	—	151	21	119/125	20	100
»	—	—	347	57	—	—	189	21	149/156	20	125
запеченное	—	—	207	57	—	—	113	21	89/94	20	75
»	—	—	277	57	—	—	151	21	119/125	20	100
»	—	—	347	57	—	—	189	21	149/156	20	125
Треска неразделанная											
Непластованная кусками											
отварная	—	—	—	—	160	43	—	—	91	18	75
»	—	—	—	—	214	43	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	267	43	—	—	152	18	125
припущенная	—	—	—	—	160	43	—	—	91	18	75
»	—	—	—	—	214	43	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	267	43	—	—	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареная	—	—	—	—	156	43	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	209	43	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	261	43	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	—	—	190	52	103	12	91	18	75
»	—	—	—	—	254	52	139	12	122	18	100
»	—	—	—	—	317	52	173	12	152	18	125
припущенное	—	—	—	—	190	52	103	12	91	18	75
»	—	—	—	—	254	52	139	12	122	18	100
»	—	—	—	—	317	52	173	12	152	18	125
жареное	—	—	—	—	185	52	101	12	89/94	20	75
»	—	—	—	—	248	52	135	12	119/125	20	100
»	—	—	—	—	310	52	169	12	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	—	—	—	—	198	54	105	13	91	18	75
»	—	—	—	—	265	54	140	13	122	18	100
»	—	—	—	—	330	54	175	13	152	18	125
жареное	—	—	—	—	193	54	102	13	89/94	20	75
»	—	—	—	—	259	54	137	13	119/125	20	100
»	—	—	—	—	324	54	171	13	149/156	20	125
запеченное	—	—	—	—	193	54	102	13	89/94	20	75
»	—	—	—	—	259	54	137	13	119/125	20	100
»	—	—	—	—	324	54	171	13	149/156	20	125
Филе без кожи и костей											
припущенное	—	—	—	—	217	58	107	15	91	18	75
»	—	—	—	—	290	58	144	15	122	18	100
»	—	—	—	—	362	58	179	15	152	18	125
жареное	—	—	—	—	212	58	105	15	89/94	20	75
»	—	—	—	—	283	58	140	15	119/125	20	100
»	—	—	—	—	355	58	175	15	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
запеченное	—	—	—	—	212	58	105	15	89/94	20	75
»	—	—	—	—	283	58	140	15	119/125	20	100
»	—	—	—	—	355	58	175	15	149/156	20	125
Треска потрошеная обезглавленная											
Непластованная кусками:											
отварная	105	13	—	—	107	15	—	—	91	18	75
»	140	13	—	—	144	15	—	—	122	18	100
»	175	13	—	—	179	15	—	—	152	18	125
припущенная	105	13	—	—	107	15	—	—	91	18	75
»	140	13	—	—	144	15	—	—	122	18	100
»	175	13	—	—	179	15	—	—	152	18	125
жареная	102	13	—	—	105	15	-	—	89/94	20	75
»	137	13	—	—	140	15	—	—	119/125	20	100
»	171	13	—	—	175	15	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	118	23	—	—	121	25	103	12	91	18	75
»	158	23	—	—	163	25	139	12	122	18	100
»	197	23	—	—	203	25	173	12	152	18	125
припущенное	118	23	—	—	121	25	103	12	91	18	75
»	158	23	—	—	163	25	139	12	122	18	100
»	197	23	—	—	203	25	173	12	152	18	125
жареное	116	23	—	—	119	25	101	12	89/94	20	75
»	155	23	—	—	159	25	135	12	119/125	20	100
»	194	23	—	—	199	25	169	12	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	120	24	—	—	125	27	105	13	91	18	75
»	161	24	—	—	167	27	140	13	122	18	100
»	200	24	—	—	208	27	175	13	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	117	24	—	—	122	27	102	13	89/94	20	75
»	157	24	—	—	163	27	137	13	119/125	20	100
»	196	24	—	—	204	27	171	13	149/156	20	125
запеченное	117	24	—	—	122	27	102	13	89/94	20	75
»	157	24	—	—	163	27	137	13	119/125	20	100
»	196	24	—	—	204	27	171	13	149/156	20	125
Филе без кожи и костей											
припущенное	125	27	—	—	132	31	107	15	91	18	75
»	167	27	—	—	177	31	144	15	122	18	100
»	208	27	—	—	220	31	179	15	152	18	125
жареное	122	27	—	—	129	31	105	15	89/94	20	75
»	163	27	—	—	172	31	140	15	119/125	20	100
»	204	27	—	—	216	31	175	15	149/156	20	125
запеченное	122	27	—	—	129	31	105	15	89/94	20	75
»	163	27	—	—	172	31	140	15	119/125	20	100
»	204	27	—	—	216	31	175	15	149/156	20	125
Треска неразделанная соленая											
Нешпигованная кусками											
отварная	—	—	—	—	130	31	—	—	90	17	75
»	—	—	—	—	174	31	—	—	120	17	100
»	—	—	—	—	219	31	—	—	151	17	125
жареная	—	—	—	—	116	31	—	—	80/89	16	75
»	—	—	—	—	155	31	—	—	107/119	16	100
»	—	—	—	—	194	31	—	—	134/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	—	—	150	40	—	—	90	17	75
»	—	—	—	—	200	40	—	—	120	17	100
»	—	—	—	—	252	40	—	—	151	17	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	—	—	132	40	—	—	79/88	15	75
»	—	—	—	—	177	40	—	—	106/118	15	100
»	—	—	—	—	220	40	—	—	132/147	15	125
Филе без кожи и костей жареное	—	—	—	—	149	47	—	—	79/88	15	75
»	—	—	—	—	200	47	—	—	106/118	15	100
»	—	—	—	—	249	47	—	—	132/147	15	125
запеченное	—	—	—	—	149	47	—	—	79/88	15	75
»	—	—	—	—	200	47	—	—	106/118	15	100
»	—	—	—	—	249	47	—	—	132/147	15	125
Треска обезглавленная потрошеная, соленая											
Непластованная кусками отварная	102	12	—	—	102	12	—	—	90	17	75
»	136	12	—	—	136	12	—	—	120	17	100
»	172	12	—	—	172	12	—	—	151	17	125
жареная	91	12	—	—	91	12	—	—	80/89	16	75
»	122	12	—	—	122	12	—	—	107/119	16	100
»	152	12	—	—	152	12	—	—	134/149	16	125
Филе с кожей и реберными костями отварное	115	22	—	—	115	22	—	—	90	17	75
»	154	22	—	—	154	22	—	—	120	17	100
»	194	22	—	—	194	22	—	—	151	17	125
жареное	108	22	—	—	108	22	—	—	84/89	16	75
»	137	22	—	—	137	22	—	—	107/119	16	100
»	172	22	—	—	172	22	—	—	134/149	16	125
запеченное	108	22	—	—	108	22	—	—	84/89	16	75
»	137	22	—	—	137	22	—	—	107/119	16	100
»	172	22	—	—	172	22	—	—	134/149	16	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе трески обесшкуренное, выпускаемое промышленностью											
отварное	—	—	101	6[4]	—	—	—	—	95	21	75
»	—	—	135	6[4]	—	—	—	—	127	21	100
»	—	—	168	6[4]	—	—	—	—	158	21	125
припущенное	—	—	97	6[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	130	6[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	162	6[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	95	6[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	127	6[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	159	6[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе трески необесшкуренное, выпускаемое промышленностью											
отварное	—	—	99	4[4]	—	—	—	—	95	21	75
»	—	—	132	4[4]	—	—	—	—	127	21	100
»	—	—	165	4[4]	—	—	—	—	158	21	125
припущенное	—	—	95	4[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	127	4[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	158	4[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	93	4[4]	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	124	4[4]	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	155	4[4]	—	—	—	—	149/156	20	125
Тюлька [1]											
Целая с головой жаренная во фритюре	—	—	1359	8[3]	—	—	—	—	1250/1333	25	1000
Угорь неразделанный [1]											
Без головы и кожи, с костями припущенный	—	—	121	25	—	—	—	—	91	18	75

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенный	—	—	163	25	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	203	25	—	—	—	—	152	18	125
отварной	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
Угольная рыба потрошеная, с головой [1]											
Непластованная кусками отварная	—	—	125	25	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	167	25	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	208	25	—	—	—	—	156	20	125
жареная	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
Форель (кроме морской) неразделанная											
Целая, с головой отварная	—	—	—	—	118	20	—	—	94	20	75
»	—	—	—	—	156	20	—	—	125	20	100
»	—	—	—	—	195	20	—	—	156	20	125
припущенная	—	—	—	—	111	20	—	—	91	18	75
»	—	—	—	—	153	20	—	—	122	18	100
»	—	—	—	—	190	20	—	—	152	18	125
жареная	—	—	—	—	111	20	—	—	89/94	20	75
»	—	—	—	—	149	20	—	—	119/125	20	100
»	—	—	—	—	186	20	—	—	149/156	20	125
Непластованная кусками отварная	127	26	136	31	—	—	—	—	94	20	75
»	169	26	181	31	—	—	—	—	125	20	100
»	211	26	226	31	—	—	—	—	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенная	123	26	132	31	—	—	—	—	91	18	75
»	165	26	177	31	—	—	—	—	122	18	100
»	205	26	220	31	—	—	—	—	152	18	125
жареная	120	26	129	31	—	—	—	—	89/94	20	75
»	161	26	172	31	—	—	—	—	119/125	20	100
»	201	26	216	31	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
припущенное	138	34	149	39	—	—	99	8	91	18	75
»	185	34	200	39	—	—	133	8	122	18	100
»	230	34	249	39	—	—	165	8	152	18	125
жареное	135	34	146	39	—	—	97	8	89/94	20	75
»	180	34	195	39	—	—	129	8	119/125	20	100
»	226	34	244	39	—	—	162	8	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	149	39	157	42	—	—	102	11	91	18	75
»	200	39	210	42	—	—	137	11	122	18	100
»	249	39	262	42	—	—	171	11	152	18	125
жареное	146	39	153	42	—	—	100	11	89/94	20	75
»	195	39	205	42	—	—	134	11	119/125	20	100
»	244	39	257	42	—	—	167	11	149/156	20	125
Филе без кожи и костей											
припущенное	160	43	165	45	—	—	106	14	91	18	75
»	214	43	222	45	—	—	142	14	122	18	100
»	267	43	276	45	—	—	177	14	152	18	125
жареное	156	43	162	45	—	—	103	14	89/94	20	75
»	209	43	216	45	—	—	138	14	119/125	20	100
»	261	43	271	45	—	—	173	14	149/156	20	125
жаренное в сухарях на рашпере	130	43	135	45	—	—	—	—	74/91	18	75
то же	174	43	180	45	—	—	—	—	99/122	18	100
»	214	43	222	45	—	—	—	—	122/152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жаренное без сухарей на рашпере	165	43	171	45	—	—	—	—	94	20	75
то же	219	43	227	45	—	—	—	—	125	20	100
»	274	43	284	45	—	—	—	—	156	20	125
Хамса неразделанная [1]											
Целая, с головой жареная во фритюре	—	—	1359	8[3]	—	—	—	—	1250/1333	25	1000
Харпус неразделанный [1]											
Целый с головой отварной	—	—	125	25	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	167	25	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	208	25	—	—	—	—	156	20	125
жареный	—	—	119	25	—	—	—	—	89/94	20	100
»	—	—	159	25	—	—	—	—	119/125	20	75
»	—	—	199	25	—	—	—	—	149/156	20	125
Непластованный кусками отварной	—	—	140	33	—	—	—	—	94	20	75
»	—	—	187	33	—	—	—	—	125	20	100
»	—	—	233	33	—	—	—	—	156	20	125
припущенный	—	—	136	33	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	182	33	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	227	33	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	133	33	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	178	33	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	222	33	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями отварное	—	—	159	41	—	—	102	8	94	20	75
»	—	—	212	41	—	—	136	8	125	20	100
»	—	—	264	41	—	—	170	8	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенное	—	—	154	41	—	—	99	8	91	18	75
»	—	—	207	41	—	—	133	8	122	18	100
»	—	—	258	41	—	—	165	8	152	18	125
жареное	—	—	151	41	—	—	97	8	89/94	20	75
»	—	—	202	41	—	—	129	8	119/125	20	100
»	—	—	253	41	—	—	162	8	149/156	20	125
Филе без кожи и костей припущенное	—	—	172	47	—	—	106	14	91	18	75
»	—	—	230	47	—	—	142	14	122	18	100
»	—	—	287	47	—	—	177	14	152	18	125
жареное	—	—	168	47	—	—	103	14	89/94	20	75
»	—	—	225	47	—	—	138	14	119/125	20	100
»	—	—	281	47	—	—	173	14	149/156	20	125
Хек серебристый неразделанный [1]											
Непластованный кусками жареный	—	—	134	36	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	181	36	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	227	36	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями жареное	—	—	156	45	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	211	45	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	264	45	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей жареное	—	—	162	47	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	219	47	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	274	47	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе без кожи и костей жареное	—	—	176	51	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	237	51	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	296	51	—	—	—	—	145/152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе хека серебристого необесшкуренное, выпускаемое промышленностью											
припущенное	—	—	110	10[4]	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	147	10[4]	—	—	—	—	132	24	100
»	—	—	182	10[4]	—	—	—	—	164	24	125
жареное	—	—	96	10[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	129	10[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	161	10[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
Хек серебристый потрошеный обезглавленный [1]											
Непластованный кусками											
отварной	—	—	105	4	—	—	—	—	101	26	75
»	—	—	141	4	—	—	—	—	135	26	100
»	—	—	176	4	—	—	—	—	169	26	125
припущенный	—	—	103	4	—	—	—	—	99	24	75
»	—	—	138	4	—	—	—	—	132	24	100
»	—	—	171	4	—	—	—	—	164	24	125
жареный	—	—	90	4	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	121	4	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	151	4	—	—	—	—	145/152	18	125
жаренный во фритюре	—	—	64	4	—	—	—	—	61/83	10	75
»	—	—	88	4	—	—	—	—	84/111	10	100
»	—	—	109	4	—	—	—	—	105/139	10	125
Хек тихоокеанский потрошеный обезглавленный [1]											
Непластованный кусками											
отварной	—	—	106	14	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	142	14	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	177	14	—	—	—	—	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенный	—	—	106	14	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	142	14	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	177	14	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	103	14	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	138	14	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	173	14	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	120	24	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	161	24	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	200	24	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	120	24	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	161	24	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	200	24	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	117	24	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	157	24	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	196	24	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	—	—	123	26	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	165	26	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	205	26	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	120	26	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	161	26	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	201	26	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченное	—	—	120	26	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	161	26	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	201	26	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи и костей											
припущенное	—	—	128	29	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	172	29	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	214	29	—	—	—	—	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
жареное	—	—	125	29	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	168	29	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	210	29	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченное	—	—	125	29	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	168	29	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	210	29	—	—	—	—	149/156	20	125
Хек тихоокеанский неразделанный[1]											
Непластованный кусками											
отварной	—	—	154	41	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	207	41	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	258	41	—	—	—	—	152	18	125
припущенный	—	—	154	41	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	207	41	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	258	41	—	—	—	—	152	18	125
жареный	—	—	151	41	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	202	41	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	253	41	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	—	—	182	50	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	244	50	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	304	50	—	—	—	—	152	18	125
припущенное	—	—	182	50	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	244	50	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	304	50	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	178	50	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	238	50	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	298	50	—	—	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе с кожей, без костей.											
припущенное	—	—	190	52	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	254	52	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	317	52	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	185	52	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	248	52	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	310	52	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченное	—	—	185	52	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	248	52	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	310	52	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе без кожи и костей											
припущенное	—	—	207	56	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	277	56	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	345	56	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	202	56	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	270	56	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	339	56	—	—	—	—	149/156	20	125
запеченное	—	—	202	56	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	270	56	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	339	56	—	—	—	—	149/156	20	125
Филе хека тихоокеанского необесшкуренное, выпускаемое промышленностью											
припущенное	—	—	101	10^{5}	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	136	10^{5}	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	169	10^{5}	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	99	10^{5}	—	—	—	—	89/94	20	75
»	—	—	132	10^{5}	—	—	—	—	119/125	20	100
»	—	—	166	10^{5}	—	—	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Чавыча неразделанная [1] **(см. горбуша неразделанная)**											
Чехонь азово-черноморская неразделанная [1]											
Целая, с головой жареная	—	—	108	20	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	145	20	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	181	20	—	—	—	—	145/152	18	125
Непластованная кусками жареная	—	—	132	35	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	178	35	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	223	35	—	—	—	—	145/152	18	125
Щука (кроме морской) ***неразделанная***											
Непластованная кусками отварная	162	42	—	—	168	44	—	—	94	20	75
»	216	42	—	—	223	44	—	—	125	20	100
»	269	42	—	—	279	44	—	—	156	20	125
припущенная	157	42	—	—	163	44	—	—	91	18	75
»	210	42	—	—	218	44	—	—	122	18	100
»	262	42	—	—	271	44	—	—	152	18	125
жареная	148	42	—	—	154	44	—	—	86/91	18	75
»	200	42	—	—	207	44	—	—	116/122	18	100
»	250	42	—	—	259	44	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями. отварное	184	49	—	—	200	53	111	15	94	20	75
»	245	49	—	—	266	53	147	15	125	20	100
»	306	49	—	—	332	53	184	15	156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
припущенное	178	49	—	—	194	53	107	15	91	18	75
»	239	49	—	—	260	53	144	15	122	18	100
»	298	49	—	—	323	53	179	15	152	18	125
жареное	169	49	—	—	183	53	101	15	86/91	18	75
»	227	49	—	—	247	53	136	15	116/122	18	100
»	284	49	—	—	309	53	171	15	145/152	18	125
Филе с кожей, без костей											
припущенное	198	54	—	—	222	59	120	24	91	18	75
»	265	54	—	—	298	59	161	24	122	18	100
»	330	54	—	—	371	59	200	24	152	18	125
жареное	187	54	—	—	210	59	113	24	86/91	18	75
»	252	54	—	—	283	59	153	24	116/122	18	100
»	315	54	—	—	354	59	191	24	145/152	18	125
Филе без кожи и костей											
припущенное	228	60	—	—	246	63	140	35	91	18	75
»	305	60	—	—	330	63	188	35	122	18	100
»	380	60	—	—	411	63	234	35	152	18	125
жареное	215	60	—	—	232	63	132	35	86/91	18	75
»	290	60	—	—	314	63	178	35	116/122	18	100
»	363	60	—	—	392	63	223	35	145/152	18	125
запеченное	215	60	—	—	232	63	132	35	86/91	18	75
»	290	60	—	—	314	63	178	35	116/122	18	100
»	363	60	—	—	392	63	223	35	145/152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе щуки, выпускаемое промышленностью											
припущенное	—	—	99	8[4]	—	—	—	—	91	18	75
»	—	—	133	8[4]	—	—	—	—	122	18	100
»	—	—	165	8[4]	—	—	—	—	152	18	125
жареное	—	—	93	8[4]	—	—	—	—	86/91	18	75
»	—	—	126	8[4]	—	—	—	—	116/122	18	100
»	—	—	158	8[4]	—	—	—	—	145/152	18	125
Щука (кроме морской) потрошеная с головой											
Непластованная кусками											
отварная	147	36	—	—	—	—	—	—	94	20	75
»	195	36	—	—	—	—	—	—	125	20	100
»	244	36	—	—	—	—	—	—	156	20	125
жареная	134	36	—	—	—	—	—	—	86/91	18	75
»	181	36	—	—	—	—	—	—	116/122	18	100
»	227	36	—	—	—	—	—	—	145/152	18	125
Филе с кожей и реберными костями											
отварное	174	46	—	—	—	—	111	15	94	20	75
»	231	46	—	—	—	—	147	15	125	20	100
»	289	46	—	—	—	—	184	15	156	20	125
жареное	159	46	—	—	—	—	101	15	86/91	18	75
»	215	46	—	—	—	—	136	15	116/122	18	100
»	269	46	—	—	—	—	171	15	145/152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Филе без кожи и костей											
жареное	172	50	—	—	—	—	132	35	86/91	18	75
»	232	50	—	—	—	—	178	35	116/122	18	100
»	290	50	—	—	—	—	223	35	145/152	18	125
запеченное	172	50	—	—	—	—	132	35	86/91	18	75
»	232	50	—	—	—	—	178	35	116/122	18	100
»	290	50	—	—	—	—	223	35	145/152	18	125

* В нормы отходов и потерь при холодной обработке включены потери при размораживании — 2% При поступлении рыбы незамороженной нормы отходов и потерь при холодной обработке уменьшаются на 2%

[1] Для рыб всех размеров

[2] Здесь и далее числитель — масса сырья нетто, знаменатель — масса полуфабриката, дополнительные продукты, расходуемые для приготовления полуфабрикатов, указываются в рецептурах Сборника

[3] При поступлении мелкой рыбы, замороженной в блоках, отходы и потери увеличиваются на 8%

[4] Отходы и потери при размораживании

[5] В том числе потери при промывании

[6] При разделке с плечевой костью нормы отходов и потерь уменьшаются на 7%

[7] При поступлении полуфабриката с плечевой костью нормы отходов и потерь увеличиваются на 7%

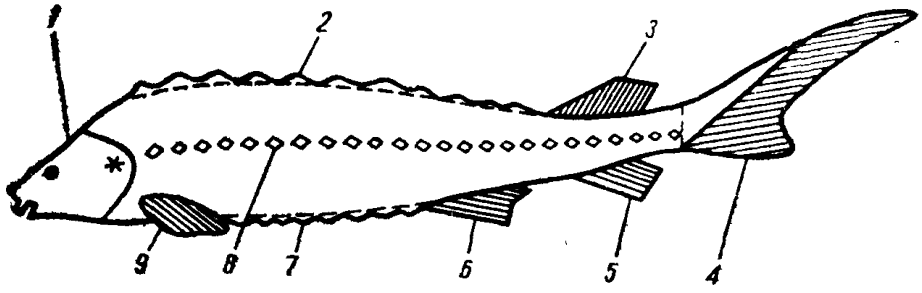
[8] При поступлении полуфабриката с плечевой костью нормы отходов и потерь уменьшаются на 5%

Примечание Потери при нарезке включены в нормы отходов и потерь при холодной обработке рыб всех наименований, включая филе, выпускаемое промышленностью

ОБРАБОТКА РЫБЫ С ХРЯЩЕВЫМ СКЕЛЕТОМ (СЕМЕЙСТВА ОСЕТРОВЫХ)

Рыба семейства осетровых, за исключением стерляди, выпускается промышленностью полностью потрошеной Допускается замораживание естественным холодом неразделанного осетра при подледном лове [1].

Мороженых осетра, севрюгу и белугу размораживают на воздухе при комнатной температуре Размораживание продолжается 6—10 ч в зависимости от размеров рыб При обработке у рыбы вначале отделяют голову с грудными плавниками и костями плечевого пояса двумя косыми срезами вдоль жаберных крышек (рис 4) После этого у рыбы срезают спинные жучки со спинным плавником, удаляют анальный, брюшной плавники по линии их основания в уровень с кожей, отделяют хвостовой плавник по прямой линии перпендикулярно позвоночнику на уровне начала лучей и удаляют визигу Затем рыбу пластуют на звенья, начиная с головы, вдоль по спине посредине жировой прослойки. После пластования звенья зачищают, удаляют сгустки крови и промывают



— — — — *линия определения частей рыбы*

РИС 4

Схема обработки рыбы с хрящевым скелетом (семейства осетровых):

1 — голова, 2 — спинные жучки, 3 — спинной плавник, 4 — хвостовой плавник, 5 — анальный плавник, 6 — брюшной плавник, 7 — брюшные жучки, 8 — боковые жучки, 9 — грудной плавник

Звенья крупных рыб, особенно белуги, разрезают на две-четыре части в продольном и поперечном направлениях в зависимости от величины рыбы Масса кусков должна быть не более 4—5 кг, а длина 50—60 см Такие куски удобны для нарезки на порции

Дальнейшая обработка звеньев зависит от их кулинарного использования.

Для варки звеньев целиком их предварительно ошпаривают и зачищают от боковых, брюшных и мелких костных жучек После зачистки рыбу промывают холодной водой, смывая также образовавшиеся при этом на поверхности сгустки белка Для сохранения формы в процессе варки звенья перевязывают шпагатом.

Для жаренья, припускания в целом виде или порционными кусками с кожей или без кожи у звеньев срезают хрящи, затем ошпаривают и зачищают от жучек.

Порционные куски перед тепловой обработкой ошпаривают еще раз Для этого их опускают на 1—2 мин в воду с температурой 95—97° С (3—4 л на 1 кг рыбы). После ошпаривания куски промывают в воде Потери при ошпаривании составляют 10—15%.

Стерлядь после размораживания, не ошпаривая, очищают от жучек, разрезают брюшко, удаляют внутренности, жабры и визигу У стерляди, предназначенной для припускания в целом виде, спинные жучки отделяют после тепловой обработки, а у стерляди, предназначенной для варки, припускания и жаренья порционными кусками, — до тепловой обработки Для приготовления порционных кусков потрошеную стерлядь пластуют после удаления спинных жучек, а затем нарезают поперек кусками

[1] Нормы отходов сырья разрабатываются на местах в установленном порядке

Таблица 22

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с хрящевым скелетом (семейства осетровых) при использовании сырья и полуфабрикатов (рыба, разделанная на звенья)

Наименование рыб, способы промышленной и кулинарной разделки, тепловой обработки	Рыба (сырье)				Пищевые отходы, % к массе сырья брутто	Рыба-полуфабрикат, звено с кожей, без хрящей		Масса сырья нетто и полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Выход готового изделия, г
	крупная		средняя							
	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто		Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Белуга с головой [1]										
Звено с кожей и хрящами (ошпаренное) отварное	—	—	157	39	20	—	—	96	16+7[2]	75
»	—	—	210	39	20	—	—	128	16+7[2]	100
»	—	—	262	39	20	—	—	160	16+7[2]	125
Звено с кожей без хрящей (ошпаренное) отварное, припущенное	—	—	161	44	25	—	—	90	17	75
	—	—	214	44	25	—	—	120	17	100
	—	—	270	44	25	—	—	151	17	125
жареное	—	—	159	44	25	—	—	89	16	75
»	—	—	213	44	25	—	—	119	16	100
»	—	—	266	44	25	—	—	149	16	125
Порционные куски с кожей, без хрящей припущенные	—	—	62	44+10[3]	25	34	10[4]	31	19	25
»	—	—	85	44+10[3]	25	48	10[4]	43	19	35

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
припущенные	—	—	123	44+10[3]	25	69	10[4]	62	19	50
»	—	—	185	44+10[3]	25	103	10[4]	93	19	75
»	—	—	244	44+10[3]	25	137	10[4]	123	19	100
»	—	—	306	44+10[3]	25	171	10[4]	154	19	125
запеченные	—	—	177	44+10[3]	25	99	10[4]	89/94[5]	20	75
»	—	—	236	44+10[3]	25	132	10[4]	119/125	20	100
»	—	—	296	44+10[3]	25	166	10[4]	149/156	20	125
Порционные куски без *кожи и хрящей*										
припущенные	—	—	71	47+15[6]	28	40	6+15[7]	32	21	25
»	—	—	98	47+15[6]	28	55	6+15[7]	44	21	35
»	—	—	140	47+15[6]	28	79	6+15[7]	63	21	50
»	—	—	211	47+15[6]	28	119	6+15[7]	95	21	75
»	—	—	282	47+15[6]	28	159	6+15[7]	127	21	100
»	—	—	351	47+15[6]	28	198	6+15[7]	158	21	125
жареные	—	—	198	47+15[6]	28	111	6+15[7]	89/94	20	75
»	—	—	264	47+15[6]	28	149	6+15[7]	119/125	20	100
»	—	—	331	47+15[6]	28	186	6+15[7]	149/156	20	125
жаренные во фритюре	—	—	142	47+15[6]	28	80	6+15[7]	64/86	13	75
»	—	—	195	47+15[6]	28	110	6+15[7]	88/115	13	100
»	—	—	244	47+15[6]	28	138	6+15[7]	110/144	13	125
запеченные	—	—	198	47+15[6]	28	111	6+15[7]	89/94	20	75
»	—	—	264	47+15[6]	28	149	6+15[7]	119/125	20	100
»	—	—	331	47+15[6]	28	186	6+15[7]	149/156	20	125
жаренные в сухарях на рашпере	—	—	153	47+15[6]	28	86	6+15[7]	69/86	13	75
то же	—	—	204	47+15[6]	28	115	6+15[7]	92/115	13	100
»	—	—	253	47+15[6]	28	143	6+15[7]	114/144	13	125
жаренные без сухарей на рашпере	—	—	202	47+15[6]	28	114	6+15[7]	91	18	75
то же	—	—	271	47+15[6]	28	153	6+15[7]	122	18	100
»	—	—	337	47+15[6]	28	190	6+15[7]	152	18	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
жаренные на вертеле	—	—	271	47+15[6]	28	153	6+15[7]	122	18	100
»	—	—	337	47+15[6]	28	190	6+15[7]	152	18	125
Осетр с головой										
Звено с кожей и хрящами (*ошпаренное*)										
отварное, припущенное	160	40	160	40	20	—	—	96	16+7[2]	75
»	213	40	213	40	20	—	—	128	16+7[2]	100
»	267	40	267	40	20	—	—	160	16+7[2]	125
Звено с кожей, без хрящей (ошпаренное):										
отварное, припущенное	164	45	164	45	25	—	—	90	17	75
»	218	45	218	45	25	—	—	120	17	100
»	275	45	275	45	25	—	—	151	17	125
жареное	162	45	162	45	25	—	—	89	16	75
»	216	45	216	45	25	—	—	119	16	100
»	271	45	271	45	25	—	—	149	16	125
Порционные куски с кожей, без хрящей										
припущенные	63	45+10[3]	63	45+10[3]	25	34	10[4]	31	19	25
»	87	45+10[3]	87	45+10[3]	25	48	10[4]	43	19	35
»	125	45+10[3]	125	45+10[3]	25	69	10[4]	62	19	50
»	188	45+10[3]	188	45+10[3]	25	103	10[4]	93	19	75
Порционные куски с кожей, без хрящей										
припущенные	248	45+10[3]	248	45+10[3]	25	137	10[4]	123	19	100
»	311	45+10[3]	311	45+10[3]	25	171	10[4]	154	19	125
запеченные	180	45+10[3]	180	45+10[3]	25	99	10[4]	89/94	20	75
»	240	45+10[3]	240	45+10[3]	25	132	10[4]	119/125	20	100
»	301	45+10[3]	301	45+10[3]	25	166	10[4]	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Порционные куски без кожи и хрящей										
припущенные	72	48+15[6]	72	48+15[6]	28	40	6+15[7]	32	21	25
»	100	48+15[6]	100	48+15[6]	28	55	6+15[7]	44	21	35
»	143	48+15[6]	143	48+15[6]	28	79	6+15[7]	63	21	50
»	215	48+15[6]	215	48+15[6]	28	119	6+15[7]	95	21	75
»	287	48+15[6]	287	48+15[6]	28	159	6+15[7]	127	21	100
»	357	48+15[6]	357	48+15[6]	28	198	6+15[7]	158	21	125
жареные	201	48+15[6]	201	48+15[6]	28	111	6+15[7]	89/94	20	75
»	269	48+15[6]	269	48+15[6]	28	149	6+15[7]	119/125	20	100
»	337	48+15[6]	337	48+15[6]	28	186	6+15[7]	149/156	20	125
жаренные во фритюре	145	48+15[6]	145	48+15[6]	28	80	6+15[7]	64/86	13	75
»	199	48+15[6]	199	48+15[6]	28	110	6+15[7]	88/115	13	100
»	249	48+15[6]	249	48+15[6]	28	138	6+15[7]	110/144	13	125
запеченные	201	48+15[6]	201	48+15[6]	28	111	6+15[7]	89/94	20	75
»	269	48+15[6]	269	48+15[6]	28	149	6+15[7]	119/125	20	100
»	337	48+15[6]	337	48+15[6]	28	186	6+15[7]	149/156	20	125
жаренные в сухарях на рашпере	156	48+15[6]	156	48+15[6]	28	86	6+15[7]	69/86	13	75
то же	208	48+15[6]	208	48+15[6]	28	115	6+15[7]	92/115	13	100
»	258	48+15[6]	258	48+15[6]	28	143	6+15[7]	114/144	13	125
жаренные без сухарей на рашпере	206	48+15[6]	206	48+15[6]	28	114	6+15[7]	91	18	75
то же	276	48+15[6]	276	48+15[6]	28	153	6+15[7]	122	18	100
»	344	48+15[6]	344	48+15[6]	28	190	6+15[7]	152	18	125
жаренные на вертеле	276	48+15[6]	276	48+15[6]	28	153	6+15[7]	122	18	100
»	344	48+15[6]	344	48+15[6]	28	190	6+15[7]	152	18	125
Севрюга с головой										
Звено с кожей, хрящами (ошпаренное)										

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
отварное	150	36	152	37	17	—	—	96	16+7[2]	75
»	200	36	203	37	17	—	—	128	16+7[2]	100
»	250	36	254	37	17	—	—	160	16+7[2]	125
Звено с кожей, без хрящей (ошпаренное)										
отварное, припущенное	153	41	155	42	22	—	—	90	17	75
»	203	41	207	42	22	—	—	120	17	100
»	256	41	260	42	22	—	—	151	17	125
жареное	151	41	153	42	22	—	—	89	16	75
»	202	41	205	42	22	—	—	119	16	100
»	253	41	257	42	22	—	—	149	16	125
Порционные куски с кожей, без хрящей·										
припущенные	58	41+10[3]	59	42+10[3]	22	34	10[4]	31	19	25
»	81	41+10[3]	82	42+10[3]	22	48	10[4]	43	19	35
»	117	41+10[3]	119	42+10[3]	22	69	10[4]	62	19	50
»	175	41+10[3]	178	42+10[3]	22	103	10[4]	93	19	75
»	232	41+10[3]	236	42+10[3]	22	137	10[4]	123	19	100
»	290	41+10[3]	295	42+10[3]	22	171	10[4]	154	19	125
запеченные	168	41+10[3]	170	42+10[3]	22	99	10[4]	89/94	20	75
»	224	41+10[3]	228	42+10[3]	22	132	10[4]	119/125	20	100
»	281	41+10[3]	285	42+10[3]	22	166	10[4]	149/156	20	125
Порционные куски без кожи и хрящей										
припущенные	67	44+15[6]	68	45+15[6]	25	40	6+15[7]	32	21	25
»	92	44+15[6]	94	45+15[6]	25	55	6+15[7]	44	21	35
»	132	44+15[6]	135	45+15[6]	25	79	6+15[7]	63	21	50
»	200	44+15[6]	203	45+15[6]	25	119	6+15[7]	95	21	75
»	267	44+15[6]	272	45+15[6]	25	159	6+15[7]	127	21	100
	332	44+15[6]	338	45+15[6]	25	198	6+15[7]	158	21	125
жареные	187	44+15[6]	190	45+15[6]	25	111	6+15[7]	89/94	20	75
»	250	44+15[6]	255	45+15[6]	25	149	6+15[7]	119/125	20	100
»	313	44+15[6]	319	45+15[6]	25	186	6+15[7]	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
жаренные во фритюре	134	44+15[6]	137	45+15[6]	25	80	6+15[7]	64/86	13	75
»	185	44+15[6]	188	45+15[6]	25	110	6+15[7]	88/115	13	100
»	231	44+15[6]	235	45+15[6]	25	138	6+15[7]	110/144	13	125
запеченные	187	44+15[6]	190	45+15[6]	25	111	6+15[7]	89/94	20	75
»	250	44+15[6]	255	45+15[6]	25	149	6+15[7]	119/125	20	100
»	313	44+15[6]	319	45+15[6]	25	186	6+15[7]	149/156	20	125
жаренные в сухарях на рашпере	145	44+15[6]	148	45+15[6]	25	86	6+15[7]	69/86	13	75
то же	193	44+15[6]	197	45+15[6]	25	115	6+15[7]	92/115	13	100
»	239	44+15[6]	244	45+15[6]	25	143	6+15[7]	114/144	13	125
жаренные без сухарей на рашпере	191	44+15[6]	195	45+15[6]	25	114	6+15[7]	91	18	75
то же	256	44+15[6]	261	45+15[6]	25	153	6+15[7]	122	18	100
»	319	44+15[6]	325	45+15[6]	25	190	6+15[7]	152	18	125
жаренные на вертеле	256	44+15[6]	261	45+15[6]	25	153	6+15[7]	122	18	100
»	319	44+15[6]	325	45+15[6]	25	190	6+15[7]	152	18	125
Стерлядь неразделанная [1]										
Целая с головой припущенная	—	—	1 шт.	22	—	—	—	1 шт.	20	1 шт.
Порционные куски с кожей										
отварные, припущенные	—	—	53	42	14	—	—	31	20	25
То же	—	—	76	42	14	—	—	44	20	35
»	—	—	109	42	14	—	—	63	20	50
»	—	—	162	42	14	—	—	94	20	75
»	—	—	216	42	14	—	—	125	20	100
»	—	—	269	42	14	—	—	156	20	125
жареные	—	—	153	42	14	—	—	89/94	20	75
»	—	—	205	42	14	—	—	119/125	20	100
»	—	—	257	42	14	—	—	149/156	20	125

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
жаренные в сухарях на рашпере	—	—	136	42	14	—	—	79/88	15	75
то же	—	—	166	42	14	—	—	96/118	15	100
»	—	—	202	42	14	—	—	117/147	15	125
Головы рыб семейства осетровых (головизна) (без жабер) варка	—	—	250	20[8]	—	—	—	200	50[9]	100
То же	—	—	236	20[8]	—	—	—	189	47[10]	100
Визига сухая (промышленная)	—	—	В процессе варки увеличивается в массе в 3 раза, т е из 1 кг сухой визиги получается 3 кг вареной.							

[1] Для рыб всех размеров.

[2] 7% — отходы и потери на зачистку вареного звена и удаление хрящей При отпуске вареной рыбы без кожи (в холодных блюдах) даются дополнительные отходы и потери на кожу в размере 7% от массы готовой рыбы.

[3] 44%, 45%, 41%, 42% — отходы и потери при холодной обработке и ошпаривании звена, 10% — потери при дополнительном ошпаривании порционных кусков

[4] 10% — потери при дополнительном ошпаривании кусков с кожей

[5] Здесь и далее числитель — масса сырья нетто, знаменатель — масса полуфабриката

[6] 47%, 48%, 44%, 45% — отходы и потери при холодной обработке и ошпаривании звена с последующим удалением кожи; 15% — потери при ошпаривании кусков без кожи

[7] 6% — отходы на кожу, 15% — потери при ошпаривании кусков без кожи

[8] Непищевые отходы

[9] Потери при варке и отходы при выделении хрящей

[10] Потери при варке и отходы и потери при разделке на хрящи и мякоть

Примечание При тепловой обработке рыбы порционными кусками потери при нарезке включены в нормы отходов и потерь при холодной обработке, при тепловой обработке рыбы звеном потери при нарезке включены и потери при тепловой обработке.

МОРЕПРОДУКТЫ

Ассортимент морепродуктов, поступающих на предприятия общественного питания, весьма разнообразен кальмары, креветки, крабы, лангусты, мидии, морская капуста, трепанги, морской гребешок, паста белковая «Океан» и др Морепродукты могут поступать живыми (мидии), мороженными в сыром или вареном виде (кальмары, трепанги, капуста морская, филе морского гребешка и др.), сушеными (креветки, трепанги), а также консервированными (крабы, креветки, филе морского гребешка и др)

Способы кулинарной обработки морепродуктов на предприятиях общественного питания зависят от вида сырья, термического состояния и способа его промышленной разделки

Обработка морепродуктов

Кальмар мороженый разделанный (тушка) с кожицей или кальмар мороженый 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° С

У размороженных тушек удаляют остатки внутренностей и хитиновые пластинки, если они оставлены

Тушки и филе опускают на 3—6 мин в горячую воду с температурой 60—65° С (сотношение 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 вторичного закипания воды Более длительная варка не рекомендуется, так как мясо кальмара становится жестким

Капусту морскую (ламинарию) сушеную пищевую заливают холодной водой в соотношении 1 8 и оставляют для набухания на 12 ч После замачивания капусту промывают до полного удаления песка и других механических примесей.

Подготовленную морскую капусту погружают в кипящую воду (на 1 кг набухшей капусты берут 2 л воды) и варят в течение 2 ч при слабом кипении до размягчения, без соли.

Готовую капусту хранят в отваре до следующего дня На другой день отвар сливают, капусту промывают, заливают холодной водой и хранят в холодильном шкафу

Капусту морскую мороженую размораживают в воде при температуре 15—20° С в течение 0,5 ч, далее варят как капусту морскую (ламинарию) сушеную пищевую

Креветки сыромороженые и варено-мороженые неразделанные (целые) слегка размораживают на воздухе при температуре 18—20° С в течение 2 ч для того, чтобы разделить блок массой 12 кг на части Размораживать полностью креветки не рекомендуется, так как головы их темнеют, ухудшается внешний вид.

Слегка размороженные креветки блоками массой 2—3 кг опускают в кипящую соленую воду (на 1 кг креветок берут 3 л воды, 150 г соли, лавровый лист, перец черный горошком), перемешивают шумовкой и варят сыромороженые — в течение 5—10 мин (в зависимости от размеров), варено-мороженые — 3 мин с момента вторичного закипания воды Готовые креветки всплывают на поверхность

У вареных крупных и средних по величине креветок отделяют шейку и снимают панцирь, мелкие креветки отпускают неразделанными

Креветки сушеные перебирают, промывают, кладут в посуду, заливают холодной или теплой водой с температурой 30—35° С и оставляют в ней на 4 ч (до тех пор, пока креветки не станут мягкими, набухшими) До использования подготовленные креветки хранят в посуде с холодной кипяченой водой в холодильном шкафу

Креветки натуральные (консервы) освобождают от солевого раствора, пергамента и используют без предварительной тепловой обработки.

Крабы в собственном соку (консервы) освобождают от пергамента, сока и используют без предварительной тепловой обработки.

Лангусты сыромороженые разделанные (шейки в панцире) размораживают на воздухе при температуре 18—20° С в течение 3 ч, раскладывая блоки в один слой (до полного отделения лангустов друг от друга).

Размороженные шейки лангустов погружают в кипящую соленую воду (на 1 кг шеек лангустов берут 2 л воды, 100 г соли, коренья, перец черный горошком, лавровый лист) и варят в течение 15—20 мин Готовые лангусты всплывают на поверхность

Обрабатывать шейки лангустов лучше горячими Для отделения мякоти от панциря и икры (если она имеется) делают разрез ножницами по всей длине посередине панциря со стороны спинки или срезают боковую кромку панциря шейки лангуста Икру не используют.

Мидии черноморские живые естественных банок, в створках, замачивают в холодной воде на 2—3 ч, затем тщательно промывают

Мидии в створках варят в воде с добавлением специй и кореньев в течение 15 мин (на 1 кг мидий берут 2 л воды и 100 г соли) К моменту готовности мидий створки раскрываются

После варки отвар сливают, мидии охлаждают, извлекают из створок мясо, которое тщательно промывают теплой кипяченой водой до полного удаления песка

Варить мидии можно без створок Для этого вводят нож между острыми концами створок, разрезают мускул-замыкатель, проведя ножом под верхней створкой, вынимают мясо мидии и тщательно промывают Варят мидии в течение 5—7 мин с добавлением специй, кореньев (на 1 кг мидий — 2 л воды, 40 г соли).

Пасту белковую «Океан» мороженую, в блоках, размораживают на воздухе при температуре 18—20° С в течение 2—6 ч (в зависимости от температуры в центре блока), зачищая поверхностный слой Паста считается размороженной при достижении в центре блока минус 1° С Размораживать пасту «Океан» следует по мере надобности Срок хранения размороженной пасты при температуре 4—8° С не более 6 ч Повторное замораживание пасты «Океан» не допускается.

Для приготовления блюд пасту «Океан» припускают В сотейник или другую посуду с широким дном кладут размороженную пасту слоем 2—3 см, добавляют горячую воду (5—10% массы пасты), закрывают крышкой и, периодически помешивая, припускают при непрерывном кипении в течение 10 мин Припущенную пасту «Океан» охлаждают

Срок хранения припущенной пасты «Океан» при температуре 4—8° С составляет 6 ч

Трепанги сушеные тщательно промывают холодной водой до тех пор, пока с поверхности не будет удалена угольная пыль и вода не станет прозрачной

Затем их заливают холодной водой и выдерживают в ней в течение 24—30 ч при температуре 18—20° С, меняя воду 2—3 раза На другой день воду сливают, трепанги промывают, вновь заливают холодной водой и доводят до кипения Затем снимают с плиты и оставляют в отваре до следующего дня На следующий день отвар сливают, трепанги промывают холодной водой и потрошат, разрезав ножницами брюшко по всей его длине После потрошения трепанги тщательно промывают, заливают холодной водой, вновь доводят до кипения, снимают с плиты и оставляют в отваре до следующего дня

Если трепанги имеют резинообразную жесткую консистенцию, то процесс их обработки с последующим промыванием повторяют еще 2 раза в течение двух дней

Хранят трепанги в холодной кипяченой воде со льдом в холодильном шкафу. Перед использованием их ошпаривают, погружая на 1—2 мин в кипящую воду.

Трепанги варено-мороженые размораживают в воде при температуре 15° С. Размораживание считается законченным, когда температура трепанга достигнет 1° С Допускается размораживание в воде, нагретой до температуры 40° С при соотношении массы воды и трепанга 2 1 в течение 40 мин Размороженных трепангов разрезают вдоль брюшка, зачищают от остатков внутренностей, песка и промывают

Обработанных трепангов ошпаривают в течение 1—2 мин и используют для приготовления блюд

Филе морского гребешка мороженое размораживают на воздухе при температуре 18—20 С в течение 1—1,5 ч.

Варят филе морского гребешка в течение 10—15 мин, погружая в кипящую подсоленную воду с добавлением кореньев, перца черного горошком (на 1 кг филе берут 2 л воды и 60 г соли) Более продолжительная варка ухудшает качество продукта, делая его жестким, упругим, сухим

Филе морского гребешка в укропном соусе (пресервы) освобождают от соуса и используют без тепловой обработки

Салат дальневосточный из морской капусты (консервы) извлекают из банки и используют без тепловой обработки.

Таблица 23

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из морепродуктов

Наименование и термическое состояние морепродуктов, способы промышленной и кулинарной разделки и тепловой обработки	Масса брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе брутто	Масса нетто или полуфабриката, г	Увеличение массы при набухании, % к массе нетто	Потери при тепловой обработке, % к массе нетто или полуфабриката	Выход готовых изделий, г
1	2	3	4	5	6	7
Кальмар мороженый разделанный (тушка) с кожицей отварной	265	23[1]	204	—	51	100
Кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей отварной	206	10[1]	185	—	46	100
Капуста морская (ламинария) сушеная пищевая отварная	16	—	16	530	—	100
Капуста морская мороженая отварная	63	—	63	60	—	100
Креветки сыромороженые неразделанные (целые) мелкие отварные	145	—	145	—	31[2]	100
Креветки сыромороженые неразделанные (целые) отварные, разделанные на мякоть	417	—	417	—	76[3]	100
Креветки варено-мороженые неразделанные (целые) мелкие отварные	120	—	120	—	17[4]	100
Креветки сушеные (КНР) набухшие	46	—	46	118	—	100
Креветки натуральные (консервы)	125	20[5]	100	—	—	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7
Крабы в собственом соку (консервы)	125	20[6]	100	—	—	100
Лангусты сыромороженые разделанные (шейки в панцире) отварные, разделанные на мякоть	251	—	251	—	17+52[7]	100
Мидии черноморские живые естественных банок *разделанные на мякоть*, отварные	1400	*83*	*238*	—	58	100
Мидии черноморские живые естественных банок отварные, разделанные *на мякоть*	1299	—	1299	—	30+89[7]	100
Паста белковая «Океан» мороженая припущенная	123	6[1]	116	—	14	100
Трепанг сушеный набухший ошпаренный	31	—	31	300[5]	20[8]	100
Трепанг варено-мороженый ошпаренный	133	6[1]	125	—	20	100
Филе морского гребешка мороженое отварное	209	6[9]	196	—	49	100
Филе морского гребешка в укропном соусе (пресервы)	132	24[10]	100	—	—	100
Салат дальневосточный из морской капусты (консервы)	101	1[11]	100	—	—	100

[1] В том числе потери при размораживании
[2] В том числе 4% — потери при порционировании.
[3] С учетом потерь при разделке, потрошении.
[4] В том числе 2% — потери при порционировании
[5] Отходы на солевой раствор и пергамент
[6] Отходы на сок и пергамент
[7] Отходы и потери при разделке.
[8] К массе набухшего продукта
[9] Потери при размораживании
[10] Отходы на соус
[11] Потери при извлечении салата из банки.

Примечание При поступлении креветок сыромороженых (целых) мелких блоками массой 10 кг и более потери при размораживании для разделения блока на части составляют 4%

В нормы отходов и потерь, увеличения массы при холодной и тепловой обработках морепродуктов включены потери при порционировании

КАРТОФЕЛЬ, ОВОЩИ, ГРИБЫ, ПЛОДЫ, ЯГОДЫ, ОРЕХИ

Картофель, овощи, грибы, плоды, ягоды, орехи на предприятия общественного питания поступают в необработанном виде (свежими). Картофель и овощи могут поступать также и в виде полуфабрикатов картофель сырой очищенный, сульфитированный, капуста свежая белокочанная, морковь, свекла, лук — сырые очищенные Кроме того, многие виды продуктов поступают на предприятия квашеными, солеными, маринованными, сушеными, консервированными, быстрозамороженными

Овощи, поступающие на предприятия общественного питания, по своим качествам должны отвечать требованиям действующих стандартов, в противном случае при холодной обработке увеличивается количество отходов и ухудшается качество готовых изделий

Ниже приводится расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий при переработке картофеля, овощей, грибов, плодов, ягод, орехов и потери при разных способах тепловой обработки

Расчет дается на 100 г выхода готового изделия

Таблица 24

Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий

Наименование сырья и способы промышленной и кулинарной обработки	Масса сырья брутто, г	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Масса сырья нетто или полуфабриката, г	Потери при тепловой обработке, % к массе сырья нетто или полуфабриката	Выход готового изделия, г
1	2	3	4	5	6
Картофель свежий продовольственный					
молодой сырой очищенный до 1 сентября	125	20	100	—	100
молодой очищенный отварной до 1 сентября	133	20	106	6	100
сырой очищенный					
с 1 сентября по 31 октября	133	25	100	—	100
с 1 ноября по 31 декабря	143	30	100	—	100
с 1 января по 28—29 февраля	154	35	100	—	100
с 1 марта	167	40	100	—	100
очищенный отварной					
с 1 сентября по 31 октября	137	25	103	3	100
с 1 ноября по 31 декабря	147	30	103	3	100
с 1 января по 28—29 февраля	158	35	103	3	100
с 1 марта	172	40	103	3	100
отварной в кожуре с последующей очисткой					
с 1 сентября по 31 октября	137	—	137	3+25[1]	100
с 1 ноября по 31 декабря	147	—	147	3+30[1]	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
с 1 января по 28—29 февраля	159	—	159	3+35[1]	100
с 1 марта	172	—	172	3+40[1]	100
жаренный брусочками, ломтиками, дольками, кубиками					
с 1 сентября по 31 октября	193	25	145	31	100
с 1 ноября по 31 декабря	207	30	145	31	100
с 1 января по 28—29 февраля	223	35	145	31	100
с 1 марта	242	40	145	31	100
жаренный ломтиками (из предварительно сваренного в кожуре)					
с 1 сентября по 31 октября	165	3+25[1]	120	17	100
с 1 ноября по 31 декабря	177	3+30[1]	120	17	100
с 1 января по 28—29 февраля	190	3+35[1]	120	17	100
с 1 марта	206	3+40[1]	120	17	100
жаренный до полуготовности кубиками, дольками для рагу					
с 1 сентября по 31 октября	160	25	120	17	100
с 1 ноября по 31 декабря	171	30	120	17	100
жаренный во фритюре брусочками					
с 1 сентября по 31 октября	267	25	200	50	100
с 1 ноября по 31 декабря	286	30	200	50	100
с 1 января по 28—29 февраля	308	35	200	50	100
с 1 марта	333	40	200	50	100
жаренный во фритюре соломкой, стружкой					
с 1 сентября по 31 октября	333	25	250	60	100
с 1 ноября по 31 декабря	357	30	250	60	100
с 1 января по 28—29 февраля	385	35	250	60	100
с 1 марта	417	40	250	60	100
жаренный бочоночками					
с 1 сентября по 31 октября	191	25	143	30	100
с 1 ноября по 31 декабря	204	30	143	30	100
с 1 января по 28—29 февраля	220	35	143	30	100
с 1 марта	238	40	143	30	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
жаренный чесночком:					
с 1 сентября по 31 октября	208	25	156	36	100
с 1 ноября по 31 декабря	223	30	156	36	100
с 1 января по 28—29 февраля	240	35	156	36	100
с 1 марта	260	40	156	36	100
хрустящий картофель (чипс)					
с 1 сентября по 31 октября	392	25	294	66	100
с 1 ноября по 31 декабря	420	30	294	66	100
с 1 января по 28—29 февраля	452	35	294	66	100
с 1 марта	490	40	294	66	100
печенный в кожуре	125	—	125	20	100
печенный в кожуре с последующей очисткой	167	—	167	40[2]	100
Овощи					
Артишоки вареные	236	50	118	15	100
Ботва свеклы вареная	224	20	179	44	100
Базилик свежий	119	16	100	—	100
Баклажаны свежие					
сырые, очищенные	118	15	100	—	100
сырые, подготовленные для фарширования	105	5	100	—	100
жаренные кружочками, натуральные	142	5	135	26	100
панированные в муке, жареные	135	5	128	22	100
печенные в кожице (с последующей очисткой)	137	—	137	27	100
Брюква столовая свежая	140	22	109	8	100
вареная или припущенная дольками или кубиками	167	22	130	23	100
тушенная брусочками, ломтиками, кубиками					
пассерованная соломкой, ломтиками, кубиками	167	22	130	23	100
Горох овощной (лопатка) свежий вареный	127	10	114	12	100
Горошек зеленый:					
(зерна) свежий вареный	109	—	109	8	100
консервированный	154	35[3]	100	—	100
быстрозамороженный, вареный	109	—	109	8	100
сушеный, вареный	42	—	42	140[4]	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
Каперсы консервированные	200	50[3]	100	—	100
Крапива ранняя вареная	244	18	200	50	100
Капуста белокочанная свежая					
сырая очищенная	125	20[5]	100	—	100
шинкованная, прогретая с уксусом (для салата)	139	20[5]	111	10	100
шинкованная, стертая с солью (для салата)	198	20[5]+37[6]	100	—	100
вареная целыми кочанами или крупными кусками	136	20[5]	109	8	100
припущенная кусочками или шашками	139	20[5]	111	10	100
тушеная	159	20[5]	127	21	100
жареная для фарша	166	20[5]	133	25	100
ранняя, вареная крупными кусками	139	20[5]	111	10	100
ранняя, вареная целыми кочанами (для голубцов)	136	20[5]	109	8[7]	100
брюссельская свежая					
на стебле, вареная	472	75	118	15	100
кочанчики вареные	182	35	118	15	100
кочанчики жареные	220	35	143	30	100
кольраби свежая					
вареная	171	35	111	10	100
припущенная	192	35	125	20	100
жареная кружочками	275	35	179	44	100
краснокочанная свежая шинкованная, стертая с солью (для салата)	187	15+37[6]	100	—	100
савойская свежая					
сырая очищенная	128	22	100	—	100
вареная кочанами	140	22	109	8	100
цветная					
свежая вареная	213	48	111	10	100
маринованная (в банках)	182	45[3]	100	—	100
Капуста квашеная					
тушеная	169	30	118	15	100
жаренная для фарша	190	30	133	25	100
рубленая (в стеклотаре) [8]	103	1+1,5	100	—	100
Кабачки свежие					
вареные до полуготовности (с удаленными семенами и кожицей)	166	33	111	10	100
припущенные	191	33	128	22	100
жаренные натуральными ломтиками (с удаленной кожицей)	193	20	154	35	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
жаренные ломтиками (с удаленной кожицей), панированными в муке	186	20	149	33	100
ранние, жаренные натуральными ломтиками (с кожицей и семенами)	171	10	154	35	100
ранние, жаренные ломтиками (с кожицей и семенами), панированными в муке	166	10	149	33	100
Кукуруза					
свежая в початках молочной и молочно-восковой спелости вареная [9]	532	43	303	67	100
в початках вареная	111	10	100	—	100
сахарная консервированная	167	40[3]	100	—	100
Лук					
репчатый					
свежий сырой очищенный	119	16	100	—	100
свежий пассерованный до полуготовности (для супов)	161	16	135	26[10]	100
свежий пассерованный до готовности (для соусов и вторых блюд)	238	16	200	50	100
свежий жаренный во фритюре кольцами	350	16	294	66	100
маринованный (в банках)	182	45[3]	100	—	100
севок, варенный целыми головками	131	20	105	5	100
севок, жаренный во фритюре целыми головками	193	20	154	35	100
зеленый свежий					
очищенный	125	20	100	—	100
пассерованный	193	20	154	35	100
парниковый очищенный	167	40	100	—	100
порей свежий					
вареный	138	24	105	5	100
пассерованный	220	24	167	40	100
Морковь столовая свежая					
молодая пучковая сырая очищенная	200	50	100	—	100
молодая пучковая очищенная вареная	202	50	101	0,5	100
сырая очищенная:					
до 1 января	125	20	100	—	100
с 1 января	133	25	100	—	100
очищенная вареная·					

Продолжение

1	2	3	4	5	6
до 1 января	126	20	101	0,5	100
с 1 января	135	25	101	0,5	100
варенная или припущенная дольками или мелкими кубиками для гарнира:					
до 1 января	136	20	109	8	100
с 1 января	145	25	109	8	100
варенная в кожуре	101	—	101	0,5	100
варенная в кожуре с последующей очисткой					
до 1 января	126	—	126	0,5+20[11]	100
с 1 января	134	—	134	0,5+25[11]	100
пассерованная соломкой, ломтиками, кубиками					
до 1 января	184	20	147	32	100
с 1 января	196	25	147	32	100
Маслины	154	35[12]	100	—	100
Оливки консервированные	182	45[3]	100	—	100
Огурцы:					
свежие теплично-парниковые длинноплодные					
неочищенные (без пленки)	102	2[13]	—	—	100
свежие грунтовые неочищенные	105	5[14]	—	—	100
свежие грунтовые очищенные	125	20	—	—	100
соленые неочищенные	111	10	—	—	100
соленые очищенные	125	20	—	—	100
соленые очищенные, нарезанные дольками без сердцевины, вареные (для солянки)	197	40	118	15	100
маринованные (в банках)	182	45[3]	100	—	100
пикули, корнишоны, ассорти из овощей маринованных (в банках)	182	45[3]	100	—	100
Пастернак корневой свежий					
пассерованный соломкой, ломтиками, кубиками	212	25	159	37	100
Перец сладкий:					
свежий сырой, подготовленный для фарширования	133	25	100	—	100
свежий сырой, шинкованный (для салата)	133	25	100	—	100
свежий пассерованный	171	25	128	22	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
маринованный (в банках)	200	50[3]	100	—	100
маринованный резаный болгарский (в банках)	167	40[3]	100	—	100
Петрушка свежая					
корневая варенная дольками, шпалами или кубиками	140	25	105	5	100
корневая пассерованная ломтиками, соломкой, кубиками	212	25	159	37	100
зелень	135	26	100	—	100
Помидоры (томаты)					
свежие парниковые неочищенные	102	2[15]	—	—	100
свежие грунтовые	118	15[16]	100	—	100
свежие грунтовые, жаренные половинками	187	15[16]	159	37	100
соленые (в бочковой таре)	111	10	100	—	100
томаты консервированные целые	200	50[3]	100	—	100
томаты консервированные целые без кожицы (очищенные) в томатном соке	103	3[17]	—	—	100
томаты маринованные, соленые (красные, бурые, молочные) (в банках)	182	45[3]	100	—	100
Ревень овощной свежий	133	25	100	—	100
Редис свежий					
красный с ботвой	159	37	100	—	100
красный обрезной, не очищенный от кожицы (с укороченной ботвой до 3 см)	108	7[18]	100	—	100
красный обрезной (поступающий без ботвы), очищенный от кожицы	133	25	100	—	100
белый с ботвой, очищенный от кожицы	200	50	100	—	100
белый обрезной, очищенный от кожицы	154	35	100	—	100
Редька свежая	143	30	100	—	100
Репа столовая свежая					
варенная или припущенная кубиками, брусочками, дольками	145	25	109	8	100
тушенная брусочками, кубиками, ломтиками	173	25	130	23	100
пассерованная соломкой, кубиками, ломтиками	173	25	130	23	100
Салат					

Продолжение

1	2	3	4	5	6
кочанный	149	33	100	—	100
латук, ромэн, кресс	139	28	100	—	100
Свекла столовая свежая сырая очищенная:					
до 1 января	125	20	100	—	100
с 1 января	133	25	100	—	100
очищенная, вареная целиком:					
до 1 января	131	20	105	5	100
с 1 января	140	25	105	5	100
вареная или припущенная нарезанной:					
до 1 января	136	20	109	8	100
с 1 января	145	25	109	8	100
вареная в кожуре	102	—	102	2	100
вареная в кожуре с последующей очисткой					
до 1 января	128	—	128	2+20[11]	100
с 1 января	136	—	136	2+25[11]	100
пассерованная соломкой, ломтиками, кубиками					
до 1 января	201	20	161	38	100
с 1 января	215	25	161	38	100
свекла столовая маринованная (в банках)	182	45[3]	100	—	100
Сельдерей свежий:					
корневой, пассерованный ломтиками, соломкой, кубиками	234	32	159	37	100
корневой припущенный	184	32	125	20	100
молодой очищенный	122	18	100	—	100
зелень	119	16	100	—	100
Спаржа свежая вареная	156	27	114	12	100
Тыква продовольственная свежая					
вареная или припущенная	171	30	120	17	100
жаренная ломтиками, натуральная	183	30	128	22	100
жаренная ломтиками, панированными в муке	179	30	125	20	100
Укроп молодой столовый свежий	135	26	100	—	100
Фасоль					
овощная (лопатка) свежая, вареная дольками	127	10	114	12	100
стручковая консервированная	167	40[3]	100	—	100
Хрен-корень свежий	156	36	100	—	100
Чеснок					
свежий очищенный	128	22	100	—	100
свежий шинкованный, пассерованный	214	22	167	40	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
маринованный целыми дольками с отрезанной мочкой					
очищенный	208	35[3]+26	100	—	100
Щавель свежий вареный или припущенный	263	24	200	50	100
Шпинат свежий вареный или припущенный	270	26	200	50	100
Эстрагон свежий	286	65	100	—	100
Консервы овощные закусочные					
баклажаны, перец, томаты, фаршированные овощами или овощами с рисом, голубцы, фаршированные овощами, баклажаны, кабачки, нарезанные кружочками, икра из баклажанов, кабачковая и т п	105	5[17]	100	—	100
Консервы-полуфабрикаты					
Зелень укропа, петрушки, сельдерея соленая (измельченная)	102	2	100	—	100
Овощная закуска с томатом	105	5	100	—	100
Салаты овощные, маринад овощной с томатом	105	5	100	—	100
Морковь пассерованная с томатом	105	5	100	—	100
Свекла измельченная с сахаром консервированная	105	5	100	—	100
Свекла и яблоки измельченные с сахаром консервированные	105	5	100	—	100
Пюре из щавеля, шпината, смеси щавеля и шпината	103	3	100	—	100
Консервы овощные (быстрозамороженные) (в пленке)					
Овощная закуска с томатом	102	2	100	—	100
Лук репчатый (пассерованный для первых и вторых блюд)	102	2	100	—	100
Морковь пассерованная	102	2	100	—	100
Белый корень пассерованный	102	2	100	—	100
Капуста тушеная	102	2	100	—	100
Зелень укропа, петрушки, сельдерея веточками, измельченная	102	2	100	—	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
Свекла, морковь гарнирные (целые) и резаные)	109	8	100	—	100
Тыква нарезанная в тыквенном пюре с сахаром	111	10	100	—	100
Грибы:					
белые свежие вареные	175	24	133	25	100
белые свежие мелкорубленые жареные	263	24	200	50	100
белые свежие, нашинкованные дольками, жареные	203	24	154	35	100
маринованные (в бочковой таре)	122	18[3]	100	—	100
маринованные (в банках)	133	25[3]	100	—	100
сушеные вареные	50	—	50	100[4]	100
соленые (в бочковой таре)	122	18[3]	100	—	100
соленые (в банках)	133	25[3]	100	—	100
сморчки жареные	238	16	200	50	100
шампиньоны свежие вареные	188	24	143	30	100
шампиньоны свежие, припущенные до полуготовности, целиком	188	24	143	30	100
шампиньоны свежие, припущенные до готовности, целиком	220	24	167	40	100
шампиньоны свежие, припущенные до полуготовности, целиком с последующей обжаркой ломтиками	263	24	200	50	100
шампиньоны свежие, жаренные ломтиками, нарезанными из сырых шампиньонов	329	24	250	60	100
шампиньоны консервированные	133	25[3]	100	—	100
Плоды и ягоды:					
Абрикосы свежие с удаленной косточкой	116	14	100	—	100
Алыча свежая с удаленной косточкой	108	7	100	—	100
Ананас очищенный с сердцевиной, нарезанный кусочками	167	40	100	—	100
Ананас очищенный с удаленной сердцевиной, нарезанный кусочками	182	45	100	—	100
Апельсины очищенные	149	33	100	—	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
Апельсины при получении сока	227	56	100	—	100
Арбуз продовольственный свежий, нарезанный на порции	111	10	100	—	100
Арбуз продовольственный свежий, очищенный от коры и семян	192	48	100	—	100
Айва свежая с удаленной семенной коробочкой	114	12	100	—	100
Айва свежая, очищенная от кожицы, с удаленной семенной коробочкой	139	28	100	—	100
Бананы очищенные	167	40	100	—	100
Брусника свежая	111	10	100	—	100
Брусника моченая	143	30[3]	100	—	100
Виноград свежий столовый	104	4[19]	100	—	100
Виноград свежий столовый при получении сока	128	22	100	—	100
Виноград маринованный	200	50[3]	100	—	100
Виноград сушеный (изюм)	102	2[20]	100	—	100
Вишня свежая с удаленной плодоножкой	105	5	100	—	100
Вишня свежая с плодоножкой	102	2	100	—	100
Вишня свежая с удаленной косточкой	118	15	100	—	100
Вишня маринованная	182	45[3]	100	—	100
Гранаты свежие очищенные	167	40	100	—	100
Груши свежие с удаленным семенным гнездом	111	10	100	—	100
Груши свежие с удаленным семенным гнездом, вареные	139	10	125	20	100
Груши свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом	137	27	100	—	100
Груши свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, вареные	171	27	125	20	100
Груши маринованные	182	45[3]	100	—	100
Дыня свежая, очищенная от семян	130	23	100	—	100
Дыня свежая, очищенная от коры и семян	156	36	100	—	100

Продолжение

1	2	3	4	5	6
Ежевика свежая	118	15	100	—	100
Земляника свежая (садовая)	118	15	100	—	100
Земляника свежая (садовая) при получении сока с мякотью	127	21	100	—	100
Земляника лесная	106	6	100	—	100
Кизил свежий	102	2	100	—	100
Кизил маринованный	182	45[3]	100	—	100
Клюква свежая	105	5	100	—	100
Клюква свежая при получении сока	147	32	100	—	100
Крыжовник свежий	102	2	100	—	100
Лимоны неочищенные	111	10[21]	100	—	100
Лимоны очищенные	164	39[22]	100	—	100
Лимоны при получении сока[1]	238	58	100	—	100
Малина свежая	118	15	100	—	100
Мандарины очищенные	135	26	100	—	100
Мандарины при получении сока	175	43	100	—	100
Мирабель с удаленной косточкой	118	15	100	—	100
Персики свежие с удаленной косточкой	111	10	100	—	100
Слива сочинская свежая с удаленной косточкой	111	10	100	—	100
Слива маринованная	182	45[3]	100	—	100
Смородина красная свежая	106	6	100	—	100
Смородина белая свежая	108	7	100	—	100
Смородина черная свежая	102	2	100	—	100
Смородина черная свежая при получении сока	127	21	100	—	100
Смородина маринованная	182	45[3]	100	—	100
Черника свежая	102	2	100	—	100
Черника свежая при получении сока	169	41	100	—	100
Черешня свежая с удаленной плодоножкой	105	5	100	—	100
Чернослив с удаленной косточкой	133	25	100	—	100
Яблоки свежие с удаленным семенным гнездом	114	12	100	—	100
Яблоки свежие с удаленным семенным гнез-	142	12	125	20	100

[1] При получении сока используют лимоны тонкокорые.

Продолжение

1	2	3	4	5	6
дом, вареные, запеченные					
Яблоки свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом	143	30	100	—	100
Яблоки свежие, очищенные от кожицы, с удаленным семенным гнездом, вареные	179	30	125	20	100
Яблоки маринованные, моченые	182	45[3]	100	—	100
Плоды и ягоды консервированные (быстрозамороженные)					
Яблоки с тыквой нарезанные в сахарном сиропе	111[23]	10	100	—	100
Яблоки целые, половинками, четвертушками (бланшированные) в сахарном сиропе	102	2[17]	100	—	100
Яблоки нарезанные в яблочном пюре с сахаром	111	10	100	—	100
Яблоки с морковью нарезанные в яблочном пюре с сахаром	111	10	100	—	100
Яблоки протертые с сахаром	111	10	100	—	100
Земляника в землянично пюре с сахаром	111	10	100	—	100
Земляника дробленая с сахаром	111	10	100	—	100
Орехи:					
Арахис жареный	141	25[24]	106	6	100
Грецкие жареные	236	55[24]	106	6	100
Каштаны очищенные	133	25[24]	100	—	100
Миндаль жареный	177	40[24]	106	6	100
Миндаль очищенный жареный	118	10[25]	106	6	100
Фисташки жареные	212	50[24]	106	6	100
Фундук жареный	212	50[24]	106	6	100

[1] 3% — потери при варке картофеля, 25%, 30%, 35%, 40% — отходы и потери при очистке вареного картофеля соответственно сезону.

[2] Потери при тепловой обработке и очистке картофеля

[3] Отходы и потери на маринад, рассол, отвар.

[4] Привар

[5] 20% — отходы и потери при холодной обработке, в том числе 5% — внутренняя кочерыга

[6] 37% — сок, отжимаемый после стирания с солью

[7] Варка до полуготовности.

[8] Потери на капусту и сок, остающиеся на стенках и дне посуды при извлечении квашеной капусты из стеклотары, — 1%, потери при порционировании — 1,5%.

[9] 43% — отходы и потери при удалении стебля, листьев, волокон, пестика; 67% — потери при тепловой обработке и отходы на кочерыгу.

[10] Лук, пассерованный с 15% жира

[11] 0,5%, 2% — потери при варке, 20%, 25% — отходы и потери при очистке вареной моркови, свеклы соответственно сезону

[12] Отходы и потери при удалении косточки.

[13] Отходы и потери при мойке, удалении плодоножки, верхушки и порционировании

[14] Отходы и потери при мойке, удалении плодоножки, верхушки, пятен от нажимов, солнечных ожогов и порционировании

[15] Отходы и потери при мойке, удалении плодоножки и порционировании

[16] Отходы и потери при мойке, удалении плодоножки и опробковелой ткани (под кожицей плода) и порционировании

[17] Потери при порционировании

[18] Отходы и потери при зачистке остатков ботвы, корней и порционировании

[19] 4% — отходы и потери на горбыльки, на виноград сорта «Шасла» — 6%.

[20] Отходы и потери при переборке

[21] Отходы и потери при переборке, мойке, очистке от плодоножки, соска и порционировании

[22] Отходы и потери при переборке, мойке, очистке от плодоножки и соска, очистке от кожицы (цедры и альбедо) — 38% (в том числе масса цедры — 10%) и порционировании — 1%.

[23] Содержание сахарного сиропа — 40%.

[24] Отходы и потери при снятии скорлупы.

[25] Отходы и потери при снятии кожицы

Примечание. В нормы отходов и потерь на картофель, овощи, грибы, плоды включены потери при нарезке.

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ ТОВАРЫ

Ассортимент гастрономических товаров, используемых на предприятиях общественного питания, весьма разнообразен он включает различные рыбные товары (сельди соленые, маринованные, пряные, рыбу соленую, холодного и горячего копчения, рыбные консервы), колбасные изделия и копчености (колбасы, окорока, грудинку, корейку и т п)

Способы разделки гастрономических товаров на предприятиях общественного питания зависят от вида товара и способа его промышленной обработки

КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ И КОПЧЕНОСТИ

Колбасы и зельцы перед нарезкой зачищают от оболочек, кроме того, у них срезают наплывы

Варено-копченые окорока перед нарезкой зачищают от шкуры, поверхностной заветрившейся корочки, костей, а затем нарезают

Сырокопченые окорока зачищают от поверхностной заветрившейся корочки, шкуру и кости удаляют в процессе нарезки

Копченую грудинку и корейку используют на предприятиях общественного питания в сыром и вареном виде.

Шкура и кости с сухожилиями от копченостей относятся к отходам, годным для пищевого использования.

СЫРЫ

Сыры зачищают от корок, клейма, остатков обертки, фольги и различных повреждений К отходам относятся также рассол, вытекающий при нарезке брынзы и прочих рассольных сыров

Крошка, образующаяся при нарезке сыров, является полноценным продуктом и включена в нормы их выхода Ее используют при изготовлении блюд (на посыпку при запекании, при отпуске отварных макарон и т. п).

* * *

Ниже приводятся нормы отходов на наиболее распространенные способы разделки гастрономических товаров, дается расчет расхода их для различных выходов готовых изделий. Если при расходе рыбной гастрономии дана одна норма отходов, ее следует применять для рыб всех размеров.

Таблица 25

Расчет расхода сырья и выхода гастрономических изделий

Наименование продуктов и способы промышленной и кулинарной разделки	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Выход готового изделия, г							
		100	75	50	40	30	25	20	15
		Масса сырья брутто, г							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
РЫБОТОВАРЫ									
Рыба соленая, маринованная, пряного посола									
Горбуша соленая потрошеная с головой									
филе (мякоть)	31	145	109	72	58	43	36	29	22
филе с кожей и реберными костями	20	125	94	63	50	38	31	25	19
Кета, чавыча, сима, кижуч, нерка соленые, потрошеные с головой									
филе с кожей и костями	20	125	94	63	50	38	31	25	19
филе (мякоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Лосось куринский соленый потрошеный (семужной резки)									
филе (мякоть)	31	145	109	72	58	43	36	29	22
Лосось каспийский, балтийский, озерный, соленый потрошеный (семужной резки)									
филе (мякоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Лох всех водоемов соленый неразделанный									
филе (мякоть)	40	167	125	83	67	50	42	33	25
Нототения мраморная слабо- и среднесоленая потрошеная обезглавленная (крупная)									
филе (мякоть)	37	159	119	79	63	48	40	32	24
Омуль соленый неразделанный									

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
целиком, с головой, без кожи, с костями	20	125	94	63	50	38	31	25	19
без головы и кожи, с костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
филе (мякоть)	38	161	121	81	65	48	40	32	24
Салака пряного посола (бочковая)									
неразделанная	10[2]	111	83	56	44	33	28	22	17
без головы и внутренностей	40	167	125	83	67	50	42	33	25
филе (мякоть)	50	200	150	100	80	60	50	40	30
Сельдь соленая, пряная [1], маринованная неразделанная целиком, с головой (без жабер), без кожи, позвоночника и реберных костей									
крупная	33	149	112	75	60	45	37	30	22
средняя	34	152	114	76	61	45	38	30	23
мелкая	35	154	115	77	62	46	38	31	23
без головы и кожи, с костями									
крупная	38	161	121	81	65	48	40	32	24
средняя	40	167	125	83	67	50	42	33	25
мелкая	42	172	129	86	69	52	43	34	26
филе (мякоть)									
крупная	50	200	150	100	80	60	50	40	30
средняя	52	208	156	104	83	63	52	42	31
мелкая	54	217	163	109	87	65	54	43	33
Сельдь пряная, соленая *зябреная* целиком, с головой, без кожи, позвоночника и реберных костей	35	154	115	77	62	46	38	31	23
без головы и кожи, с костями	36	156	117	78	63	47	39	31	23
филе (мякоть)	41	169	127	85	68	51	42	34	25
Сельдь пряная, соленая обезглавленная									
филе (мякоть)									
крупная	36	156	117	78	63	47	39	31	23
средняя	37	159	119	79	63	48	40	32	24
мелкая	38	161	121	81	65	48	40	32	24
Сельдь соленая обезглавленная всех размеров									
без кожи, с костями	22	128	96	64	51	38	32	26	19
филе (мякоть)	37	159	119	79	63	48	40	32	24
Сельдь соленая полупотрошеная с головой, без кожи, с костями									
крупная	8	109	82	54	43	33	27	22	16
средняя	9	110	82	55	44	33	27	22	16
мелкая	10	111	83	56	44	33	28	22	17

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
без головы и кожи, с костями									
крупная	28	139	104	69	56	42	35	28	21
средняя	32	147	110	74	59	44	37	29	22
мелкая	34	152	114	76	61	45	38	30	23
филе (мякоть)									
крупная	43	175	132	88	70	53	44	35	27
средняя	45	182	136	91	73	55	45	36	27
мелкая	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Сельдь соленая тушка филе (мякоть)									
крупная	28	139	104	69	56	42	35	28	21
средняя	29	141	106	70	56	42	35	28	21
мелкая	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Сельдь сосвинская пряного посола неразделанная									
целиком без головы, с кожей и костями	15	118	88	59	47	35	29	24	18
филе (мякоть)	24	132	99	66	53	39	33	26	20
Семга соленая потрошеная (семужной резки) филе (мякоть)									
крупная	25	133	100	67	53	40	33	27	20
мелкая	29	141	106	70	56	42	35	28	21
Скумбрия атлантическая, дальневосточная слабо- и среднесоленая неразделанная									
филе (мякоть)	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Скумбрия атлантическая пряного посола неразделанная									
без головы и кожи, с костями	36	156	117	78	63	47	39	31	23
филе (мякоть)	44	179	134	89	71	54	45	36	27
Ставрида океаническая слабо- и среднесоленая обезглавленная									
филе (мякоть)	33	149	112	75	60	45	37	30	22
Хамса, килька, тюлька соленые и пряного посола (бочковые) неразделанные	10[2]	111	83	56	44	33	28	22	17
без головы и внутренностей	34	152	114	76	61	45	38	30	23
Рыба холодного копчения									
Вобла неразделанная без головы и кожи, с икрой и костями	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Горбуша с головой потрошеная									

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
без головы, с кожей и костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
без головы и кожи, с костями	35	154	115	77	62	46	38	31	23
филе (мякоть)	42	172	129	86	69	52	43	34	26
Жерех неразделанный									
без головы, с кожей и костями	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и кожи, с костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
филе (мякоть)	45	182	136	91	73	55	45	36	27
Лещ неразделанный без головы и кожи, с костями									
крупный	46	185	139	93	74	56	46	37	28
средний	48	192	144	96	77	58	48	38	29
мелкий	50	200	150	100	80	60	50	40	30
Лосось (кроме каспийского) и лох всех водоемов потрошеные с головой									
филе (мякоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Муксун неразделанный									
без головы, с кожей и костями	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и кожи, с костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Омуль неразделанный									
без головы, с кожей и костями	22	128	96	64	51	38	32	26	19
без головы и кожи, с костями	34	152	114	76	61	45	38	30	23
филе (мякоть)	48	192	144	96	77	58	48	38	29
Рыбец (кроме каспийского) неразделанный									
без головы, с кожей, костями и икрой									
крупный	30	143	107	71	57	43	36	29	21
мелкий	31	145	109	72	58	43	36	29	22
Сельдь неразделанная									
без головы и кожи, с костями									
крупная	30	143	107	71	57	43	36	29	21
средняя	35	154	115	77	62	46	38	31	23
мелкая	40	167	125	83	67	50	42	33	25
филе (мякоть)									
крупная	40	167	125	83	67	50	42	33	25
средняя	45	182	136	91	73	55	45	36	27
мелкая	50	200	150	100	80	60	50	40	30
Сиг неразделанный									
без головы, с кожей и костями	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и кожи, с костями	33	149	112	75	60	45	37	30	22

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Скумбрия дальневосточная, потрошеная, обезглавленная									
без кожи, с костями	13	115	86	57	46	34	29	23	17
филе (мякоть)	26	135	101	68	54	41	34	27	20
Скумбрия атлантическая неразделанная									
филе (мякоть)	47	189	142	94	75	57	47	38	28
Сом пласт обезглавленный									
филе (мякоть)	24	132	99	66	53	39	33	26	20
Ставрида океаническая обезглавленная									
филе (мякоть)	17	120	90	60	48	36	30	24	18
Ставрида океаническая неразделанная									
филе (мякоть)	49	196	147	98	78	59	49	39	29
Судак неразделанный									
без головы, с кожей и костями	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и кожи, с костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
филе (мякоть)	45	182	136	91	73	55	45	36	27
Усач неразделанный									
без головы, с кожей и костями	20	125	94	63	50	38	31	25	19
без головы и кожи, с костями	25	133	100	67	53	40	33	27	20
Чехонь (кроме Горьковского и Куйбышевского водохранилищ) и шемая аральская и каспийская (кроме азово-черноморской и азербайджанской) неразделанные									
без головы и кожи, с икрой и костями	42	172	129	86	69	52	43	34	26
без головы, кожи, икры, с костями	46	185	139	93	74	56	46	37	28
Балычные изделия									
Балычок морского окуня без кожи, с костями	15	118	88	59	47	35	29	24	18
Балычок сельди-черноспинки (с головой)									
без головы и кожи, с костями	23	130	97	65	52	39	32	26	19
филе (мякоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Боковник при разделке на мякоть									
белужий	14	116	87	58	47	35	29	23	17
осетровый	19	123	93	62	49	37	31	25	19
севрюжий	21	127	95	63	51	38	32	25	19

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Спинка при разделке на мякоть									
усача, нототении мраморной	28	139	104	69	56	42	35	28	21
белорыбицы и лосося балтийского	24	132	99	66	53	39	33	26	20
горбуши	25	133	100	67	53	40	33	27	20
лососей дальневосточных (кеты, чавычи, нерки)	26	135	101	68	54	41	34	27	20
муксуна, омуля, чира, нельмы	33	149	112	75	60	45	37	30	22
осетровая и севрюжья	23	130	97	65	52	39	32	26	19
Теша при разделке на мякоть									
белорыбицы, нельмы, лососей дальневосточных и лосося балтийского	24	132	99	66	53	39	33	26	20
белужья	18	122	91	61	49	37	30	24	18
горбуши	23	130	97	65	52	39	32	26	19
осетровая	19	123	93	62	49	37	31	25	19
севрюжья	17	120	90	60	48	36	30	24	18
Рыба горячего копчения									
Лещ неразделанный									
филе (мякоть)	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Окунь морской потрошеный обезглавленный									
филе (мякоть)									
крупный	25	133	100	67	53	40	33	27	20
мелкий	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Омуль неразделанный									
без головы, с кожей и костями	22	128	96	64	51	38	32	26	19
без головы и кожи, с костями	30	143	107	71	57	43	36	29	21
филе (мякоть)	40	167	125	83	67	50	42	33	25
Осетр потрошеный обезглавленный									
звено — мякоть	25	133	100	67	53	40	33	27	20
Рулет тресковый — мякоть	5	105	79	53	42	32	26	21	16
Севрюга потрошеная обезглавленная									
звено — мякоть	28	139	104	69	56	42	35	28	21
Сом (кроме океанического) потрошеный обезглавленный									
с кожей и костями	5	105	79	53	42	32	26	21	16
филе (мякоть)	30	143	107	71	57	43	36	29	21
Треска, пикша, сайда потрошеные обезглавленные									

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
с кожей и костями	5	105	79	53	42	32	26	21	16
филе (мякоть)									
крупная	35	154	115	77	62	46	38	31	23
мелкая	40	167	125	83	67	50	42	33	25
Угорь потрошеный с головой									
без головы и хвоста	15	118	88	59	47	35	29	24	18
филе (мякоть)	35	154	115	77	62	46	38	31	23
Рыба вяленая									
Вобла неразделанная без головы и кожи, с икрой	40	167	125	83	67	50	42	33	25
Усач потрошеный с головой									
без головы, с кожей	20	125	94	63	50	38	31	25	19
без головы и кожи	25	133	100	67	53	40	33	27	20
Рыботовары прочие									
Минога жареная промышленной выработки без головы и хвоста [5]	6	106	80	53	43	32	27	21	16
Рыбные пресервы (в банках)									
Килька, хамса, тюлька целиком	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и внутренностей	45	182	136	91	73	55	45	36	27
филе (мякоть)	55	222	167	111	89	67	56	44	33
Салака пряного посола целиком	25	133	100	67	53	40	33	27	20
без головы и внутренностей	55	222	167	111	89	67	56	44	33
Сардина марокканская пряного баночного посола									
без головы, внутренностей, с кожей и костями	41[4]	169	127	85	68	51	42	34	25
филе (мякоть)	50[4]	200	150	100	80	60	50	40	30
Пресервы в горчичном соусе									
порциями вместе с соусом	5	105	79	53	42	32	26	21	16
порциями без соуса (рольмопс)	20	125	94	63	50	38	31	25	19
Рыбные консервы									
Консервы в масле (корюшка, сардины, ряпушка, шпроты и др.)									
порциями	5	105	79	53	42	32	26	21	16

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Консервы натуральные (кроме лососевых дальневосточных натуральных и лососевых натуральных с пряностями) порциями	5	105	79	53	42	32	26	21	16
Лососевые дальневосточные натуральные порциями	3	103	77	52	41	31	26	21	15
Лососевые натуральные с пряностями порциями	3	103	77	52	41	31	26	21	15
Консервы в томатном соусе (бычки, осетровые, частик крупный, мелкий, треска и др) порциями	5	105	79	53	42	32	26	21	16
Скумбрия атлантическая в томатном соусе порциями	3	103	77	52	41	31	26	21	15

[1] При использовании сельди специального баночного посола следует дополнительно учитывать отходы на тузлук в размере 15% к массе брутто (вместе с рассолом)

[2] На переборку и промывку.

[3] Масса желе в норму отхода не включена, так как на нее дает скидку промышленность

[4] 41%, 50% — отходы и потери при разделке, отнесенные к массе сырья нетто, без учета тузлука

Наименование продуктов	Отходы и потери при холодной обработке, % к массе сырья брутто	Выход готового изделия, г						
		100	75	50	40	30	25	20
		Масса сырья брутто, г						
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Колбасные изделия								
Зельцы русский, деликатесный, красный, белый	2	102	77	51	41	31	26	20
Колбасы вареные баранья, белорусская, ветчинно-рубленая, говяжья, докторская, закусочная, краснодарская любительская,	3	103	77	52	41	31	26	21

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9
московская, отдельная, особая, свиная, столичная, тбилисская, телячья, чайная, чесночковая								
диетическая, молочная, новая, русская	2	102	77	51	41	31	26	20
русская (в натуральной оболочке)	2,5	103	77	51	41	31	26	21
Колбасы ливерные вареная, копченая, обыкновенная, яичная	5	105	79	53	42	32	26	21
Колбасы полукопченые и варено-копченые								
армавирская, таллинская	2	102	77	51	41	31	26	20
одесская	3	103	77	52	41	31	26	21
киевская, краковская, полтавская, свиная, семипалатинская, тбилисская, украинская и др	2,5	103	77	51	41	31	26	21
Колбасы сырокопченые брауншвейгская, деликатесная, любительская, московская, особенная, польская, свиная, советская, столичная, тамбовская, угличская, украинская, салями (финская)	2	102	77	51	41	31	26	20
Колбасы фаршированные глазированная, прессованная, слоеная, харьковская, экстра, языковая	3	103	77	52	41	31	26	21
Мясные хлебцы	1	101	76	51	40	30	25	20
Свинокопчености								
Ветчинная шейка и колбаса филейная	2,5	103	77	51	41	31	26	21
Грудинка копченая								
используемая в сыром виде (без шкуры и костей)	22	128	96	64	51	38	32	26
используемая в сыром виде (со шкурой, без костей)	8	109	82	54	43	33	27	22
используемая в вареном виде (со шкурой, без костей)	5[1]+8[2]	114	86	57	46	34	29	23

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9
используемая в вареном виде (без шкуры и костей)	5[1]+22[2]	135	101	67	54	40	34	27
Карбонат, буженина	1,5	102	76	51	41	30	25	20
Корейка копченая								
используемая в сыром виде (без шкуры, и костей)	20	125	94	63	50	38	31	25
используемая в сыром виде (со шкурой, без костей)	7	108	81	54	43	32	27	22
используемая в вареном виде (без шкуры и костей)	5[1]+20[2]	132	99	66	53	39	33	26
используемая в вареном виде (со шкурой, без костей)	5[1]+7[2]	113	85	57	45	34	28	23
Окорока сырокопченые (со шкурой и костями), используемые в сыром виде								
тамбовский	19	123	93	62	49	37	31	25
советский, сибирский	17	120	90	60	48	36	30	24
используемые в вареном виде								
воронежский, сибирский, советский, тамбовский, лопатка	15[1]+24[2]	155	116	77	62	46	39	31
Окорока копчено-вареные и вареные (со шкурой и костями)								
тамбовский, воронежский	24	132	99	66	53	39	33	26
Окорока копчено-вареные и вареные (без шкуры, с костями)								
тамбовский	20	125	94	63	50	38	31	25
Рулеты копчено-вареные (со шкурой и костями)								
ленинградский, ростовский	12	114	85	57	45	34	28	23
Рулеты вареные (со шкурой, без костей) ленинградский, ростовский	8	109	82	54	43	33	27	22
Шпик	4	104	78	52	42	31	26	21

[1] Потери при варке, отнесенные к массе сырокопченых продуктов

[2] Отходы и потери при разборке, отнесенные к массе вареных продуктов

Примечание К отходам и потерям при холодной обработке относятся: у колбасных изделий —оболочка, зачистка, у копченостей, окороков, рулетов, ветчины— шкура, кости с прилегающими сухожилиями, зачистка заветрившейся и подсохшей поверхностной корочки, у продуктов из говядины и свинины вареных (в оболочке) — оболочка Потери при порционировании всех гастрономических товаров включены в нормы отходов и потерь при холодной обработке

Продолжение

1	2	3	4	5	6	7	8	9
Продукты из говядины и свинины вареные (в оболочке)								
Ветчина в форме, ветчина в оболочке, говядина особая, ассорти в оболочке	2	102	77	51	41	31	26	20
Сыры (вых. готов. издел., г)	**100**	**75**	**50**	**30**	**25**	**20**	**15**	
алтайский, голландский, чеддер, горный алтай, швейцарский, эмментальский	8	109	82	54	33	27	22	16,5
брынза и другие рассольные сыры	4	104	78	52	31	26	21	15,5
волжский, рокфор, российский, советский, уголичский	6	106	80	53	32	27	21	16
копченые и плавленые сыры	4	104	78	52	31	26	21	15,5
костромской, пошехонский, прибалтийский, степной	4	104	78	52	31	26	21	15,5
латвийский	12	114	85	57	34	28	23	17
литовский	3,5	104	78	52	31	26	21	15,5
московский, ярославский	7	108	81	54	32	27	21,5	16
украинский	5	105	79	53	32	26	21	16

НОРМЫ ВЗАИМОЗАМЕНЯЕМОСТИ ПРОДУКТОВ ПРИ ПРИГОТОВЛЕНИИ БЛЮД

Таблица «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд» составлена исходя из требований, предъявляемых к качеству продуктов действующей нормативно-технической документацией, на основе норм взаимозаменяемости продуктов, действующих в системе общественного питания и пищевой промышленности, с учетом отходов и потерь при кулинарной обработке заменяемых продуктов

Так, например, замена молока коровьего пастеризованного цельного на молоко цельное сгущенное с сахаром произведена с таким расчетом, чтобы в определяемом количестве молока цельного сгущенного с сахаром содержалось жира, сахара и СОМО примерно столько же, сколько и в 1 кг коровьего пастеризованного цельного

Наименование продуктов	Эквивалентные количества продуктов, кг	Содержание					
		жира		сахара		СОМО	
		%	кг	%	кг	%	кг
Молоко коровье пастеризованное цельное	1,00	3,2	0,032	—	—	8,1	0,081
Молоко цельное сгущенное с сахаром	0,38	8,5	0,033	44	0,17	20,0	0,076

Таблица 26

Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд

№ п/п	Наименование заменяемых продуктов	Масса продуктов брутто, кг	Наименование заменяющих продуктов	Эквивалентная масса продуктов брутто, кг	Кулинарное использование
1	2	3	4	5	6
1	Яйца без скорлупы	1,00	Яичный порошок	0,28	В блюдах из яиц, запеканках, мучных изделиях, для панирования изделий, в сладких блюдах
2	То же	1,00	Яичный меланж мороженый	1,00	То же
3	Жиры животные топленые пищевые	1,00	Жир топленый сельскохозяйственной птицы	1,00	В блюдах и изделиях из сельскохозяйственной птицы, дичи и мяса
4	То же	1,00	Масло коровье топленое	1,02	В супах, соусах, мясных, рыбных, овощных блюдах, гарнирах и др.
5	То же	1,00	Маргарин столовый	1,22	То же
6	Шпик	1,00	Внутренний жир сельскохозяйственной птицы (куриный)	0,93	В блюдах из птицы и дичи и изделиях из рубленого мяса
7	То же	1,00	Масло коровье топленое	0,82	В супах, гарнирах, паштетах
8	То же	1,00	Маргарин столовый	0,98	В супах, гарнирах, паштетах
9	Масло коровье несоленое, вологодское	1,00	Масло крестьянское	1,13[1]	В кулинарных изделиях и блюдах (кроме заправки блюд при отпуске)
10	То же	1,00	Масло коровье любительское	1,06	То же
11	То же	1,00	Масло коровье соленое (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,02 кг)	1,00	В фаршах, блинах, оладьях
12	То же	1,00	Масло коровье топленое	0,84	В фаршах, блинах, оладьях и для заправки кулинарных изделий
13	То же	1,00	Жир топленый сельскохозяйственной птицы	0,83	В блюдах из птицы и дичи, бобовых, в рассыпчатых кашах
14	То же	1,00	Маргарин столовый	1,01[1]	В кашах, блюдах из птицы и дичи (кроме заправки блюд при отпуске)
15	Маргарин столовый	1,00	Маргарин безмолочный	1,00	В овощных, рыбных, мясных блюдах, мучных изделиях и др

Продолжение

1	2	3	4	5	6
16	Маргарин столовый	1,00	Масла растительные рафинированные	0,84	В рассыпчатых кашах, супах и блюдах из бобовых, в тесте для простых и столовых пирожков
17	Масло подсолнечное	1,00	Масло арахисовое, кукурузное, соевое, хлопковое, оливковое	1,00	В холодных блюдах, мучных изделиях, маринадах, блюдах из рыбы и др
18	Масло подсолнечное рафинированное	1,00	Масло подсолнечное нерафинированное	1,00	В маринадах, некоторых соусах, холодных, овощных, рыбных блюдах, мучных изделиях
19	Кулинарные жиры[2]	1,00	Пищевые топленые жиры (говяжий, свиной, бараний)	1,00	В блюдах из круп, мясных, рыбных, овощных и других блюдах
20	То же	1,00	Шпик	1,25	В супах, мясных, рыбных, овощных и других блюдах
21	То же	1,00	Масло коровье топленое	1,02	То же
22	То же	1,00	Маргарин столовый	1,22	В супах, мясных, рыбных, овощных и других блюдах
23	То же	1,00	Масло подсолнечное	1,00	В мясных, овощных, рыбных блюдах
24	Молоко коровье пастеризованное цельное	1,00	Молоко коровье пастеризованное нежирное (с увеличением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,04 кг)	1,00	В супах, соусах, блюдах из яиц, сладких блюдах, мучных изделиях, кашах
25	То же	1,00	Молоко коровье цельное сухое	0,12	В супах, соусах, блюдах из яиц, сладких блюдах, мучных изделиях, овощных блюдах, напитках и др.
26	Молоко коровье пастеризованное цельное	1,00	Молоко коровье обезжиренное сухое (с увеличением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,04 кг)	0,09	В супах, соусах, сладких блюдах, блюдах из яиц, мучных изделиях, кашах
27	То же	1,00	Сливки сухие (с уменьшением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,042 кг)	0,16	В молочных кашах и мучных кулинарных изделиях

Продолжение

1	2	3	4	5	6
28	Молоко коровье пастеризованное цельное	1,00	Молоко цельное сгущенное с сахаром (с уменьшением закладки в рецептуре сахара на 0,17 кг)	0,38	В сладких блюдах и напитках (кроме молочных коктейлей)
29	То же	1,00	Молоко сгущенное стерилизованное в банках	0,46	В супах, соусах, сладких блюдах, мучных изделиях и напитках (кроме молочных коктейлей) и др
30	То же	1,00	Сливки сгущенные с сахаром (с уменьшением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,07 кг и сахара на 0,18 кг)	0,48	В молочных кашах, мучных изделиях
31	Творог жирный (содержание жира не менее 18%)	1,00	Творог полужирный (содержание жира не менее 9%) — с увеличением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,12 кг)	0,88	В кулинарных изделиях и блюдах из творога
32	Творог полужирный (содержание жира не менее 9%)	1,00	Творог нежирный (с увеличением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,11 кг)	0,89	В кулинарных изделиях и блюдах из творога
33	То же	1,00	Масса творожная полужирная без наполнителей (с увеличением закладки в рецептуре масла коровьего несоленого на 0,03 кг и уменьшением закладки сахара на 0,16 кг)	0,97[3]	То же
34	Раки речные	1,00	Креветки	1,00	В холодных и вторых горячих блюдах из морепродуктов
35	Визига сырая	1,00	Визига вяленая	0,25	В супах и фаршах

Продолжение

1	2	3	4	5	6
36	Дрожжи хлебопекарные прессованные	1,00	Дрожжи хлебопекарные сухие	0,25	Для приготовления напитков, мучных изделий
37	Сухари панировочные пшеничные из муки 1-го сорта	1,00	Хлеб пшеничный из муки не ниже 1-го сорта	1,56	Для панирования кулинарных изделий
38	Сахар-песок	1,00	Рафинадная пудра	1,00	В сладких блюдах, запеканках, пудингах
39	Сахар-песок	1,00	Мед натуральный	1,25	В напитках, киселях, муссах, желе
40	Крахмал картофельный сухой (20%-ной влажности)	1,00	Крахмал картофельный сырец (50%-ной влажности)	1,60	В киселях, сладких супах
41	Крахмал картофельный	1,00	Крахмал кукурузный	1,50	В молочных киселях, желе
42	Картофель свежий продовольственный	1,00	Пюре картофельное сухое	0,25	В супах-пюре, блюдах из отварного протертого картофеля
43	Брюква столовая свежая	1,00	Кольраби свежая	1,22	В заправочных супах, гарнирах, блюдах из овощей
44	Горошек зеленый (консервы)	1,00	Горох овощной (лопатка) свежий	0,82	В холодных блюдах, супах, овощных блюдах, гарнирах
45	То же	1,00	Фасоль овощная (лопатка) свежая	0,82	То же
46	То же	1,00	Зеленый горошек свежий быстрозамороженный	0,71	То же
47	Маслины	1,00	Оливки	1,00	В холодных блюдах, блюдах из рыбы, солянках
48	То же	1,00	Каперсы	1,00	В солянках
49	Зелень укропа, петрушки, сельдерея свежая	1,00	Зелень укропа, петрушки, сельдерея веточками соленая (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,29 кг)	1,00	Для ароматизации бульонов, супов, соусов
50	То же	1,00	Зелень укропа, петрушки, сельдерея измельченная соленая (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,22 кг)	0,76	То же

Продолжение

1	2	3	4	5	6
51	Зелень укропа, петрушки, сельдерея свежая	1,00	Зелень укропа, петрушки, сельдерея веточками быстрозамороженная	0,76	Для ароматизации бульонов, супов, соусов
52	Щавель свежий	1,00	Пюре из щавеля (консервы)	0,40	В супах с использованием щавеля
53	Шпинат свежий	1,00	Пюре из шпината (консервы)	0,40	В супах с использованием шпината, овощных блюдах
54	Кабачки маринованные или консервированные (целые или резаные)	1,00	Патиссоны маринованные или консервированные (целые или резаные)	1,00	В холодных блюдах, гарнирах
55	Капуста белокочанная свежая	1,00	Капуста белокочанная сушеная	0,074	В супах
56	Капуста цветная свежая	1,00	Капуста цветная маринованная	0,85	В салатах, супах, овощных блюдах, гарнирах
57	Лук репчатый свежий	1,00	Лук зеленый свежий	1,05	В салатах
58	То же	1,00	Лук режчатый сушеный	0,14	В супах, соусах, тушеных блюдах
59	То же	1,00	Лук репчатый маринованный	1,53	В холодных закусках, гарнирах
60	То же	1,00	Лук репчатый пассерованный (30%-ной ужарки) быстрозамороженный (с уменьшением закладки в рецептуре маргарина на 0,08 кг)	0,63	В супах, соусах, фаршах
61	То же	1,00	Лук репчатый пассерованный (50%-ной ужарки) быстрозамороженный (с уменьшением закладки в рецептуре маргарина на 0,09 кг)	0,43	То же
62	Лук-порей свежий	1,00	Лук зеленый свежий	0,95	В супах, холодных блюдах, гарнирах, блюдах из овощей
63	Морковь столовая свежая	1,00	Морковь столовая сушеная	0,11	В супах, соусах, тушеных блюдах
64	То же	1,00	Морковь гарнирная (консервы)	1,40	В рецептурах, где используется морковь столовая свежая
65	То же	1,00	Морковь бланшированная быстрозамороженная	0,80	В рецептурах, где используется морковь столовая свежая

Продолжение

1	2	3	4	5	6
66	Морковь столовая свежая	1,00	Морковь пассерованная быстрозамороженная (с уменьшением закладки в рецептуре маргарина на 0,08 кг)	0,55	В супах, соусах, гарнирах
67	Огурцы соленые	1,00	Огурцы консервированные или маринованные	1,64	В салатах, винегретах, супах и соусах
68	Огурцы соленые или маринованные (масса нетто)	1,00	Помидоры соленые или маринованные (масса нетто)	1,00	В салатах, винегретах
69	Огурцы соленые	1,00	Патиссоны консервированные (целые, резаные)	1,73	В холодных блюдах, гарнирах
70	То же	1,00	Кабачки консервированные	1,67	То же
71	Пикули маринованные	1,00	Патиссоны маринованные	1,00	То же
72	Пастернак, петрушка, сельдерей корневые свежие	1,00	Белые коренья петрушки, сельдерея и пастернака сушеные	0,15	В супах, соусах, при тушении мяса, рыбы, овощей
73	Петрушка корневая свежая	1,00	Белые коренья петрушки пассерованные быстрозамороженные (с уменьшением закладки в рецептуре маргарина на 0,07 кг)	0,48	То же
74	Перец сладкий стручковый	1,00	Перец сладкий маринованный целый	1,53	В холодных, овощных блюдах, гарнирах
75	То же	1,00	Перец сладкий маринованный половинками	1,4	В холодных, овощных блюдах, гарнирах
76	Помидоры свежие	1,00	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12%	0,46	В супах, соусах и при тушении овощей
77	То же	1,00	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 15%	0,37	То же
78	То же	1,00	Сок томатный натуральный [4]	1,22	В супах, соусах и при тушении овощей
79	То же	1,00	Консервы Томаты натуральные целые (округлые плоды)	1,70	В холодных блюдах и гарнирах
80	То же	1,00	Консервы Томаты натуральные (сливовидные плоды)	1,42	То же

Продолжение

1	2	3	4	5	6
81	Репа столовая свежая	1,00	Брюква столовая свежая	0,96	В заправочных супах, гарнирах, блюдах из овощей
82	То же	1,00	Кольраби свежая	1,18	То же
83	Свекла столовая свежая	1,00	Свекла столовая сушеная	0,13	В борщах и свекольниках
84	То же	1,00	Свекла гарнирная или маринованная (консервы)	1,40	В блюдах, где используется свекла столовая свежая
85	То же	1,00	Свекла бланшированная быстрозамороженная	0,80	То же
86	Чеснок свежий	1,00	Приправа чесночная (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,25 кг)	1,04	В блюдах, где используется чеснок свежий
87	Грибы белые свежие	1,00	Шампиньоны свежие	1,07	В супах, соусах, вторых блюдах и фаршах
88	Шампиньоны свежие	1,00	Грибы белые сушеные	0,27	В супах, соусах, вторых блюдах и фаршах
89	То же	1,00	Шампиньоны консервированные	0,71	То же
90	Яблоки свежие	1,00	Яблоки целые, половинками, четвертушками (бланшированные в сахарном сиропе) быстрозамороженные	0,8/ 0,73[5]	В сладких блюдах
91	Ткемали свежие (алыча мелкоплодная)	1,00	Лаваш фруктовый	0,25	То же
92	Брусника свежая	1,00	Клюква свежая	1,00	В салатах из капусты и в сладких блюдах
93	Урюк	1,00	Курага, кайса	0,75	В пудингах, соусах, сладких блюдах
94	Виноград сушеный (изюм, сабза)	1,00	Цукаты, кайса, курага	1,00	То же
95	Ядро ореха миндаля сладкого	1,00	Ядро грецких орехов, фундука, арахиса	1,00	В сладких блюдах, пудингах
96	Повидло, джем	1,00	Мармелад фруктово-ягодный (резной)	0,84	В сладких блюдах
97	То же	1,00	Варенье без косточек	1,00	То же
98	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12%	1,00	Сок томатный натуральный	2,66	В супах, соусах и при тушении мяса, рыбы, овощей и т д
99	То же	1,00	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 15%	0,80	То же

Продолжение

1	2	3	4	5	6
100	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 12%	1,00	Томатное пюре с содержанием сухих веществ 20%	0,60	В супах, соусах и при тушении мяса, рыбы, овощей и т д.
101	То же	1,00	Томатная паста с содержанием сухих веществ 25—30%	0,40	То же
102	То же	1,00	Томатная паста с содержанием сухих веществ 35—40%	0,30	То же
103	То же	1,00	Томатная паста соленая с содержанием сухих веществ 27—32% (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,04 кг)	0,4	То же
104	То же	1,00	Томатная паста соленая с содержанием сухих веществ 37% (с уменьшением закладки соли в рецептуре на 0,03 кг)	0,3	То же
105	То же	1,00	Соус томатный острый	0,41	То же
106	Соус томатный острый	1,00	Соус Кубанский	1,00	То же
107	Соус Южный	1,00	Соусы Восток, Московский, Любительский, Столовый	1,00	В холодных блюдах, соусах, блюдах из рыбы, солянках
108	Острая ткемалевая подливка	1,00	Барбарис сушеный	0,05	В национальных блюдах
109	Анис	1,00	Тмин, бадьян	1,00	То же
110	Ванилин	1,00	Ванильный сахар	20,0	В сладких блюдах
111	То же	1,00	Ванильная эссенция	12,7	То же
112	Чай черный байховый нерасфасованный	1,00	Чай плиточный черный	1,00	В напитках
113	Кофе натуральный жареный	1,00	Кофе натуральный растворимый	0,35	То же
114	Мадера	1,00	Портвейн	1,00	В соусах
115	Уксус спиртовой натуральный пищевой 3%-ный	1,00	Уксус спиртовой натуральный пищевой 6%-ный	0,50	При заправке первых блюд, холодных блюд при изготовлении растворов уксуса, для маринадов
116	То же	1,00	Уксус спиртовой натуральный пищевой 9%-ный	0,33	То же

Окончание

1	2	3	4	5	6
117	Уксус спиртовой натуральный пищевой 3%-ный	1,00	Уксус спиртовой натуральный пищевой 12%-ный	0,25	При заправке первых блюд, холодных блюд, при изготовлении растворов уксуса, для маринадов
118	То же	1,00	Уксусная эссенция 80%-ная	0,04	То же
119	То же	1,00	Кислота лимонная пищевая	0,03	В блюдах и изделиях, где используется уксус
120	Кислота лимонная пищевая	1,00	Кислота винная пищевая	1,00	В блюдах и изделиях, где используется лимонная кислота
121	Желатин	1,00	Агароид	0,70	В сладких желированных блюдах

[1] При использовании жиров для заправки при отпуске блюд количества заменяемого и заменяющего жира одинаковы

[2] Кулинарные жиры Восточный и маргагуселин не применяют для жаренья рыбы, творожных и некоторых овощных блюд (котлет морковных, свекольных, запеканок).

[3] При использовании массы творожной с другим содержанием жира или сахарозы норму замены следует устанавливать на местах путем соответствующего пересчета

[4] Расчет нормы замены произведен в соответствии с ГОСТ 937—72

[5] Числитель — масса яблок при размораживании полуфабриката на воздухе, знаменатель — масса яблок при размораживании полуфабриката в сахарном сиропе

Сухое молоко. Для получения одного литра восстановленного молока берут (в зависимости от сорта) 110—130 г просеянного молочного порошка и 900 г кипяченой воды (60—70° С). При температуре воды выше 70° С белки молочного порошка свертываются и растворимость его снижается Чтобы предупредить образование комочков, просеянный порошок разводят в небольшом количестве теплой воды и тщательно перемешивают до получения однородной полужидкой массы, затем, помешивая, доливают остальную воду Для лучшего набухания белковых и жировых частиц разведенное молоко ставят на 30—40 мин в прохладное место

Сухие сливки разводят так же, как сухое молоко

Сушеные овощи. Морковь, свеклу и другие сушеные овощи перед использованием перебирают, промывают и заливают холодной водой для набухания (на 3—4 ч). При набухании овощи увеличиваются в объеме в 3—4 раза. Варят сушеные овощи в той же воде в течение 20—30 мин При изготовлении борща сушеные овощи (морковь, лук) после набухания можно спассеровать

Сухое картофельное пюре. В зависимости от назначения сухое картофельное пюре восстанавливают с большим или меньшим количеством жидкости Количество жидкости определяют, умножая количество картофельных гранул (или хлопьев), заменяющих свежий картофель в рецептурах блюд, на жидкостный коэффициент.

Наименование сухого картофельного пюре	Жидкостный коэффициент	
	для блюд жареных, запеченных, фаршей	для картофельного пюре (гарнира)
Картофельные хлопья	3	4
Картофельные гранулы	3	4

При восстановлении картофельных хлопьев в кипяченую воду, охлажденную до 80° С, или в смесь воды с молоком (согласно рецептуре) добавляют растопленное масло коровье несоленое или маргарин и соль Подготовленную смесь постепенно наливают в кастрюлю или сотейник с дном большого диаметра и одновременно при помешивании засыпают хлопья Кастрюлю (или сотейник) закрывают крышкой и выдерживают при 80° С в течение 3—5 мин до полного восстановления сухого картофельного пюре

Картофельные гранулы восстанавливают следующим образом в кастрюлю или сотейник с дном большого диаметра вливают воду или смесь воды с молоком, доводят до кипения, добавляют соль и растопленное масло коровье несоленое или маргарин В подготовленную смесь всыпают гранулы, доводят до кипения и варят, непрерывно помешивая, в течение 10—15 мин

Пряная зелень. Заготовку пряной зелени впрок следует производить в соответствии с ОСТ 18-109—73 «Полуфабрикаты для общественного питания Зелень, консервированная поваренной солью»

Таблица 27

Продолжительность тепловой обработки некоторых продуктов

Наименование продуктов	Вид обработки	Назначение	Средняя продолжительность тепловой обработки, ч, мин[1]
1	2	3	4
Говядина			
Боковой и наружный куски тазобедренной части (1,5—2 кг)	Варка	Вторые и холодные блюда	2 ч 30 мин — 3 ч
Плечевая и заплечная части, покромка, грудинка	»	Супы, вторые и холодные блюда	2 ч — 2 ч 30 мин
Фрикадельки	Варка в бульоне	Супы	10 мин
Тазобедренная часть, грудинка (1,5—2 кг)	Тушение	Вторые блюда	2 ч — 2 ч 30 мин
Мякоть тазобедренной и лопаточной частей, покромка (мелкие куски)	»	То же	1 ч — 1 ч 30 мин
Толстый край (целиком)	Жаренье	»	1 ч 40 мин
Тонкий край (целиком)	»	»	60 мин
Толстый и тонкий края (порционные куски)	»	»	10—15 мин

Продолжение

1	2	3	4
Толстый и тонкий края (порционные панированные изделия)	Жаренье	Вторые блюда	15—20 мин
Вырезка (целиком)	»	»	40 мин
Порционные куски из утолщенной части вырезки	»	»	15 мин
Порционные куски из средней части вырезки (филе)	»	»	25 мин
Порционные куски (50—80 г) из хвостовой части вырезки		»	8 мин
Вырезка кусочками массой 5—7 г	»	»	3—4 мин
Толстый и тонкие края, верхний и внутренний куски тазобедренной части кусочками массой 5—7 г	»	»	7—10 мин
Изделия из котлетной массы	»	»	8—10 мин
Баранина			
Мякоть тазобедренной и лопаточной частей, грудинка (1,5—2,5 кг)	Варка	Супы, вторые и холодные блюда	1 ч 30 мин — 2 ч
Те же части молодых животных (1,5—2,5 кг)	»	То же	1 ч — 1 ч 10 мин
Грудинка, корейка, мякоть тазобедренной и лопаточной частей (крупные куски)	Тушение	Вторые блюда	1 ч 30 мин — 2 ч
Те же части молодых животных (1,5—2,0 кг)	»	То же	30—40 мин
Грудинка, корейка, тазобедренная и лопаточная части (мелкие куски)	»	»	1 ч — 1 ч 30 мин
Тазобедренная и лопаточная части (мелкие куски)	Жаренье	»	15—20 мин
Мякоть тазобедренной и лопаточной частей, грудинка (1,5—2,5 кг)	»	Вторые и холодные блюда	1 ч 10 мин
Свинина			
Мякоть лопаточной части (целиком)	Варка	Супы, холодные и вторые блюда	1 ч 30 мин — 2 ч
Грудинка (целиком) натуральная)	»	То же	1 ч 30 мин — 2 ч

Продолжение

1	2	3	4
Грудинка (целиком) натуральная)	Жаренье	Холодные и вторые блюда	1 ч — 1 ч 10 мин
Грудинка (целиком) фаршированная	»	Вторые блюда	1 ч — 1 ч 30 мин
Тазобедренная часть (целиком)	»	То же	2 ч — 2 ч 30 мин
Куски тазобедренной части	»	»	50—60 мин
Корейка (целиком)	»	»	1 ч 30 мин
Мякоть лопаточной части (целиком)	»	»	1 ч 30 мин
Телятина			
Лопаточная часть (целиком)	Варка	Вторые и холодные блюда	1 ч 20 мин
Грудинка натуральная	»	Супы и вторые блюда	1 ч 30 мин
Грудинка натуральная	Жаренье	Вторые блюда	45 мин
Грудинка фаршированная	»	То же	50—60 мин
Тазобедренная часть (до 4 кг)	»	»	1 ч 50 мин
Куски тазобедренной части (1—1,5 кг)	»	»	40—50 мин
Лопаточная часть (рулет)	»	»	1 ч 20 мин
Субпродукты			
Почки говяжьи, телячьи	Варка	Первые и вторые блюда	1 ч 30 мин
Мозги говяжьи, телячьи	»	Вторые блюда	10—15 мин
Языки говяжьи (без горловины)	»	То же	2 ч — 2 ч 30 мин
Рубцы (желудки)	»	»	4—5 ч
Легкое	»	»	2 ч
Сердце	»	»	2 ч 15 мин — 2 ч 30 мин
Головы свиные	»	»	2 ч — 2 ч 30 мин
Ножки телячьи	»	»	3 ч 30 мин
Вымя говяжье	»	»	4 ч
Почки говяжьи отварные (ломтиками)	Жаренье	»	5—6 мин
Почки телячьи сырые (ломтиками)	»	»	3—5 мин
Мозги говяжьи, телячьи отварные, панированные в муке, льезоне и сухарях	Жаренье во фритюре	»	8—12 мин
Мозги говяжьи, телячьи отварные, панированные в муке	Жаренье	»	6—8 мин

Продолжение

1	2	3	4
Порционные куски говяжьей или свиной печени	Тушение	»	20—25 мин
Порционные куски говяжьей или свиной печени, панированные в муке	Жаренье	»	15—20 мин
Ножки телячьи отварные, панированные в муке, льезоне и сухарях	Жаренье во фритюре	»	15 мин
Мясокопчености			
Ветчина (окорок) сырокопченая (до 5 кг) [2]	Варка	Супы и вторые блюда	2 ч 30 мин — 3 ч
Грудинка свиная копченая	»	То же	2 ч — 2 ч 30 мин
Корейка свиная копченая	»	»	2 ч — 2 ч 30 мин
Птица			
Куры	Варка	Супы и вторые блюда	50—60 мин
Куры	»	То же	3—4 ч
Цыплята	»	»	20—30 мин
Бройлеры-цыплята	»	»	20—25 мин
Гуси	»	»	1—2 ч
Утки	»	»	1 ч — 1 ч 10 мин
Индейки	»	»	1 ч — 1 ч 30 мин
Куропатки, тетерева, рябчики	»	Холодные блюда	20—40 мин
Куры (филейная часть)	Припускание	Вторые блюда	12—15 мин
Бройлеры-цыплята (филейная часть)	То же	То же	12—15 мин
Куры	Жаренье	»	40—60 мин
Цыплята	»	»	20—30 мин
Бройлеры-цыплята	»	»	20—25 мин
Гуси	»	»	1 ч — 1 ч 30 мин
Утки	»	»	45—50 мин
Индейки	»	»	1 ч — 1 ч 15 мин
Куропатки и рябчики	Жаренье	Вторые блюда	20—25 мин
Куры (филейная часть)	»	То же	8—10 мин
Бройлеры-цыплята (филейная часть)	»	»	8—10 мин
Куры	Тушение сырых порционных кусков	»	50 мин
Цыплята	То же	»	35 мин
Бройлеры-цыплята	»	»	45 мин

Продолжение

1	2	3	4
Гуси	Тушение сырых порционных кусков	Вторые блюда	55 мин
Утки	То же	То же	55 мин
Индейки	»	»	60 мин
Куры	»	»	
Цыплята	То же	»	20 мин
Бройлеры-цыплята	»	»	15 мин
Гуси	»	»	15 мин
Утки	»	»	25 мин
Индейки	»	»	25 мин
Куры	»	»	25 мин
Цыплята	Жаренье во фритюре вареных порционных кусков	»	5—10 мин
Бройлеры-цыплята	То же	»	5—10 мин
Гуси	»	»	5—10 мин
Утки	»	»	5—10 мин
Индейки	»	»	5—10 мин
Изделия из котлетной массы	»	»	5—10 мин
	Жаренье	Вторые блюда (котлеты, биточки)	8—10 мин
Рыба			
Осетр (звеном)	Варка	Супы, вторые блюда	1 ч — 1 ч 30 мин
Севрюга (звеном)	»	То же	45—60 мин
Белуга (куском 2—3 кг)	»	»	2 ч — 2 ч 30 мин
Камбала-ерш северная, камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной), кабан-рыба, ледяная рыба, макрурус, минтай, карась океанический (непластованные, кусками)	»	Супы, холодные и вторые блюда	5—6 мин
Путассу (непластованный, кусками)	»	Супы, вторые блюда	5—6 мин
Скумбрия дальневосточная (непластованная, кусками)	»	Холодные и вторые блюда	6—7 мин
Белуга, севрюга, осетр (порционными кусками)	Припускание	Вторые блюда	10—15 мин
Кабан-рыба, камбала-ерш северная, камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной), камбала исландская, карась океа-	То же	Супы, холодные и вторые блюда	7—9 мин

Продолжение

1	2	3	4
нический, ледяная рыба, макрурус, минтай, (непластованные, кусками)			
Судак, лосось, сом, камбала, треска и др (порционными кусками)	Припускание	Вторые блюда	15—20 мин
Камбала-ерш северная, камбала (кроме азово-черноморской и дальневосточной), камбала исландская (непластованные, кусками)	»	То же	10—12 мин
Осетр (звеном)	Жаренье	»	40—45 мин
Севрюга (звеном)	»	»	30—40 мин
Белуга, севрюга, осетр (порционными кусками)	»	»	15—20 мин
Карась океанический, ледяная рыба, минтай (непластованные, кусками)	»	Холодные и вторые блюда	12—15 мин
Ставрида океаническая, красноперка дальневосточная (непластованные, кусками)	»	Вторые блюда	12—15 мин
Изделия из котлетной массы	»	То же	10—15 мин
Севрюга, осетр, белуга (порционными кусками)	Жаренье на вертеле (гриле)	»	10—15 мин
Судак, лосось, сом, камбала, треска и др (порционными кусками)	Жаренье во фритюре	»	8—11 мин
Морепродукты			
Кальмар мороженый разделанный (тушка) с кожицей или кальмар мороженый обезглавленный (филе) с кожицей	Варка	Вторые и холодные блюда	5 мин
Капуста морская (ламинария) сушеная пищевая)	»	Холодные блюда	2 ч
Капуста морская мороженая	»	То же	2 ч
Креветки сыромороженные неразделанные (целые)			

Продолжение

1	2	3	4
мелкие	Варка	Холодные и вторые блюда	5 мин
средние	»	То же	8 мин
крупные	»	»	10 мин
Креветки варено-мороженые неразделанные (целые)	»	»	3 мин
Лангу́сты сыромороженые разделанные (шейки в панцире)	»	»	15—20 мин
Филе морского гребешка мороженое	»	»	10—15 мин
Раки	»	»	12—15 мин
Клубнеплоды			
Картофель очищенный (целый)	Варка в воде	Вторые блюда, гарниры	30 мин
То же	Варка на пару	То же	45 мин
То же, молодой	Варка в воде	»	10—15 мин
Картофель неочищенный	То же	Холодные блюда, вторые блюда, гарниры	30 мин
Картофель, нарезанный брусочками, кубиками	Варка в бульоне, в воде	Супы	12—15 мин
Картофель, нарезанный кубиками	Варка в воде, молоке	Вторые блюда, гарниры	20 мин
Картофель, нарезанный брусочками	Жаренье	То же	15—20 мин
Картофель, нарезанный брусочками и соломкой	Жаренье во фритюре	»	5—10 мин
Корнеплоды			
Ботва свеклы	Варка в воде, бульоне	Супы	7—10 мин
Свекла неочищенная (в коже)	Варка в воде	Холодные блюда и гарниры	1 ч 30 мин
Свекла, нарезанная соломкой	Припускание	Борщи	30 мин
Свекла отварная	Тушение	Вторые блюда	15 мин
Морковь неочищенная (в коже)	Варка в воде	Салаты, гарниры	25 мин
Морковь, нарезанная ломтиками	Припускание	То же	15—20 мин

Продолжение

1	2	3	4
Морковь, нарезанная соломкой	Пассерование	Супы, вторые блюда, соусы	10—20 мин
Репа, нарезанная кубиками	Варка в воде	Гарниры	10—15 мин
Капустные овощи			
Капуста белокочанная ранняя (целыми кочанами)	Варка в воде	Вторые блюда	10—12 мин
Капуста белокочанная ранняя (крупными кусками)	То же	То же	10—15 мин
Капуста белокочанная свежая (шинкованная)	Тушение	Вторые блюда и гарниры	45 мин — 1 ч 30 мин
Капуста белокочанная	Жаренье	Фарши	20—30 мин
То же (целыми кочанами и крупными кусками)	Варка в воде	Вторые блюда	30—50 мин
То же (целыми кочанами *для голубцов*)	То же	То же	20—25 мин
То же белокочанная (шинкованная)	»	Супы	20—30 мин
Кольраби (полукружками)	»	Вторые блюда и гарниры	8—10 мин
Капуста цветная	»	То же	20 мин
Капуста брюссельская	»	»	12 мин
Салатно-шпинатные овощи			
Шпинат	Варка	Супы	8—10 мин
Щавель	»	»	5—7 мин
Шпинат, щавель	Припускание	Супы, вторые блюда	8—12 мин
Луковые овощи			
Лук-порей шинкованный	Пассерование	Супы	15—20 мин
Лук репчатый, мелко нашинкованный	То же	То же	10—15 мин
То же	»	Соусы	15—20 мин
Лук репчатый, нарезанный *кольцами*	Жаренье *во фритюре*	Гарниры	5—8 мин
Лук-севок нашинкованный	Пассерование	»	15—20 мин
Десертные овощи			
Ревень очищенный	Варка в воде	Компот, кисель, супы	5—10 мин

Продолжение

1	2	3	4
		Томатные овощи	
Перец сладкий свежий	Запекание	Вторые блюда	15—20 мин
		Плодовые овощи	
Тыква, нарезанная кубиками	Припускание	Вторые блюда	15—20 мин
Кабачки, нарезанные кубиками	»	Вторые блюда и гарниры	15—20 мин
		Бобовые овощи	
Горох овощной (лопатка) свежий	Варка	Супы	8—10 мин
Горох зеленый сушеный	»	Гарниры	1 ч 45 мин — 2 ч 15 мин
Фасоль овощная (лопатка) свежая	»	»	8—10 мин
		Деликатесные овощи	
Спаржа очищенная	Варка в воде	Вторые блюда и гарниры	20—30 мин
		Зерновые овощи	
Кукуруза (початками)	Варка	То же	1 ч — 1 ч 30 мин
		Грибы	
Белые свежие	Варка	Супы и вторые блюда	35—45 мин
Белые сушеные	»	То же и соусы	1 ч 30 мин — 2 ч
Белые свежие нашинкованные	Жаренье	Вторые блюда и гарниры	15—20 мин
Шампиньоны свежие	Варка	Супы и вторые блюда	20—25 мин
Шампиньоны свежие нашинкованные	Жаренье	Вторые блюда и гарниры	15—20 мин
Шампиньоны свежие	Припускание	Супы и вторые блюда	5—10 мин
		Изделия из теста	
Пирожки печеные из дрожжевого теста	Выпекание	—	8—10 мин
Пирожки печеные из пресного слоеного теста	»	—	20—25 мин

Окончание

1	2	3	4
Пирожки печеные сдобные из пресного теста	Выпекание	—	10—12 мин
Ватрушки	»	—	6—8 мин
Расстегаи	»	—	8—10 мин
Кулебяки	»	—	45—60 мин
Мясные изделия, запеченные в тесте	»	—	20—30 мин
Профитроли	»	—	30—35 мин
Волованы	»	—	25—30 мин

Примечания.

[1] Указанная продолжительность тепловой обработки различных продуктов является ориентировочной и может меняться в зависимости от ряда факторов: возраста убойного животного, помологического сорта плодов и овощей, используемого оборудования, объема приготовляемой партии и др Продолжительность варки дана с момента закипания

Приведенное время тушения различных изделий включает в себя как время собственного тушения, так и время предварительного обжаривания продукта.

[2] При варке окорока массой более 5 кг продолжительность варки увеличится из расчета 1 ч на каждый кг дополнительной массы Тепловую обработку продуктов производят при оптимальных температурных режимах греющей среды

1) для варки при атмосферном давлении (овощи, бобовые, крупы, макаронные и мучные изделия, мясо, птица, рыба, морепродукты, мясные кости) — 90—100° С,

2) для варки при избыточном давлении (свекла, бобовые, мясные кости для бульонов) — 110—119° С,

3) для припускания (картофель, морковь, кабачки и другие быстроразваривающиеся овощи, цыплята, филе птицы и дичи, рыба и некоторые морепродукты) — 100—102° С,

4) для тушения (картофель, морковь, свекла, капуста, рыба, морепродукты, мясо, птица) — 95—100° С;

5) для жаренья в небольшом количестве жира (картофель, овощи, мясо, птица, рыба, морепродукты, блины и блинчики) на открытой поверхности плит — 150—180° С, в жарочных шкафах — 150—280° С

Картофель, овощи и изделия из них (котлеты, зразы и др) жарят при температуре 150—160° С до появления поджаристой корочки и доводят до готовности в жарочном шкафу, разогретом до 250—280° С, рыбу обжаривают при температуре 160° С, обжаренную с обеих сторон рыбу дожаривают в жарочном шкафу, разогретом до 250° С, мясо обжаривают на плите до образования поджаристой корочки или ставят в жарочный шкаф, нагретый до температуры 200—250° С, и дожаривают мясо при температуре 150° С, птицу, дичь или кроликов обжаривают при температуре 150—160° С до образования корочки, затем доводят до полной готовности в жарочном шкафу, разогретом до 200—250° С,

6) для жаренья в грилях — 150—350° С,

7) для запекания после варки, припускания или жаренья (овощи, мясо, рыба, морепродукты, крупяные запеканки, макаронники и др) — 250—300° С,

8) для выпекания (различные изделия из теста) — 160—260° С

Таблица 28

Расход соли и специй при приготовлении блюд и изделий

Блюда	Соль, г	Наименование специй		
		перец молотый, г	перец горошком, г	лавровый лист, г
1	2	3	4	5
1. Холодные блюда (на 1 порцию)	2—3	0,02	0,05	0,01
2 Супы (на 1000 г) [1]	6—10	—	0,1	0,04
3. Блюда из овощей (варка) на 1 л воды	10	—	—	—
4 Блюда из круп (на 1 кг крупы)				
гречневая каша:				
рассыпчатая из ядрицы	21	—	—	—
вязкая	40	—	—	—
пшенная каша				
рассыпчатая	25	—	—	—
вязкая	40	—	—	—
рисовая каша				
рассыпчатая	28	—	—	—
вязкая	45	—	—	—
перловая каша				
рассыпчатая	30	—	—	—
вязкая	45	—	—	—
овсяная каша вязкая	40	—	—	—
манная каша вязкая	45	—	—	—
кукурузная каша				
рассыпчатая	30	—	—	—
вязкая	35	—	—	—
5. Блюда из бобовых (на 1 порцию отварных бобов)	3—4	—	—	—
6 Блюда из макаронных изделий (варка) на 1 кг изделий	30	—	—	—
7 Блюда из яиц (на 1 шт)	0,25	—	—	—
8 Блюда из творога (на 1 кг)	10	—	—	—
9 Блюда из рыбы и морепродуктов (на 1 порцию)	3	0,01	—	0,01
10 Блюда из мяса (на 1 порцию)	4	0,05		0,02
11 Блюда из сельскохозяйственной птицы (на 1 порцию)	3—5	0,05		0,02

[1] Норма закладки соли в молочных супах — 6 г С учетом национальных особенностей норма расхода соли и специй в блюда и изделия может быть изменена

ПЕРЕЧЕНЬ БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ, ПОМЕЩЕННЫХ В СБОРНИКЕ

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

Бутерброды

1 Бутерброд с морковью и сыром
2 Бутерброд пикантный
3 Бутерброд с творогом и изюмом
4 Ассорти рыбное на хлебе
5 Ассорти мясное на хлебе

Банкетные закуски

6. Канапе с сыром
7 Канапе с сыром и окороком
8 Канапе с бужениной и окороком
9. Канапе с паштетом
10 Канапе с икрой и севрюгой
11. Канапе с икрой, семгой и осетром
12 Канапе с паюсной икрой
13 Канапе с килькой и яйцом
14 Корзиночки с салатом
15 Корзиночки с паштетом
16. Корзиночки с языком или ветчиной
17. Корзиночки с крабами, креветками, кальмарами или морским гребешком
18. Волованы с салатом
19 Волованы с икрой
20 Волованы с курицей
21 Волованы с окороком
22 Волованы с семгой или кетой

Салаты и винегреты

23 Салат «Весна»
24 Салат из сырых овощей
25 Салат «Летний»
26 Салат витаминный (1-й вариант)
27 Салат витаминный (2-й вариант)
28 Салат из маринованной свеклы с яблоками
29 Салат из свеклы с сыром и чесноком
30 Салат из свеклы с черносливо орехами, чесноком
31 Салат сезонный
32 Салат из тыквы по-чувашски (чувашское национальное блюдо)
33 Салат из белокочанной капусты с яблоками и сельдереем
34 Салат из моркови с орехами и медом
35 Салат овощной с яблоками и сладким перцем
36 Салат из репы
37 Салат овощной с редькой и яблоками
38 Салат из редьки и картофеля по-кабардински (кабардинское национальное блюдо)
39 Салат картофельный с яблоками
40 Салат из картофеля с редькой и яблоками
41 Салат картофельный с грибами и брусникой (национальное блюдо республики Коми)
42 Салат картофельный с грибами и клюквой
43 Салат из шампиньонов
44 Салат из капусты с грибами
45 Салат «Петровский» грибной с квашеной капустой и огурцами
46 Салат по-деревенски
47 Салат рыбный
48 Салат «Ак-идель» (салат рыбный с рисом — башкирское национальное блюдо)
49 Салат из белокочанной капусты с сельдью и шпиком
50 Салат «Осенний» из свежих овощей с рыбой
51 Салат мясной
52 Салат по-коми-пермяцки (из квашеной капусты с мясом)
53 Салат «Острый» из картофеля с ветчиной и чесноком
54 Салат столичный
55 Салат из птицы или дичи
56 Салат-коктейль овощной
57 Салат-коктейль рыбный
58 Салат-коктейль с ветчиной и сыром
59 Салат-коктейль с курицей и фруктами

60 Винегрет овощной
61 Винегрет с сельдью
62 Винегрет из фруктов и овощей
63 Салат яичный
64 Яйца под майонезом с гарниром
65 Яйца фаршированные сельдью и луком
66 Сыр слоеный
67 Закуска из плавленного сыра с яйцом и майонезом
68 Сыр картофельный

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ И ГРИБОВ

69 Баклажаны тушеные с помидорами
70 Помидоры, фаршированные яйцом и луком
71 Помидоры, фаршированные грибами
72 Помидоры, фаршированные творогом
73 Икра баклажанная
74 Икра кабачковая
75 Икра свекольная или морковная
76 Икра овощная закусочная
77 Закуска свекольная с орехами
78. Острая закуска
79. Закуска овощная с чесноком (марийское национальное блюдо)
80 Маринованная капуста
81 Маринованная свекла
82 Грибы с квашеной капустой

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ, РЫБНЫХ ГАСТРОНОМИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ

83. Сельдь с гарниром
84 Сельдь рубленая
85 Рыба под майонезом
86 Рыба заливная с гарниром
87 Жареная рыба под маринадом
88 Галантин из рыбы
89 Сельдь по-московски с яблоками и луком
90 Сельдь рубленая с орехами
91 Форшмак картофельный с сельдью
92 Паштет рыбный
93 Строганина из рыбы (национальное блюдо народов Севера)

БЛЮДА ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ГАСТРОНОМИЧЕСКИХ ПРОДУКТОВ

94 Поросенок отварной с хреном
95 Филе птицы или дичи под майонезом
96 Заливное из птицы или дичи, или мясных продуктов в форме
97 Курица фаршированная (галантин) или поросенок фаршированный
98 Филе из кур или дичи фаршированное
99 Рулет мясной с черносливом
100 Закуска «Уральский рулет»
101 Рулет из курицы со свининой и черносливом
102 Корнетики с муссом ветчинным
103 Паштет из печени
104 Студень говяжий
105 Студень свиной
106 Студень из субпродуктов птицы
107 Холодец по-домашнему

СУПЫ

Горячие супы

108 Бульон костный

Заправочные супы

Борщи

109 Борщ
110 Борщ с капустой и картофелем
111 Борщ с черносливом и грибами
112 Борщ московский
113. Борщ сибирский
114 Фрикадельки мясные
115 Борщ летний (с ботвой свеклы)
116 Борщ украинский
117 Пампушки с чесноком
118 Борщ кубанский с кабачками

Щи

119 Щи из свежей капусты
120 Щи из свежей капусты с картофелем
121 Щи из щавеля
122 Щи из квашеной капусты
123 Щи суточные
124 Щи по-уральски (с крупой)
125 Щи томленые с гречневыми блинами
126 Щи боярские

Рассольники

127 Рассольник
128 Рассольник домашний
129 Рассольник ленинградский
130 Рассольник по-кубански

Супы картофельные, с овощами, крупой, бобовыми и макаронными изделиями

131 Суп картофельный
132 Суп из овощей
133 Суп картофельный со сладким перцем
134 Юшка картофельная с кабачками и помидорами
135 Суп картофельный с мясными фрикадельками
136 Суп картофельный с крупой
137 Суп полевой
138 Суп картофельный с бобовыми
139 Суп картофельный с макаронными изделиями
140 Суп картофельный с рыбными фрикадельками
141 Фрикадельки рыбные
142 Суп с рыбными варениками
143 Суп картофельный с грибами
144 Похлебка рыбная по-сибирски
145 Похлебка по-суворовски
146 Похлебка старомосковская
147 Похлебка грибная (карельское национальное блюдо)

Супы с макаронными изделиями, домашней лапшой, крупой и бобовыми

148 Суп с макаронными изделиями
149 Суп-лапша с помидорами по-казачьи
150 Хирмаса (суп из субпродуктов с лапшой домашней — бурятское национальное блюдо)
151 Суп-лапша домашняя
152 Суп-лапша грибная
153 Суп с крупой
154 Суп-харчо (грузинское национальное блюдо)
155 Шурпа в горшочке (дагестанское национальное блюдо)
156 Суп «Хинкал» (суп с мясом и ракушками — дагестанское национальное блюдо)

Солянки

157 Солянка сборная мясная
158 Солянка по-казански (солянка с черносливом — татарское национальное блюдо)
159 Солянка рыбная
160 Солянка грибная

Супы молочные

161 Суп молочный с макаронными изделиями
162 Суп молочный с крупой
163 Суп молочный с овощами
164 Суп молочный с грибами
165 Суп молочный с клецками

Супы-пюре

166 Суп-крем из тыквы
167 Суп-пюре из разных овощей
168 Суп-пюре из кабачков или тыквы
169 Суп-пюре из зеленого горошка
170 Суп-пюре из птицы
171 Суп-пюре из печени

Супы прозрачные

172 Бульон мясной прозрачный
173 Бульон из кур или индеек прозрачный
174 Лэпсытепх (бульон с жареными орешками из муки и зажаркой — адыгейское национальное блюдо)

Гарниры, пирожки, гренки к бульонам

175 Рис запеченый
176 Овощи
177 Омлет натуральный
178 Рыбный бульон (уха) с фрикадельками
179 Уха с расстегаями
180 Уха ростовская
181 Уха рыбацкая
182 Уха с перловой крупой
183 Уха ладожская с кнелями и расстегаями

Холодные супы

184 Хлебный квас
185 Окрошка мясная
186 Окрошка сборная мясная
187 Окрошка овощная
188 Суп из свекольной ботвы и щавеля
189 Суп из свежих помидоров
190 Суп овощной на отваре шиповника
191 *Борщ холодный*
192 Холодный борщ с редькой
193 Свекольник холодный
194 Щи зеленые с яйцом

Сладкие супы

195 Гарниры к сладким супам
196 Суп из плодов свежих
197 Суп из смеси сухофруктов
198 Суп из клюквы и яблок
199 Сладкий суп из черники с клецками

ГОРЯЧИЕ ВТОРЫЕ БЛЮДА

Отварные картофель и овощи

200 Картофель отварной с луком, или грибами, или луком с грибами
201 *Картофель в молоке*
202 Капуста отварная с маслом или соусом
203 Тыква отварная
204 Фасоль овощная отварная
205 Черемша с маслом (национальное блюдо народов Севера)

Картофель, овощи и грибы — припущенные и тушеные

206 Морковь с зеленым горошком в молочном соусе
207 Каша из тыквы
208 Овощи, припущенные в молочном или сметанном соусе
209 Цимес «Еврейский» (тушеные овощи)
210 Капуста тушеная
211 Капуста тушеная с грибами
212 Свекла тушеная в сметане или соусе
213 Свекла тушеная с яблоками
214 Морковь тушеная с рисом и черносливом
215 Рагу из овощей
216 Картофель, тушенный с грибами в сметане

Картофель, овощи и грибы жареные

217 Картофельные лепешки (национальное блюдо республики Коми)
218 Зразы картофельные
219 Крокеты картофельные
220 Крокеты из моркови с изюмом
221 Котлеты картофельные
222 Котлеты морковные
223 Котлеты свекольные
224 Котлеты капустные
225 Котлеты капустно-морковные
226 Котлеты из кабачков с творогом
227 Котлеты из овощей
228 Шницель из разных овощей в молочном соусе
229 Шницель из капусты
230 Блины из вареного картофеля
231 Блины из капусты
232 Блины из тыквы
233 Картофельные оладьи со свежей капустой
234 Картофельные оладьи с сыром
235 Оладьи из капусты с сыром
236 Помидоры, баклажаны и другие овощи жареные
237 Картофельный хворост
238. Грибы в сметанном соусе

Картофель, овощи и грибы запеченные

239 Картофельные котлеты, запеченные под соусом грибным или сметанным соусом
240 Картофель, запеченный в сметанном соусе
241 Картофель, запеченный со свининой
242 Рулет или запеканка с овощами или овощами и грибами
243 Запеканка капустная
244. Запеканка морковная с творогом и без творога
245 Солянка овощная
246 Голубцы овощные
247 Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом
248 Перец, фаршированный брынзой или сыром с яйцом (карачаево-черкесское национальное блюдо)
249 Перец, фаршированный овощами и рисом
250 Репа или кабачки, фаршированные овощами и рисом
251 Тыква, запеченная с фруктами, по-ижевски(удмуртское национальное блюдо)
252 Свекла, фаршированная творогом и изюмом
253 Репа, фаршированная грибами
254 Тыквенно-яблочная запеканка

БЛЮДА ИЗ КРУП

Каши

Рассыпчатые каши

255 Каша рассыпчатая
256 Каша рассыпчатая с луком, шпиком или яйцом

Вязкие каши

257 Каша вязкая
258 Каша вязкая с тыквой
259 Каша пуховая (гречневая на молоке с яйцами)
260 Каша *боярская* (*из пшена* с изюмом)
261 Каша «Янтарная» (из пшена с яблоками)

Жидкие каши

262 Каша жидкая

Изделия из каш

Крупеники, запеканки и пудинги

263 Крупеник
264 Запеканка рисовая, манная, пшенная, пшеничная
265 Запеканка рисовая с творогом
266 Запеканка со свежими плодами
267 Пудинг рисовый, манный, пшеный

Котлеты и биточки

268 Биточки или котлеты пшенные, пшеничные, перловые, ячневые
269 Биточки или котлеты манные, рисовые

БЛЮДА ИЗ БОБОВЫХ

270 Бобовые отварные
271 Бобовые с копченой грудинкой или корейкой
272 Бобовые в соусе

БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

273 Макаронные изделия отварные
274 Макароны с сыром, брынзой или творогом
275 Макароны с томатом
276 Макароны, запеченные с сыром
277 Макаронник
278 Лапшевник с творогом

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

279 Яичная кашка (натуральная)
280 Яичная кашка с овощами или грибами
281 Яичница глазунья (натуральная)
282 Яичница глазунья с овощами или грибами
283 Яичница глазунья с мясными продуктами
284. Омлет натуральный
285 Омлет с сыром
286 Омлет, смешанный с мясными продуктами
287. Омлет с яблоками
288 Драчена
289 Рулет яичный с морковью

БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА

290 Творожные шарики
291 Творог с орехами и чесноком
292 Вареники ленивые (полуфабрикат)
293 Вареники ленивые отварные
294 Сырники из творога
295 Сырники с морковью
296 Пудинг из творога, запеченный
297 Запеканка из творога
298 Орешки творожные по-российски
299 Творожники «Пряженые» (с морковью и сыром)

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ, МОРЕПРОДУКТОВ

Рыба отварная

300. Рыба (филе) отварная
301 Рыба (семейства осетровых) отварная
302 Рыба (непластованная кусками) отварная

Рыба припущенная

303 Рыба (филе) припущенная
304 Рыба (семейства осетровых) припущенная
305 Рыба (непластованная кусками) припущенная
306 Рыба припущенная с соусом белое вино
307 Рыба по-русски
308 Судак или щука фаршированные (целиком)

Рыба тушеная

309 Рыба, тушенная в томате с овощами

Рыба жареная

310 Рыба жареная
311. Рыба (семейства осетровых) жареная
312 Рыба, жаренная с луком по-ленинградски
313. Рыба, жаренная во фритюре
314 Рыба в тесте, жареная
315. Рыба по-волжски (рыба маринованная, жареная)
316 Грибочки калевальские (рыба, фаршированная яйцом, — карельское национальное блюдо)
317 Поджарка из рыбы
318 Зразы донские

Рыба запеченная

319 Рыба, запеченная с картофелем по-русски
320 Рыба, запеченная под молочным соусом
321 Рыба «Аппетитная» (рыба, запеченная с капустой и луком)
322 Рыба, запеченная в соусе с грибами
323 Солянка из рыбы на сковороде

Блюда из котлетной массы

324 Котлеты или биточки рыбные
325 Котлеты рыбные любительские
326 Котлеты рыбные с капустой и морковью
327 Котлеты рыбные с омлетом и сыром
328 Биточки рыбные, жаренные «фри»
329 Зразы рыбные с черносливом по-российски
330 Шницель рыбный натуральный
331 Тельное из рыбы
332 Тефтели рыбные
333 Запеканка из икры частиковых рыб (национальное блюдо народов Севера)
334 Рулет из рыбы

Блюда из морепродуктов

335 Маринованная морская капуста
336 Салат из картофеля с морской капустой и свеклой
337 Салат из овощей с капустой морской
338 Салат из белокочанной и морской капусты
339 Салат из белокочанной капусты с кальмарами
340 Салат из кальмаров с яблоками
341 Салат рыбный с морской капустой
342 Салат из морского гребешка с огурцами
343 Салат из креветок с рисом
344 Яйца, фаршированные креветками
345 Морской гребешок или креветки заливные
346 Морепродукты под майонезом
347 Суп картофельный с кальмарами
348 Суп пикантный с креветками
349 Морской гребешок отварной с соусом
350 Креветки с соусом
351 Филе морского гребешка, жаренное во фритюре
352 Креветки, запеченные под сметанным или молочным соусом
353 Биточки, котлеты из кальмаров и рыбы
354 Котлеты, биточки из рыбы и пасты «Океан»
355 Зразы картофельные с фаршем из пасты «Океан»
356 Фарш из пасты «Океан»

БЛЮДА ИЗ МЯСА И МЯСНЫХ ПРОДУКТОВ

Отварное мясо, субпродукты

357 Мясо отварное
358 Язык отварной с соусом
359 Вымя отварное в соусе
360 Котлеты натуральные паровые

Жареное мясо, субпродукты

361 Мясо, жаренное крупным куском
362 Мясо, жаренное крупным куском, шпигованное
363 Грудинка, фаршированная кашей
364 Говядина, фаршированная грибами
365 Свинина, жаренная в тесте
366 Рулет из говядины
367 Бифштекс
368 Бифштекс с яйцом
369 Бифштекс с луком
370 Филе
371 Филе с соусом
372 Филе с помидорами и соусом
373 Лангет
374 Антрекот
375 Бефстроганов
376 Поджарка
377 Шашлык из баранины, говядины или свинины
378 Котлеты натуральные
379 Эскалоп
380 Котлеты из свинины по-саранski (мордовское национальное блюдо)
381 Котлеты отбивные
382 Шницель
383 Ромштекс
384 Шашлык из говядины
385 Жал-баур (шашлык из печени — кабардино-балкарское национальное блюдо)
386 Печень, жаренная с жиром или луком
387 Печень по-строгановски
388 Почки жареные с помидорами или лимонным соком

389 Почки с грибами в соусе красном с вином

Тушеное мясо, субпродукты

390 Мясо тушеное
391 Мясо, тушенное с луком в горшочке
392 Мясо шпигованное
393 Зразы отбивные
394 Жаркое по-домашнему
395 Жаркое с грибами по-русски
396 Жаркое «Казань» (жаркое с черносливом — татарское национальное блюдо)
397 Жаркое из субпродуктов по-ингушски
398 Говядина в кисло-сладком соусе
399 Говядина, тушенная с луком, орехами и чесноком (адыгейское национальное блюдо)
400 Баранина с рисом и изюмом (еврейское национальное блюдо)
401 Гуляш
402 Азу
403 Плов
404 Рулет из баранины по-башкирски
405 Рагу из баранины или свинины
406 Сердце, легкие и другие субпродукты в соусе
407 Почки по-русски
408 Печень, тушенная в соусе
409 Печень по-деревенски (печень, запеченная в яйце, — татарское национальное блюдо)
410 Печень с грибами

Блюда из рубленого мяса

411 Бифштекс рубленый
412 Бифштекс рубленый с яйцом или луком
413 Шницель натуральный рубленый
414 Котлеты натуральные рубленые
415 Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом
416 Котлеты, биточки, шницели
417 Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски
418 Зразы рубленые
419 Рулетики мясные, фаршированные капустой, по-домашнему
420 Рулет с луком и яйцом
421 Рулет с макаронами или яйцом
422 Тефтели (1-й вариант)
423 Тефтели (2-й вариант)
424 Биточки паровые
425 Оладьи из печени
426 Биточки по-селянски (украинское национальное блюдо)
427 Котлеты полтавские (украинское национальное блюдо)
428 Люля-кебаб (азербайджанское национальное блюдо)
429 Палочки из оленины (национальное блюдо народов Севера)

Мясо запеченное

430 Запеканка картофельная или рулет картофельный с мясом или субпродуктами
431 Макаронник с мясом или субпродуктами
432 Солянка сборная мясная на сковороде
433 Говядина в луковом соусе запеченная
434 Баранина рубленая, запеченная в рулете (чувашское национальное блюдо)
435 Говядина, запеченная с макаронами
436 Мозги, запеченные на гренках
437 Кабачки, баклажаны, перец или помидоры, фаршированные мясом или рисом
438 Тулма (голубцы — татарское национальное блюдо)

БЛЮДА ИЗ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ ПТИЦЫ, ПЕРНАТОЙ ДИЧИ И КРОЛИКА

439 Птица, дичь или кролик отварные с гарниром
440 Птица или дичь под паровым соусом с грибами и рисом
441 Котлеты натуральные из филе птицы или дичи под соусом паровым с грибами
442 Сациви из курицы или индейки (птица в ореховом соусе — грузинское национальное блюдо)
443 Рагу из птицы, дичи, кролика или субпродуктов
444 Птица или кролик, тушенные в соусе
445 Цыплята, тушенные с морковью и репой
446 Жаркое из курицы по-русски
447 Филе индейки, фаршированное яблоками и черносливом
448 Жаркое из цыплят и субпродуктов кур
449 Плов из птицы, дичи или кролика
450 Птица или кролик жареные
451 Гусь, утка фаршированные
452 Утка, фаршированная картофелем и черносливом

453 Котлеты по-киевски
454 Котлеты натуральные из филе птицы, дичи или кролика с гарниром
455 Котлеты из филе птицы или дичи, панированные жареные
456 Птица, дичь или кролик по-столичному
457 Кролик по-любительски
458 Кролик в маринаде
459. Цыплята-табака (грузинское национальное блюдо)
460 Котлеты рубленые из птицы, дичи или кролика с гарниром
461. Биточки рубленые из птицы, дичи или кролика паровые под белым соусом с рисом
462 Котлеты рубленые из кур, кролика, запеченные с соусом молочным

ГАРНИРЫ

Гарниры для горячих блюд

463 Каша рассыпчатая
464 Каша вязкая
465 Рис отварной
466 Рис припущенный
467 Рис припущенный с томатом
468 Бобовые отварные
469 Макаронные изделия отварные
470 Картофель отварной
471 Картофель в молоке
472 Пюре картофельное
473 Картофель жареный (из вареного)
474 Картофель жареный (из сырого)
475 Картофель жаренный во фритюре
476 Крокеты картофельные
477 Овощи отварные с жиром
478 Овощи, припущенные с жиром
479 Овощи в молочном соусе (1-й вариант)
480 Морковь, тушенная в сметанном соусе
481 Морковь, тушенная с черносливом или яблоками
482 Капуста тушеная
483. Капуста жареная
484 Свекла тушеная
485 Свекла, тушенная в сметанном соусе
486 Рагу овощное (1-й вариант)
487 Рагу овощное (2-й вариант)
488 Лук маринованный
489 Лук, жареный во фритюре
490 Помидоры жареные
491 Тыква, кабачки, баклажаны жареные
492 Грибы в сметанном соусе
493 Яблоки печеные

Гарниры сложные

494—512 Варианты гарниров сложных (19 вариантов)

Гарниры для холодных блюд

513—522 Гарниры из овощей (10 вариантов)
Гарниры из овощей к сельди и отварной рыбе
523—526 Гарниры из овощей к сельди и отварной рыбе (4 варианта)

СОУСЫ

Соусы мясные красные

527. Бульон коричневый
528 Соус красный основной
529 Соус красный с вином
530 Соус луковый
531 Соус красный с луком и огурцами
532 Соус красный с кореньями (для тушеного мяса)
533 Соус красный с кореньями (для тефтелей)
534 Соус красный с луком и грибами (охотничий)
535 Соус красный кисло-сладкий

Соусы белые на мясном бульоне

536 Бульон
537 Соус белый основной
538 Соус паровой
539 Соус белый с яйцом
540 Соус томатный
541 Соус томатный с грибами

Соусы на бульоне рыбном

542 Бульон рыбный
543 Соус белый основной
544 Соус паровой
545. Соус белый (для запекания бы)
546 Соус — белое вино
547 Соус томатный
548 Соус томатный с овощами

Соусы молочные

549 Соус молочный (для подачи блюду)
550 Соус молочный (сладкий)

551 Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)
552 Соус молочный густой (для фарширования)

Соусы сметанные

553 Соус сметанный
554 Соус сметанный с томатом
555 Соус сметанный с томатом и луком
556 Соус сметанный с хреном

Соусы грибные

557 Соус грибной
558 Соус грибной с томатом

Соусы яично-масляные

559 Соус польский
560 Соус голландский
561 Соус сухарный

Смеси масляные

562. Масло зеленое или килечное, или селедочное
563 Паста сырная

Соусы холодные

564. Соус майонез
565 Соус майонез со сметаной
566. Соус майонез с желе (банкетный)
567 Соус майонез с корнеплодами
568 Соус майонез с хреном
569 Соус хрен
570 Маринад овощной с томатом
571. Маринад овощной без томата
572 Заправка для салатов
573. Заправка горчичная
574 Желе мясное или рыбное
575 Горчица столовая

Соусы сладкие и сиропы

576 Соус земляничный или малиновый, или вишневый
577 Соус абрикосовый
578 Соус клюквенный
579 Соус яблочный

СЛАДКИЕ БЛЮДА

Плоды и ягоды свежие и быстрозамороженные
580 Малина или земляника с молоком, сметаной или сливками
581 Чернослив со сливками или сметаной взбитыми
582 Яблоки или груши с сиропом
583 Изюм или чернослив, или курага в медовом желе (башкирское национальное блюдо)
584 Салат фруктовый со сметанным соусом

КОМПОТЫ

585 Компот из свежих плодов
586 Компот из яблок и слив или из яблок и алычи
587 Компот из плодов консервированных
588 Компот из смеси сухофруктов
589 Компот из свеклы

КИСЕЛИ

590 Кисель из плодов или ягод свежих
591 Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах
592 Кисель из клюквы (густой)
593 Кисель из яблок (густой)
594 Кисель молочный
595 Кисель молочный (густой)
596 Кисель морковный
597 Пинемень куслят (кисель овсяный — мордовское национальное блюдо)

ЖЕЛЕ, МУССЫ, САМБУКИ

598 Желе из плодов или ягод свежих
599 Желе из лимонов, апельсинов, мандаринов
600 Желе с плодами свежими и консервированными
601 Мусс клюквенный
602 Мусс лимонный
603 Желе из экстракта плодового или ягодного, или из сока плодового или ягодного натурального
604 Желе из сиропа плодового или ягодного
605 Желе из молока
606 Яблоки в желе
607 Десерт из сметаны «Радуга»
608 Мусс яблочный (на крупе манной)
609 Самбук яблочный или сливовый
610 Самбук абрикосовый

КРЕМЫ И ВЗБИТЫЕ СЛИВКИ

611 Крем ванильный, шоколадный, кофейный

612 Крем ванильный из сметаны
613 Крем ягодный
614 Сливки или сметана взбитые

СУФЛЕ, ПУДИНГИ, ГРЕНКИ И ДРУГИЕ СЛАДКИЕ БЛЮДА

615 Суфле ванильное, шоколадное, ореховое
616 Пудинг сухарный
617 Яблоки печеные
618 Яблоки, фаршированные морковью
619 Яблоки, фаршированные рисом и орехами
620 Яблоки, запеченные с творогом
621 Яблоки в тесте жареные
622 Яблоки в слойке
623 Шарлотка с яблоками
624 Десерт молочный (чувашское национальное блюдо)

МОРОЖЕНОЕ

625 Мороженое с плодами или ягодами консервированными
626 Мороженое «Сюрприз»

НАПИТКИ

ЧАЙ, КОФЕ, КАКАО, ШОКОЛАД, СБИТЕНЬ

627 Чай — заварка
628 Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом
629 Чай с лимоном
630 Чай с молоком или сливками
631 Ногайский чай (карачаево-черкесский национальный напиток)
632 Бурятский чай
633 Чай из душицы
634 Сбитень

Кофе

635 Кофе черный 1-ый вариант (для кофеварки типа «Экспресс»)
636 Кофе черный 2-ой вариант
637 Кофе на молоке
638 Кофе на молоке сгущенном
639 Кофе на молоке по-варшавски
640 Кофе по-восточному
641 Кофе черный с мороженым (глясее)

Какао и шоколад

642 Какао с молоком
643 Какао с молоком сгущенным

МОЛОКО, КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

644 Молоко кипяченое
645 Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка

ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЕ ПРОХЛАДИТЕЛЬНЫЕ НАПИТКИ

646 Напиток апельсиновый или лимонный
647 Напиток клюквенный
648 Напиток яблочный
649 Напиток из варенья
650 Напиток из сиропа
651 Напиток из кураги
652 Отвар из шиповника
653 Квас хлебный из экстракта
654 Напиток «Петровский»
655 Квас яблочный
656 Квас клюквенный

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Мучные блюда

657 Пельмени рыбные (полуфабрикат)
658 Пельмени рыбные, запеченные в горшочке
659 Тесто для пельменей
660 Пельмени «Московские»
661 Пельмени из говядины и свинины
662 Пельмени со свининой и свежей капустой
663 Пельмени мясные
664 Пельмени отварные
665 Пельмени по-мордовски
666 Пельмени старорусские с субпродуктами
667 Курзе с зеленью (пельмени с фаршем из зелени — дагестанское национальное блюдо)
668 Пельмени жареные
669 Пельмени, запеченные в сметане
670 Манты с бараниной (казахское национальное блюдо)
671 Тесто для вареников
672 Вареники с творожным, фруктовым или овощным фаршем
673 Грибные ушки
674 Блины
675 Блины со сладким соусом по-староелецки
676 Блины гречневые
677 Шульо мелна (блины овсяные — марийское национальное блюдо)

678. Блины кукурузные (чечено-ингушское национальное блюдо)
679 Блинчики-полуфабрикат (оболочка)
680 Блинчики с мясным, ливерным, творожным, яблочным фаршем, джемом, повидлом или вареньем
681 Тесто для оладий
682 Оладьи
683 Оладьи с изюмом
684 Оладьи с яблоками

Мучные кулинарные изделия

685 Тесто дрожжевое и тесто дрожжевое сдобное
686 Тесто слоеное, пресное для мучных изделий
687 Пирожки печеные из дрожжевого теста
688 Пирожки жареные из дрожжевого теста
689 Пирожки печеные из пресного слоеного теста
690 Пончики
691 Чебуреки
692 Береки (мучное изделие с мясом — калмыцкое национальное блюдо)
693 Шанежки наливные с яйцами
694 Беляши (казахское национальное блюдо)
695 Ватрушки
696 Расстегаи с мясом или рыбой
697 Расстегаи закусочные
698 Расстегаи московские
699 Кулебяки
700 Пироги закрытые
701 Колбасные, мясные изделия, запеченные в тесте

Мучные гарниры

702 Клецки
703 Лапша домашняя
704 Гренки из пшеничного хлеба
705 Гренки с сыром
706 Гренки острые
707 Профитроли
708 Волованы
709 Корзиночки (тарталетки) для закусок

ФАРШИ

710 Фарш мясной с луком
711 Фарш мясной с яйцом
712 Фарш мясной с рисом
713 Фарш мясной с рисом и яйцом
714 Фарш ливерный
715 Фарш ливерный с кашей
716 Фарш рыбный
717 Фарш рыбный с рисом
718 Фарш рыбный с рисом и визигой
719 Фарш из рыбы и картофеля
720 Фарш из рыбы и яиц
721 Фарш из рыбы и капусты
722. Фарш из картофеля и свинины
723 Фарш картофельный с грибами или луком
724 Фарш из свежей капусты
725 Фарш из квашеной капусты
726 Фарш морковный
727 Фарш морковный с яйцом
728 Фарш морковный с рисом
729 Фарш из зеленого лука с яйцом
730 Фарш грибной
731 Фарш рисовый с яйцом
732 Фарш рисовый с грибами
733 Фарш творожный (для блинчиков)
734 Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников)
735 Фарш яблочный

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр
Введение	3
Характеристики требований к блюдам и изделиям	5
I. Холодные блюда	6
Бутерброды	9
Банкетные закуски	13
Салаты и винегреты	33
Блюда из овощей и грибов	39
Блюда из рыбы, рыбных гастрономических продуктов	44
Блюда из мяса и мясных гастрономических продуктов	53
II. Супы	60
Заправочные супы	61
Борщи	67
Щи	71
Рассольники	74
Супы картофельные, с овощами, крупой, бобовыми и макаронными изделиями	83
Супы с макаронными изделиями, домашней лапшой, крупой и бобовыми	88
Солянки	92
Супы молочные	94
Супы-пюре	98
Супы прозрачные	100
Гарниры, пирожки, гренки к бульонам	105
Холодные супы	110
Сладкие супы	114
III. Горячие вторые блюда	116
Отварные картофель и овощи	119
Картофель, овощи и грибы припущенные и тушеные	125
Картофель, овощи и грибы жареные	137
Картофель, овощи и грибы запеченные	148
IV. Блюда из круп	148
Каши	155
Изделия из каш	160
V. Блюда из бобовых	161
VI. Блюда из макаронных изделий	164
VII. Блюда из яиц	170
VIII. Блюда из творога	176
IX. Блюда из рыбы, морепродуктов	176
Рыба отварная	179
Рыба припущенная	185
Рыба тушеная	187
Рыба жареная	194
Рыба запеченная	198
Блюда из котлетной массы	207
Блюда из морепродуктов	218
X. Блюда из мяса и мясных продуктов	218
Отварное мясо, субпродукты	221
Жареное мясо, субпродукты	238
Тушеное мясо, субпродукты	

Стр.

Блюда из рубленого мяса 251
Мясо запеченное 265

XI. Блюда из сельскохозяйственной птицы, пернатой дичи и кролика . 271

XII. Гарниры 288

Гарниры для горячих блюд 288
Гарниры для холодных блюд 301

XIII. Соусы 306

Соусы мясные красные 306
Соусы *белые на мясном бульоне* 311
Соусы молочные 316
Соусы сметанные 318
Соусы грибные 319
Соусы яично-масляные 320
Смеси масляные 322
Соусы холодные 323
Соусы *сладкие и сиропы* 327

XIV. Сладкие блюда 328

Плоды и ягоды свежие и быстрозамороженные 329
Компоты 331
Кисели 334
Желе, муссы, самбуки 337
Кремы и взбитые сливки 344
Суфле, пудинги и другие сладкие блюда 346
Мороженое 351

XV. Напитки 353

Чай, сбитень 353
Кофе 357
Какао 360
Молоко, кисломолочные продукты 360
Плодово-ягодные прохладительные напитки 361

XVI. Мучные изделия 364

Мучные блюда 366
Мучные кулинарные изделия 380
Мучные гарниры 390
Фарши 393

Приложения. 402

Таблица 5 «Кулинарное использование крупнокусковых полуфабрикатов» 404

Таблица 6 «Среднетушевые нормы отходов и потерь при холодной обработке мяса для предприятий общественного питания, работающих на сырье» 405

Таблица 7 «Содержание костей в отдельных полуфабрикатах» 406

Таблица 8 «Расчет расхода мяса, выхода полуфабрикатов и готовых изделий» 406

Таблица 9 «Полуфабрикаты из говядины, свинины, баранины, телятины и сельскохозяйственной птицы», «Расчет расхода сырья и выхода готовых изделий» 417

Стр

Таблица 10 «Субпродукты, колбасные изделия и свинокопчености» 421

Таблица 11 «Расчет расхода субпродуктов, колбасных изделий и свинокопченостей, выхода полуфабрикатов и готовых изделий» 423

Таблица 12 «Нормы выхода топленых жиров» 432

Таблица 13 «Нормы выхода тушки, отходов и пищевых обработанных субпродуктов при холодной обработке сельскохозяйственной птицы» 433

Таблица 14 «Нормы выхода тушки, отходов и пищевых обработанных субпродуктов при холодной обработке сельскохозяйственной птицы» 434

Таблица 15 «Нормы выхода мякоти при холодной обработке сельскохозяйственной птицы» . . 435

Таблица 16 «Структура пищевых обработанных субпродуктов тушек полупотрошенной птицы» . . . 435

Таблица 17 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из птицы сельскохозяйственной» 436

Таблица 18 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из пернатой дичи» 446

Таблица 19 «Нормы выхода тушки, отходов, мякоти и костей при холодной обработке тушек кроликов» . 449

Таблица 20 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из тушек кролика» . 449

Таблица 21 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с костным скелетом (всех семейств) при использовании сырья и рыбы специальной разделки» 452

Таблица 22 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с хрящевым скелетом (семейства осетровых) при использовании сырья и полуфабрикатов (рыба, разделанная на звенья)» . . 547

Таблица 23 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из морепродуктов» 556

Таблица 24 «Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий» 558

Таблица 25 «Расчет расхода сырья и выхода гастрономических изделий» 572

Таблица 26 «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении блюд» . . 583

Таблица 27 «Продолжительность тепловой обработки некоторых продуктов» . 592

Таблица 28 «Расход соли и специй при приготовлении блюд и изделий» . . 602

Редактор В С. Турчинова
Технический редактор В. П Кириллова
Корректор Н. А. Ильина

I часть

Сдано в набор 28 05 94 г Подписано в печать 21 06 94 г Формат 60x90/16 Объем 38,5 печ л
Бумага офсетная № 1 Печать офсетная Гарнитура «Times New Roman» Отпечатано с готового оригинал-макета в типографии 4-го филиала Воениздата Заказ № 7003

Дополнительный тираж 1000 экз отпечатан в 2006 г

Таблица 29

Нормы выхода крупнокусковых полуфабрикатов и котлетного мяса для предприятий общественного питания, работающих на сырье

(в % к массе мяса на костях)

Наименование полуфабрикатов	Упитанность	
	I категории	II категории
1	2	3
Из говядины		
Длиннейшая мышца спины		
спинная часть (толстый край)	1,7	2,1
поясничная часть (тонкий край)	1,6	1,7
Тазобедренная часть		
верхний кусок	2,0	2,3
внутренний кусок	4,5	4,8
боковой кусок	4,0	4,0
наружный кусок	6,1	5,5
Лопаточная часть		
плечевая	2,0	2,2
заплечная	2,5	2,6
Подлопаточная часть	2,0	1,7
Грудинка (мякоть)	2,8	2,5
Покромка[x)]	4,1	—
Котлетное мясо	40,3	41,1
Выход крупнокусковых полуфабрикатов и котлетного мяса	73,6	70,5
Кости	22,2	25,1
Сухожилия, хрящи	3,2	3,4
Технические зачистки и потери при разделке	0,5	0,5
Потери при хранении	0,4	0,4
Потери при нарезке	0,1	0,1
Итого	100,0	100,0

x) Покромка из говядины II категории относится к котлетному мясу

Наименование полуфабрикатов	Баранина		Телятина молочная
	Упитанность		
	I категории	II категории	I категории
1	2	3	4
Из баранины, козлятины и телятины			
Корейка с реберной костью	10,5	9,7	8,0
в том числе мякоть	9,0	7,4	5,5
Тазобедренная часть	17,0	17,8	17,0
Лопаточная часть	7,6	8 ,0	5,5

1	2	3	4
Грудинка с реберной костью	8,7	7,6	8,5
в том числе мякоть	6,7	5,4	6,0
Котлетное мясо	29,8	26,0	32,0
в том числе шейная часть (мякоть)	4,8	4,5	—
обрезки	25,0	21,5	—
Выход крупнокусковых полуфабрикатов, котлетного мяса (при разделке корейки и грудинки с реберной костью)	73,6	69,1	—
Выход крупнокусковых полуфабрикатов, котлетного мяса (при разделке корейки и грудинки без реберной кости)	70,1	64,6	66,0
Почки и околопочечный жир	1,4	1,6	—
Кости (при разделке корейки и грудинки с реберной костью)	22,3	25,8	—
Кости (при разделке корейки и грудинки без реберной кости)	25,8	30,3	—
Сухожилия, хрящи	1,6	2,4	—
Кости и сухожилия	—	—	33,0
Технические зачистки и потери при разделке	0,5	0,5	1,0
Потери при хранении	0,4	0,4	—
Потери при нарезке	0,2	0,2	—
Итого	100,0	100,0	100,0

Примечание При поступлении баранины и козлятины с ножками потери увеличиваются на 1,3%, выход котлетного мяса уменьшается на 1,3%

Наименование полуфабрикатов	II категории		III категории
	мясная	обрезная	жирная
1	2	3	4
Из свинины			
Вырезка	0,7	0,8	0,6
Корейка с реберной костью	10,3	11,2	8,5
в том числе мякоть	9,3	10,2	7,7
Тазобедренная часть	14,0	18,5	14,0
Лопаточная часть	6,5	10,1	7,6
Грудинка с реберной костью	9,2	10,3	7,8
в том числе мякоть	8,3	9,0	6,8
Шейная часть (мякоть)	4,0	5,6	4,2
Котлетное мясо	28,8	29,2	21,9
Выход крупнокусковых полуфабрикатов и котлетного мяса (при разделке корейки и грудинки с реберной костью)	73,5	85,7	64,6

1	2	3	4
Выход крупнокусковых полуфабрикатов и котлетного мяса (при разделке корейки и грудинки без реберной кости)	71,6	83,4	62,8
Шпик и обрезки шпика	13,6	—	24,4
Кости (при разделке корейки и грудинки с реберной костью)	11,5	13,0	9,8
Кости (при разделке корейки и грудинки без реберной кости)	13,4	15,3	11,6
Сухожилия и хрящи	0,6	0,5	0,4
Технические зачистки и потери при разделке	0,5	0,5	0,5
Потери при хранении	0,2	0,2	0,2
Потери при нарезке	0,1	0,1	0,1
Итого	100,0	100,0	100,0

Примечания 1 При разделке свинины в шкуре отход у мясной свинины увеличивается на 7,5%, у жирной — на 6%, за счет шкуры, которая используется для студней и желе При поступлении крупнорованной свинины выход шкуры составляет 3,3% к массе туши

2 Шпик (получающийся при разделке свиной туши) толщиной не менее 3,5 см можно засаливать и использовать при изготовлении холодных блюд Для засола каждую полоску шпика смачивают в рассоле, натирают солью и укладывают в ящики или чаны, на дно которых насыпают слой соли 1-1,5 см Солью пересыпают каждый ряд. Срок посола — 20 суток. При таком способе засола выход шпика — 98%. Для улучшения вкусовых качеств шпик рекомендуется натирать солью с добавлением чеснока. Расход соли на посол шпика — 8% от массы сырья