

РЕЦЕПТУРЫ - СОУСЫ

СОУС СМЕТАННЫЙ:**Номер рецептуры: 54-Соус-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
мука пшеничная высший сорт	2,5	2,5	0,3	0	1,6	7,6								
масло сливочное	2,5	2,5	0	1,6	0	14,5								
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	0								
вода	55	55	0	0	0	0								
Выход:		100	1,5	8,2	3,2	92,9								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	2,53	0,4	0,4	1,9	0,03	0	0,13	0,6
масло сливочное	0	0	6,75	0,03	0	0,3	0,62	0,5	0	0,7	0	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	8,8	0	0,1	0	0	0	1,2	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,04	38,9	0,03	0,08	24	51,3	40	4,3	29	0,12	5,7	0,33	7,6

Способ термической обработки: варка.**Технология приготовления:**

Муку подсушивают при температуре 110-120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов, растирают со сливочным маслом, вливают 1/4 горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшуюся воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения.

Белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса; консистенция - жидкой сметаны; цвет - белый с кремовым оттенком; вкус и запах - сметанный.

СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ;
Номер рецептуры: 54-2соус-2020 (от 7 до 11 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
мука пшеничная высший сорт	5	5	0,5	0,1	3,2	15,3								
лук репчатый	4,5	4	0,1	0	0,3	1,5								
петрушка (корень)	3,4	3	0	0	0,3	1,4								
масло сливочное	5	5	0	3,2	0,1	29,1								
лавровый лист	0,5	0,5	0	0	0,2	1,4								
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	0								
бульон	110	110	2,1	0,5	0,3	13,8								
Выход:		100	2,7	3,8	4,4	62,5								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,1	5,06	0,8	0,7	3,7	0,05	0,1	0,26	1,1
лук репчатый	0	0	0	0	0,16	0,1	5,81	1,1	0,5	2	0,03	0,1	0,02	1,2
петрушка (корень)	0	0	0,04	0	0,42	0,2	8,52	1,5	0,6	1,9	0,02	0	0	3,3
масло сливочное	0	0	13,5	0,07	0	0,6	1,25	1,1	0	1,3	0,01	0	0,04	0,1
лавровый лист	0	0	0,93	0	0,09	0,1	2,2	3,7	0,5	0,5	0,19	0	0,01	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	8,8	0	0,1	0	0	0	1,2	0	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0	14,5	0,07	0,67	9,9	22,8	8,2	2,3	9,5	0,3	1,4	0,33	5,8

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. В растопленное сливочное масло всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании до кремового цвета, не допуская пригорания.

В пассерованную муку, охлажденную до 60-70 градусов С, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают, до образования однородной массы, затем добавляют остывший бульон.

В соус добавляют нарезанные петрушку, лук и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, лавровый лист. Затем соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Готовый соус используют для приготовления производных соусов.

Если соус используют как самостоятельный, его заправляют кислотой лимонной (1 гр. на 1 литр) и маслом сливочным (70 гр. на 1 литр).

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса без комочков; консистенция - однородная, полужидкая, вязкая; цвет - от белого до светло-кремового; вкус - нежный, насыщенный; запах - запах продуктов, входящих в соус.

СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ;
Номер рецептуры: 54-3соус-2020 (от 7 до 11 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
томатное пюре	20	20	0,7	0	2,1	11,3								
морковь	10	8	0,1	0	0,5	2,5								
лук репчатый	4,5	4	0,1	0	0,3	1,5								
мука пшеничная высший сорт	5	5	0,5	0,1	3,2	15,3								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,5								
сахар-песок	2,5	2,5	0	0	2,3	9,1								
петрушка (корень)	2,3	2	0	0	0,2	0,9								
лавровый лист	0,02	0,02	0	0	0	0,1								
соль поваренная йодированная	0,03	0,03	0	0	0	0								
бульон	100	100	1,9	0,4	0,3	12,6								
Выход:		100	3,3	2,4	8,9	70,8								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
томатное пюре	0,01	0	24	0	2,08	1,5	111	3,5	8	12	0,35	0	0,12	0
морковь	0	0	96	0	0,16	1,3	13,3	1,9	2,6	3,8	0,05	0,4	0,01	4,4
лук репчатый	0	0	0	0	0,16	0,1	5,81	1,1	0,5	2	0,03	0,1	0,02	1,2
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,1	5,06	0,8	0,7	3,7	0,05	0,1	0,26	1,1
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,75	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,06	0	0	0	0,01	0	0	0
петрушка (корень)	0	0	0,02	0	0,28	0,1	5,68	1	0,4	1,3	0,01	0	0	2,2
лавровый лист	0	0	0,04	0	0	0	0,09	0,2	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	8,8	0	0,1	0	0	0	1,2	0	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0	128	0,04	2,68	12	142	9,2	12	24	0,52	1,8	0,44	9

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления: Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с петрушкой и морковью, припускают в небольшом количестве бульона мясного с добавлением масла сливочного в течении 10- 15 минут, затем вводят томат-пюре при слабом кипении припускают еще 10-15 минут.

Муку пшеничную просеивают и просушивают при температуре 150-160 градусов, периодически помешивая, до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают до температуры 70-80 градусов и разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и добавляют припущенные овощи и при слабом кипении варят в течении 45-60 минут. В конце варки добавляют соль, сахар, лист лавровый.

Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи и доводят до кипения.

Используют соус красный основной для приготовления производных соусов.

При использовании соуса красного основного как самостоятельного, его заправляют предварительно прокипяченным маслом сливочным, которое добавляют в соус, тщательно промешивают до полного соединения масла сливочного с соусом. Затем соус нагревают до температуры от 80 до 85 градусов, но не кипятят. Подают соус красный основной к мясным и рыбным блюдам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид - однородная масса; консистенция - жидкой сметаны, однородная, без комков муки; цвет: красноватый; вкус - нежный, насыщенный; запах - продуктов, входящих в соус.

СОУС СМЕТАННЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ;
Номер рецептуры: 54-4соус-2020 (от 7 до 11 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
сметана	100	100	2,4	13,2	3,3	141,7								
мука пшеничная высший сорт	5	5	0,5	0,1	3,2	15,3								
масло сливочное	5	5	0	3,2	0,1	29,1								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Выход:		100	2,9	16,5	6,6	186,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
сметана	0,02	0,08	64,2	0	0,16	30	96,3	77	7,8	52	0,17	9	0,35	14
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,1	5,06	0,8	0,7	3,7	0,05	0,1	0,26	1,1
масло сливочное	0	0	13,5	0,07	0	0,6	1,25	1,1	0	1,3	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
Выход:	0,03	0,08	77,7	0,07	0,16	119	103	80	8,6	57	0,24	21	0,65	15

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Для приготовления сметанного соуса подсушенную без изменения цвета муку, смешивают с маслом и небольшим количеством холодной сметаны, смесь разводят кипящей сметаной, варят 3 минуты, процеживают, добавляют соль и доводят до кипения повторно.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - консистенция густой сметаны, цвет белый, вкус сметанный.

СОУС МОЛОЧНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ;
Номер рецептуры: 54-5соус-2020 (от 7 до 11 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
молоко	100	100	2,7	2,2	4,4	48,2								
мука пшеничная высший сорт	8	8	0,8	0,1	5,1	24,4								
масло сливочное	8	8	0,1	5,1	0,1	46,6								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
Выход:		100	3,6	7,4	9,6	119,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
молоко	0,03	0,12	13,2	0	0,52	38	121	106	12	78	0,09	9	1,76	20
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,2	8,1	1,3	1,1	6	0,08	0,1	0,42	1,8
масло сливочное	0	0,01	21,6	0,1	0	0,9	1,99	1,7	0	2,1	0,01	0	0,07	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
Выход:	0,04	0,13	34,8	0,1	0,52	127	131	110	13	87	0,19	21	2,25	22

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Для приготовления молочного соуса – муку со сливочным маслом подсушивают, добавляют горячее молоко и варят при слабом кипении 7-10 минут, помешивая, процеживают, заправляют солью и еще раз доводят до кипения

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - консистенция жидкая без комочков, цвет белый, вкус молочный.

СОУС МОЛОЧНЫЙ БЕЗГЛУТЕНОВЫЙ;

Номер рецептуры: 54-6соус-2020 (от 7 до 11 лет) – для детей с целиакией

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
молоко	75	75	2	1,7	3,3	36,1								
масло сливочное	13	13	0,1	8,3	0,2	75,7								
мука рисовая	6	6	0,4	0	4,4	19,5								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
вода	15	15	0	0	0	0								
Выход:		100	2,5	10	7,9	131,3								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
молоко	0,02	0,09	9,9	0	0,39	29	90,9	79	9,1	59	0,07	6,8	1,32	15
масло сливочное	0	0,01	35,1	0,17	0	1,5	3,24	2,8	0	3,4	0,02	0	0,11	0,4
мука рисовая	0	0	0	0	0	1	2,49	1,1	1,6	6,2	0,07	0	0,8	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0,02	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,02	0,1	45	0,17	0,39	119	96,6	84	11	69	0,17	19	2,23	15

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Муку пассеруют на масле. Пассерованную муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 минут при слабом кипении. Затем добавляют соль, процеживают и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – однородная масса с гладкой поверхностью; цвет – от белого до светло-кремового; вкус – нежный, умеренно соленый; запах – кипяченого молока; консистенция – густая, вязкая.

СОУС ШОКОЛАДНЫЙ;

Номер рецептуры: 54-7соус-2020 (от 7 до 11 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
молоко сгущенное с сахаром	91	91	6,2	6,8	46	269,7								
какао-порошок	20	20	4,6	2,6	1,9	49,5								
сахар-песок	40	40	0	0	36,3	145,3								
вода	40	40	0	0	0	0								
ванилин	0,02	0,02	0	0	0	0,1								
Выход:		200	10,8	9,4	84,2	464,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
молоко сгущенное с сахаром	0,04	0,28	25,7	0	0,36	90	276	246	27	173	0,16	6,4	2,4	32
какао-порошок	0,01	0,03	0,36	0	0	2	250	23	74	114	3,83	0	0	49
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,3	1	0,7	0	0	0,1	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,05	0,31	26	0	0,36	92	527	269	101	287	4,09	6,4	2,4	81

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Какао смешивают с сахаром. Молоко сгущенное разводят горячей водой, нагревают до кипения и при непрерывном помешивании вливают смесь какао с сахаром, доводят до кипения, процеживают и охлаждают. В охлажденный соус вводят ванилин, растворенный в теплой воде (1:20). Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – однородная масса; консистенция - вязкая; цвет - светло-коричневый; вкус - сладкий, нежный; запах - сладкий, молочный, выраженный аромат ванили.

СИРОП ШОКОЛАДНЫЙ;**Номер рецептуры: 54-8соус-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
какао-порошок	11	11	2,5	1,5	1	27,2								
сахар-песок	52,5	52,5	0	0	47,7	190,7								
вода	50	50	0	0	0	0								
ванилин	0,05	0,05	0	0	0,1	0,2								
Выход:		100	2,5	1,5	48,7	218,1								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
какао-порошок	0,01	0,02	0,2	0	0	1,1	138	12	41	63	2,11	0	0	27
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,4	1,31	0,9	0	0	0,14	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0,01	0,02	0,2	0	0	1,5	139	13	41	63	2,24	0	0	27

Способ термической обработки: варка.**Технология приготовления:**

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.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – однородная масса; консистенция - жидкая; цвет - светло-коричневый; вкус - сладкий, нежный; запах - сладкий, молочный, выраженный аромат ванили.

СОУС КЛЮКВЕННЫЙ;**Номер рецептуры: 54-9соус-2020 (от 7 до 11 лет)**

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
клюква	10,7	10	0,05	0,02	0,34	1,7								
крахмал картофельный	3	3	0	0	2,13	8,6								
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3								
вода	90	90	0	0	0	0								
Выход:		100	0,05	0,02	11,5	46,6								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
клюква	0	0	0	0	0,6	0,1	9,88	1,2	1,3	1	0,05	0	0,01	1
крахмал картофельный	0	0	0	0	0	0,1	0,37	1,1	0	2	0	0	0	0
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Выход:	0	0	0	0	0,6	0,3	10,5	2,5	1,3	3	0,08	0	0,01	1

Технология приготовления: варка.

Клюкву перебирают, промывают, отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой и кипятят 5-8 минут, затем процеживают. В отвар добавляют сахар и доводят до кипения. Одновременно разводят крахмал холодной кипяченой водой или охлажденным ягодным отваром. В горячий ягодный сироп сразу вливают процеженный крахмал и, помешивая, доводят до кипения. После этого в него вливают ранее отжатый сок. Готовый соус охлаждают.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Цвет - красно-розовый; консистенция - жидкая, однородная; вкус - кисло-сладкий; запах - клюквы.

СОУС ВИШНЕВЫЙ

Номер рецептуры: 54-11соус-2020 (от 7 до 11 лет)

Пищевая продукция	Расход сырья, г		Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность								
	брутто	нетто	г	г	г	ккал								
вишня	53	50	0,4	0,1	4,8	21,6								
сахар-песок	50	50	0	0	45,4	181,6								
Выход:		100	0,4	0,1	50,2	203,2								
Пищевая продукция	Витамины (B1, B2, C - в мг; A - мкг рет.экв; D - мкг)					Минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)								
	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
вишня	0,01	0,01	5,1	0	3	7,6	106	16	11	13	0,22	1	0,04	6,5
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,4	1,24	0,9	0	0	0,13	0	0	0
Выход:	0,01	0,01	5,1	0	3	8	107	17	11	13	0,35	1	0,04	6,5

Способ термической обработки: варка.

Технология приготовления:

Вишню перебирают, промывают, удаляют косточки, пересыпают сахаром и оставляют в холодном месте на 2-3 часа для выделения сока, затем варят 15-20 мин. Готовый соус охлаждают. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция – однородная масса без пленки; цвет – вишневый; вкус – кисло-сладкий; запах – вишни.