# СБОРНИК РЕЦЕПТУР

## БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ

**ДЛЯ**
**ПРЕДПРИЯТИЙ**
**ОБЩЕСТВЕННОГО**
**ПИТАНИЯ**

ИЗДАТЕЛЬСТВО “ПРОФИКС”
Санкт-Петербург
2003 г.

**Составитель Л. Е. Голунова**

**Предлагаемая книга представляет собой сборник технологических нормативов, содержит более чем 850 рецептов** и является лучшей переработкой ранее изданных аналогичных сборников. С учетом структурных изменений сферы общественного питания и введения новых критериев в оценке отдельных показателей технологических режимов в Сборник внесены изменения и дополнения.

Сборник относится к технологическим нормативным документам наряду с действующими ГОСТами, ОСТами и другой технологической документацией и содержит единые требования к технологическим процессам, готовой продукции массового изготовления**, а также нормы расхода продовольственных товаров при приготовлении продукции на предприятиях общественного питания**.

**Сборник является обязательным для предприятий всех форм собственности, систем и ведомств**.

© ПрофиКС 2003.

| | 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, пассерованный лук и томатное пюре и варят до готовности. За 5 мин до окончания варки суп заправляют соусом ткемали, толченым чесноком, хмели-сунели, перцем, солью и зеленью.

## СОЛЯНКИ

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

### 174. Солянка сборная мясная

| | I | | II | | III | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО |
| 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 сардельки | 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 |
| 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.

### 175. Солянка по-казански (солянка с черносливом)

| | БРУТТО | НЕТТО |
|---|---|---|
| Конина* (лопаточная, подлопаточная части, | | |

| | | |
|---|---|---|
| грудинка, покромка) | 88 | 65/40** |
| Или говядина (лопаточная, подлопаточная части, грудинка, покромка) | 88 | 65/40** |
| Баранина (лопаточная части, грудинка) | 88 | 63/40** |
| Почки говяжьи | 97 | 83/40** |
| Или язык говяжий | 67 | 40*** |
| **Масса мясного набора** | — | 120 |
| Лук репчатый | 107 | 90 |
| Огурцы соленые | 117 | 70 |
| Чернослив | 53 | 80/60**** |
| 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 |

* Норма отходов и потерь при холодной и тепловой обработках определяются контрольными проработками.
** В числителе указана масса продуктов нетто, в знаменателе — масса отварных продуктов.
*** Масса отварного языка.
**** В числителе указана масса набухшего чернослива с косточкой, в знаменателе — масса набухшего чернослива без косточки.

Отварное 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 минут.

При отпуске в солянку кладут сметану. Можно отпускать с лимоном.

### 176. Солянка грибная

| | I | | II | | III | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО |
| 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 |
| 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.

### 177. Солянка домашняя

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 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 | 53 | 40 |
| Сосиски или сардельки | 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 | — | 40 |
| **Масса готовых сосисок или сарделек** | — | 40 | — | 40 | — | 40 |
| **Масса готовых почек** | — | 50 | — | 30 | — | — |
| Лук репчатый | 95 | 80 | 95 | 80 | 83 | 70 |
| Огурцы соленые | 100 | 60 | 100 | 60 | 100 | 60 |
| Картофель | 160 | 120 | 160 | 120 | 200 | 150 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Томатное пюре | 50 | 50 | 40 | 40 | 30 | 30 |
| Масло сливочное | 24 | 24 | 20 | 20 | 16 | 16 |
| Бульон | 700 | 700 | 750 | 750 | 750 | 750 |
| Выход | — | 1000 | — | 1000 | — | 1000 |
| Сметана | 60 | 60 | 50 | 50 | 20 | 20 |

В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, и варят почти до готовности.
Далее готовят и отпускают, как указано.
Для улучшения вкусовых качеств в солянку домашнюю можно добавить каперсы 20 г нетто на 1000 г солянки.

**178. Солянка сборная из субпродуктов**

| | I | | II | | III | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО |
| Язык говяжий | — | — | 84 | 84 | 67 | 67 |
| Почки говяжьи | — | — | 121 | 104 | 97 | 83 |
| Сердце | — | — | 98 | 83 | 59 | 50 |
| Вымя | — | — | 73 | 73 | 36 | 36 |
| **Масса готового языка** | — | — | — | 50 | — | 40 |
| **Масса готовых почек** | — | — | — | 50 | — | 40 |
| **Масса готового сердца** | — | — | — | 50 | — | 30 |
| **Масса готового вымени** | — | — | — | 40 | — | 20 |
| Лук репчатый | — | — | 107 | 90 | 107 | 90 |
| Огурцы соленые | — | — | 100 | 60 | 100 | 60 |
| Каперсы | — | — | 40 | 20 | 40 | 20 |
| Маслины | — | — | 40 | 40 | — | — |
| Томатное пюре | — | — | 40 | 40 | 20 | 20 |
| Масло сливочное | — | — | 20 | 20 | 16 | 16 |
| Бульон | — | — | 800 | 800 | 800 | 800 |
| Лимон | — | — | 13 | 8 | 10 | 6 |
| Выход | — | — | — | 1000 | — | 1000 |
| Сметана | — | — | 50 | 50 | 20 | 20 |

Солянку приготовляют обычным способом.
Язык можно заменить мясом или сердцем говяжьим на тот же выход.

**179. 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 приготовленные для солянки продукты (кроме оливок, маслин), куски рыбы и варят до готовности. В конце варки добавляют сваренную нарезанную головизну, наливают солянку, кладут маслины, кружочек лимона и посыпают мелко нарезанной зеленью.

**180. Солянка донская**

| | I | | II | | III | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО |
| Осетр | 374 | 185 | 248 | 123 | 175 | 86 |
| Головизна | 118 | 94 | 118 | 94 | 71 | 57 |
| **Масса готового осетра** | — | 150 | — | 100 | — | 70 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Масса готовой головизны** | — | 50 | — | 50 | — | 30 |
| Морковь | 50 | 40 | 50 | 40 | 50 | 40 |
| Петрушка (корень) | 40 | 30 | 40 | 30 | 40 | 30 |
| Лук репчатый | 83 | 70 | 83 | 70 | 83 | 70 |
| Огурцы соленые | 100 | 60 | 100 | 60 | 100 | 60 |
| Каперсы | 40 | 20 | 40 | 20 | 40 | 20 |
| Маслины | 50 | 50 | 40 | 40 | 30 | 30 |
| Помидоры свежие | 94 | 80 | 94 | 80 | 94 | 80 |
| Томатное пюре | 50 | 50 | 40 | 40 | 20 | 20 |
| Масло сливочное | 24 | 24 | 20 | 20 | 16 | 16 |
| Бульон рыбный | 700 | 700 | 700 | 700 | 700 | 700 |
| Лимон | 16 | 10 | 13 | 8 | 10 | 6 |
| Выход | — | 1000 | — | 1000 | — | 1000 |

Морковь и лук нарезают кружочками и пассеруют вместе с томатным пюре. При порционном приготовлении в кипящий бульон кладут подготовленные овощи, нарезанные ошпаренные порционные куски осетра, припущенные огурцы, каперсы и варят до готовности рыбы. За 5—10 мин до окончания варки кладут нарезанные кружочками свежие помидоры, специи.

Отпускают солянку так же, как солянку рыбную (рец. № 179).

При массовом приготовлении солянки куски рыбы предварительно отваривают и кладут в суп при отпуске.

## 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. 29 “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.

### 181. Суп молочный с макаронными изделиями

| | I | | II | | III | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО |
| Молоко | 800 | 800 | 700 | 700 | 500 | 500 |
| Вода | 120 | 120 | 220 | 220 | 420 | 420 |
| Макароны, лапша, лапша домашняя № 828, 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.

### 182. 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.

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| сливочное | | | | |
| Выход | — | 205 | — | 155 |

* Масса припущенной тыквы

Очищенную от кожицы и семян тыкву нарезают, припускают, протирают и смешивают с сырыми яйцами. Подготовленную массу выкладывают на сковороду, смазанную жиром, и запекают.

При отпуске поливают маргарином или маслом сливочным, посыпают зеленью.

**274. Картофельные котлеты, запеченные под соусом грибным или сметанным**

| | I и II | | III | |
|---|---|---|---|---|
| | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО |
| Котлеты картофельные № 239 | — | 150 | — | 200 |
| Соус №№ 590, 586 | — | 130 | — | 125 |
| Сыр | 5,4 | 5 | 5,4 | 5 |
| Маргарин столовый | 5 | 5 | 5 | 5 |
| **Масса полуфабриката** | — | 280 | — | 32 |
| **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.

**275. Солянка овощная**

| | I | | II | | III | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО |
| Капуста тушеная № 230 | — | 200 | — | 200 | — | 200 |
| Лук репчатый | 24/20* | 10 | 24/20* | 10 | 48/40* | 20 |
| Огурцы соленые | 68/41* | 35 | 68/41* | 35 | 68/41* | 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 |

* 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.

**276. Кабачки и цветная капуста, запеченные под соусом**

| | I | | II | | III | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО | БРУТТО | НЕТТО |
| 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 |