

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Каша рисовая, молочная

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Рис шлифованный	40 гр.				
2	Молоко	120 гр.				
3	Сахар	5 гр.				
4	Масло сливочное	5 гр.				
Выход:		200 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Кофе с молоком

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Растворимый кофе	4 гр.				
2	Молоко	90 гр.				
3	Сахар	20 гр.				
4						
Выход:		200 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Каша пшенная, молочная

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Крупа пшенная	40 гр.				
2	Молоко	120 гр.				
3	Масло сливочное	5 гр.				
4						
Выход:		200 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Какао

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Какао	4 гр.				
2	Молоко	90 гр.				
3	Сахар	20 гр.				
4						
Выход:		200 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Каша манная, молочная

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Крупа манная	25 гр.				
2	Молоко	100 гр.				
3	Сахар	10 гр.				
4	Масло сливочное	5 гр.				
Выход:		200 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Каша гречневая, молочная

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Крупа гречневая	35 гр.				
2	Молоко	120 гр.				
3	Масло сливочное	5 гр.				
4						
Выход:		250 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Каша жидкая рисовая, молочная с маслом и сахаром

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Рис шлифованный	35 гр.				
2	Молоко	120 гр.				
3	Сахар	5 гр.				
4	Масло сливочное	5 гр.				
Выход:		250 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Омлет натуральный

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Яйцо	2 шт.				
2	Молоко	30 гр.				
3	Масло растительное	10 гр.				
4						
Выход:		100 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Бутерброды с маслом и сыром

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Хлеб	20 гр.				
2	Масло сливочное	15 гр.				
3	Сыр	20 гр.				
4						
Выход:		55 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Чай с сахаром

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Чай	2 гр.				
2	Сахар	20 гр.				
3						
4						
Выход:		200 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Чай с сахаром и молоком

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Чай	2 гр.				
2	Молоко	80 гр.				
3	Сахар	20 гр.				
4						
Выход:		200 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Салат из свежих овощей

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Помидоры	35 гр.				
2	Огурцы	35 гр.				
3	Лук	3 гр.				
4	Масло растительное	3 гр.				
5	Зелень	3 гр.				
Выход:		50 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Суп гороховый со сметаной

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Картофель	100 гр.				
2	Горох	50 гр.				
3	Лук	15 гр.				
4	Масло растительное	5 гр.				
5	Морковь	15 гр.				
6	Зелень	3 гр.				
7	Сметана	10 гр.				
Выход:		350 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Рыба, припущенная с овощами

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Рыба	115 гр.				
2	Лук	15 гр.				
3	Морковь	15 гр.				
4	Масло растительное	15 гр.				
5	Зелень	3 гр.				
6	Томат	5 гр.				
Выход:		80/30 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Пюре картофельное

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Картофель	200 гр.				
2	Молоко	15 гр.				
3	Масло сливочное	5 гр.				
4						
Выход:		150 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Компот из сухофруктов

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Сухофрукты	20 гр.				
2	Лимонная кислота	1 гр.				
3	Сахар	20 гр.				
4						
Выход:		200 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Борщ со сметаной

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Картофель	35 гр.				
2	Капуста	40 гр.				
3	Свекла	65 гр.				
4	Морковь	16 гр.				
5	Зелень	3 гр.				
6	Лук	16 гр.				
7	Томат	12 гр.				
8	Сметана	10 гр.				
Выход:		350/10 гр.				

Примечание: При необходимости процент свеклы можно заменить, например капустой. 30 грамм свеклы и 70 грамм капусты

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Котлета мясная

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Мясо	120 гр.				
2	Хлеб	20 гр.				
3	Молоко	16 гр.				
4	Лук	15 гр.				
5	Масло растительное	20 гр.				
Выход:		80 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Макаронны отварные с подливой

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Макаронные изделия	50 гр.				
2	Масло сливочное	5 гр.				
Подлива						
1	Лук	15 гр				
2	Морковь	15 гр.				
3	Томат	3 гр.				
4	Масло растительное	3 гр.				
5	Зелень	3 гр.				
Выход:		150/ 50гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Суп с макаронами и сметаной

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Макаронные изделия	16 гр.				
2	Морковь	16 гр.				
3	Лук	16 гр.				
4	Картофель	90 гр.				
5	Масло растительное	4 гр.				
6	Зелень	3 гр.				
7	Сметана	10 гр.				
Выход:		350/10 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Плов

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Рис шлифованный	50 гр.				
2	Мясо	110 гр.				
3	Лук	15 гр.				
4	Морковь	15 гр.				
5	Масло растительное	7 гр.				
6	Зелень	3 гр.				
Выход:		150 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Салат свекольный

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Свекла	100 гр.				
2	Зелень	5 гр.				
3	Лук	10 гр.				
4	Масло растительное	5 гр.				
Выход:		75 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Куры отварные с макаронами и подливой

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Куры	170 гр.				
1	Макаронные изделия	50 гр.				
2	Масло сливочное	5 гр.				
1	Масло растительное	5 гр.				
2	Лук	20 гр.				
3	Морковь	20 гр.				
4	Зелень	3 гр.				
5	Томат	5 гр.				
Выход:		80/100/ 50 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Суп фасолевый со сметаной

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Фасоль	50 гр.				
2	Картофель	100 гр.				
3	Лук	20 гр.				
4	Морковь	20гр.				
5	Масло растительное	5 гр.				
6	Зелень	3 гр.				
7	Сметана	10 гр.				
Выход:		350/10 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Мясо тушеное с картофельным пюре

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Мясо	115 гр.				
2	Томат	10 гр.				
3	Лук	15 гр.				
4	Морковь	15 гр.				
5	Масло растительное	3 гр.				
6	Зелень	3 гр.				
1	Картофель	175 гр.				
2	Молоко	35 гр.				
3	Масло сливочное	5 гр.				
Выход:		80/150 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Биточки с гречкой и подливой

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Хлеб	20 гр.				
2	Мясо	120 гр.				
3	Лук	15 гр.				
4	Масло растительное	12 гр.				
1	Гречка	50 гр.				
1	Лук	20 гр.				
2	Морковь	20 гр.				
3	Масло растительное	3 гр.				
4	Зелень	3 гр.				
5	Томат	5 гр.				
Выход:		150 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Салат из свежей капусты

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Капуста	80 гр.				
2	Морковь	15 гр.				
3	Лук	10 гр.				
4	Масло растительное	5 гр.				
5	Зелень	3 гр.				
6						
Выход:		75 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Салат морковный со сметаной

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Морковь	100 гр.				
2	Сметана	10 гр.				
3	Зелень	5 гр.				
Выход:		80 гр.				

Калькуляционная карта на одну порцию

Наименования блюд:

Суп картофельный рисовый с фрикадельками

№	Наименование продуктов	Количество в граммах				
1	Картофель	100 гр.				
2	Лук	15 гр.				
3	Морковь	15 гр.				
4	Зелень	3 гр.				
5	Масло растительное	5 гр.				
6	Рис	30 гр.				
1	Мясо	100 гр.				
2	Лук	20 гр.				
Выход:		350 /75 гр.				