1) опара + форма

Розалия

Хлеб бездрожжевой на закваске

Наименование	Брутто-нетто, гр	На 1 порцию, гр	Себестоимость,руб
овсяная изюм курага		40 гр 4	1кг – 20,90
Мука пшеничная	120	27 штук	1кг. 47,25 р
Мука ржаная	120 | 120+80		
Мука цельнозерновая	120 | 120 стакан +		
Отруби	10/3 ч.л с горкой		150 гр. 10,40 рубл
Вода	750 мл		
Молоко			
~~Масло~~			
Кориандр 8 гр – 2 с горкой	2 ч.л цельн. 4 гр.		цельн. 20 – ~~1~~5
Тмин	2 гр 2ч.л. цельн.		30 – 20 рубл.
Семена льна	2ст.л.		100 – 50 рубл.
Масло растительное оливковое	25 гр.		1л – 8,90

цен

Ашан

Фран

крахм.

Соль 1ч.л с горкой 10

Сахар 20 (4ч.л б/г)

Выход: порций

80

20

230

4

70р.

1100

150р.

8.15

7,30- часа 3-4г.

Технология приготовления: 1 шаг, приготовление опары. Воду, молоко, половину всей муки смешать до консистенции густой сметаны, накрыть полотенцем, поставить в теплое место на 3-4 часа или на ночь.

+ отруби

2 шаг, отложить 150 гр. закваски (опары) в баночку и убрать в холодильник до следующей выпечки хлеба.

3 шаг, выпечка хлеба. В оставшуюся массу добавить другие ингредиенты, замесить тесто ложкой , выложить в смазанную форму, накрыть полотенцем. Поставить на 1 час в теплое место. Тесто должно подняться. Выпекать 45-60 минут при темп. 180 гр.

200

7)

Творожная запеканка

Наименование	Брутто-нетто, гр	На 1 порцию, гр	Себестоимость,руб
		по 50гр.	250 гр = 60,40
Творог	250	7 порций	
Сметана	35	по 50	450 гр 48,90 = 4р.
Сахар	35 1ст.л.		=15
Манная крупа	35		800 – 23,90р 1кг – 69,90руб.
Яблоки	150/100		100гр – 20руб черных
Изюм(вместо яблок)	или 100		
Масло топл.	2ч.л.		
	380		
Башан – 39,80 – 1кг			

35г НР
400 – 50

Выход: порций

Технология приготовления: смешать творог, сметану, сахар, манку, добавить яблоки, предварительно почищенные и порезанные на кубики ,или изюм. Выложить в форму, смазанную маслом и посыпанную манкой. Сверху положить масло с топленое. Выпекать 45-60 минут при темп. 180 гр.

если края формы

13.40

30 минут

Розалия

Пряники

Наименование	Брутто-нетто, гр	На 1 порцию, гр	Себесто-имость,руб
Мука ржаная	100		
Мука пшеничная	100		
Бананы	1 банане		1кг - 30руб
Сахар	100		
Масло сливочное	~~100~~ 50		
Разрыхлитель	пол пакетик даже чуть меньше		
Мускат .орех	1ч.л.		
Корица	1ч.л.		
Гвоздика	0,5ч.л.		
Имбирь	1ч.л.		

молотый душистый горошек 0,5ч.л.
черн. перчик щепотка
424 муки
34 грамм.

Выход: 10 порций по 40 грамм. = ⑪

Технология приготовления: муку двух видов растереть с маслом, добавить разрыхлитель, сахар , бананы , специи. Замесить тесто. Скатать шарики, обвалять их в сахарной пудре, Выложить на противень, приплюснув сверху. В середину положить «бабочку» 3) грецкого ореха. Выпекать при тем.200 гр. 20 минут.

пергаментная бумага для выпечки

1) сухофрукты.
2) изюм.

1/7 шеф Розалия

Каша пшенная с курагой

Наименование	Брутто-нетто, гр	На 1 порцию, гр
Пшено	100	1кг – 21,80р 9 порций
Масло сливочное	2ст. л.	180 – 78,40
Курага	100	200 – 69,89
Соль	0,5ч. л.	
Вода	700	
Молоко	200мл – стак	1л – 39,90
Сахар	без	
	~~1000~~	
	910	

по 100 гр

Вол

Выход: порций

Технология приготовления: пшено помыть, залить горячей водой, добавить курагу, предварительно порезанную на кусочки, соль, масло, сахар. Варить на медленном огне после закипания 20 минут, добавить молоко, поварить еще 5 минут.

Рассольник

В воду кипящую кладут крупу перловку 240гр, варят 15 мин, добавляют нарезанный кубиками картофель 1280гр и варят до полготовности. Добавляют лук 200гр, морковь 240гр и соленые огурцы 400гр, немного лаврового листа и варят еще мин 7-10 минут. За 5 мин до готовности кладут сметану 240гр.

Йогурт. пирог.

кпаси 1 шт активиа
2 баночки - муки пшени
1б. - сахар.
полбан - растит. масло
разрых - половину мог
ванилин - пол? л.

ягоды: брусники 1 ст
черника
яблоки
цукаты

Сетки.
Сково- смаз. слив. маслом
200° на 80 мин.

- тесто
- крем
- еур итать
- твор. печенье
- овсян печенье
- сырники

Макароны - Спагетти.

Кабачок
Морковь ! мелкая соломка

Перчик 1

Асафетида

Ю.м. ~~[illegible]~~ сок 300мл

закипело

макароны 150.

воды 150

базилик сухой

карри

Гарам-масала.

от Индиры

Лакор - отмор. кабачок капуста

Сырники

Юрлау аметист 2,78 + 3,52

Остатки 1650 за грамм

2500 работа

~~Бантики~~ макароны М

Розанки

Суп « Итальянский»

Наименование	Брутто-нетто, гр	На 1 порцию, гр	Себесто-имость,руб
Макароны	100 гр		Бантики 500 гр – 61,40р мелкие звезды 250 гр – 49,40р
Картошка	300 гр 250 гр		
Морковь	120 гр 100 гр		
Фасоль стручковая	100 гр		1кг – 83,90р.
Горошек зеленый	100гр		316 гр – 22,40
Перец болгарский Красный	100гр 90 гр		
Вода	2 л		
Соль	2,5 ч.л.		
Черный перец	1/2 ч.л.		
Асафетида	1/4 ч.л.		
Кориандр	1 ч.л.		
Базилик	1 ч.л.		
Зелень	10 гр		
Масло топленое	2 ст.л.		

Лавровый лист 2 листа

Макар. 2740 : 150 = 18,

Розалия

Печенье овся́ное с семечками

Наименование	Брутто-нетто, гр	На 1 порцию, гр	Себестоимость,руб
Мука	130 + 50		мука овсяная 800 — 49,40
Геркулес 120	целых 30 измельчит		
Масло сливочное	100 + 80 г 180		
Семечки подсолнечника	целиком 30 30 измельчать		
Семечки тыквы д/украшения	8		
Сахар	200		
Разрыхлитель	пол пачки		
чуть йогурта			

750 гр.

Выход: 20 где-то порций 25 грамм

Технология приготовления: часть геркулеса измельчить, остальную оставить в хлопьях, можно использовать овсяную муку вместо хлопьев. Часть семечек подсолнечника тоже измельчить. Замесить тесто(масло должно быть размягченным), раскатать слоем в 2 мм, вырезать круглые печенья, украсить семечками тыквы, выпекать при тем. 200 гр. 15 мин.

муку на противень

Суп Итальянский

Выход: порций

Технология приготовления: В воду положить картошку крупной соломкой, морковь и перец мелкой соломкой, фасоль, горошек, специи, соль, масло. Варить 10 минут. Добавить макароны, варить 3 мин. Добавить зелень.

Оладьи с яблоками

Наименование	Брутто-нетто, гр	На 1 порцию, гр	Себестоимость,руб
Мука	100		
Сметана или кефир	250		
Яблоки 3шт	185/150		
Масло растительное	50гр		
Сахар	1ст.л. с горкой		
Соль	1/4ч.л.		
Разрыхлитель	0,5 ч.л.		
Ванилин	На кончике ножа		

Выход: 8 порций по 60гр.

Технология приготовления: смешать сухие ингредиенты, добавить масло , сметану, нашинкованные соломкой яблоки. Смешать . Обжарить в масле с двух сторон под крышкой на среднем огне.

Второй завтрак – полдник

Розалия

Оладьи из кабачка

Наименование	Брутто-нетто, гр	На 1 порцию, гр	Себестоимость,руб
Кабачки	410/365		Яблко
« Яйца – адапт. + молоко Нутовая мука / + овсяная мука	50		1кг – 150руб
Асафетида	чуть		
Куркума	1/4		
Черный перец	1/4		
Соль	0,5ч.л.		
Масло растительное для поджаривания			
Зелень	8 штучек		

Выход: 8 порций по 43р.

Технология приготовления: кабачки натереть, добавить муку, специи, соль. Разогреть сковороду, полить масло, выложить ложкой масссу на сковороду, обжарить с двух сторон по 5 минут под крышкой.

средний огь

фиер

Розалия

Шарлотка

Наименование	Брутто-нетто, гр	На 1 порцию, гр	Себестоимость,руб
Мука пшеничная	260 гр. 2 стакана		
Манка	180 гр 1 стакан		
Кефир 1%	2 стакана		
✓ Масло сливочное можно на растительном	150 гр 180 г 200		
✓ Сахар	1 стакан		
✓ Разрыхлитель	18 гр		
Яблоки 5 с кожурой	[illegible]00/410		
ванил. сахар	1 пакетик 10 гр		
✓ ванил	чуть-чуть		

добавить

Клюква 0,5 стак → 120

Выход: 20 порций по 60 гр

Технология приготовления: Смешать сухие ингредиенты, добавить кефир, масло растопленное, нарезанные яблоки. Все перемешать, выложить в смазанную форму для выпекания. Выпекать при температуре 180 гр. 45 минут.

не смазывать противень.

11:20

Зелёный борщ – щавель

щавель в конце с укропом.

адыг сыр 100–150 гр.

карт. 3

морковка 1 потереть

масло

курицы кусок

специи: соль

чер. перец

кориандр

асафет.

со сметаной

Окрошка: картошка 2

огурец 2

адыг. сыр 1100гр. – мелко.

редиска

укропчик

кефир с пол. водой

соль

черн. перец

сметана

1 ложка ГХИ

~~кур~~

~~Б.~~

соль

черная

запах сероводорода

Бхати - рикма

греча + паста + замор. овощи,
специи: асафети
корианлр
кумин
карри - мягкий

асафет - ?

комбайн для овощей (Катя)

браун
блендер + комбайн

---

8) **Ласи - йогурт** домашний
и ряженки

кур - нута - сахар - масло
кляр овощи
покор

:1
1 часть йогурт

молоко - активиа
1 ч 35-40° + развела йогурт - ночь.

банан, клубника, черникой
йогурт
вода
сахар
мёд

190 / 130 йогурт
200
200
2 ч.л

блендером всё взбить

12 печенье

Розалия

Печенье «Курабье»

Наименование	Брутто-нетто, гр.	На 1 порцию,гр.
Мука	1ст=150гр.	
Масло сливочное	100	
Сахарная пудра	3ст. ложки 40гр,	250гр - 22,70
Джем		
Кабачки		1кг - 23,90
Томат Огурец		1кг 39,80 39,40

Выход: 12 порций

ложкой

Технология приготовления: масло взбить с сахарной пудрой, добавить муку, сделать однородное тесто, выложить на противень с помощью шприца, в серединку положить джем, выпекать 10-15 минут при температуре 220 градусов.

220

Гулаш

Виноградный & Розалия

Напиток «~~Глинтвейн~~» виногр. вино

Наименование	Брутто-нетто, гр	На 1 порцию, гр	Себесто-имость,руб
смородина Ягоды красные или черные или виноград «Изабелла»	300		
Вода	2л		
Сахар	200 гр.		
Имбирь	1ч.л.		
Мускатный орех	1ч.л.		
Гвоздика	10шт 1/4 ложки		
Корица	1ч.л.		
	2300		

Выход: 15 порций до 150 гр.

Технология приготовления: ягоды или виноград залить водой , добавить сахар, довести до кипения, добавить специи, варить 5 минут.

апельсин [illegible]
яблоко 1шт.

Мясо

эти 8 незам. - есть нут
бобовые

жив-е — белок едят траву

Морковь вымыть 50 на 16=800, очистить и натереть на крупной терке. Лимоны вымыть 80гр и натереть на мелкой терке. Яблоки вымыть 160гр, очистить и нарезать соломкой. Соединить яблоки, лимоны и морковь. Добавить сахар 160гр и растительное масло. Все тщательно перемешать.

Компот из сухофруктов

3 литра воды

1 стакан изюма

1 стакан урюка

200 гр. свежих яблок

4 дольки свежего лимона (без косточек)

1-1,5 стакан сахара.

Воду вскипятить. Добавить сахар и добавить фрукты. Как закипит варить на медленном огне 10 минут. Приятного аппетита.

Н)

Розалия

Напиток яблочный с корицей.

Наименование	Брутто-нетто, гр	На 1 порцию, гр
Яблоки с кожурой	300/200	1кг – 8 ст 69,90 10/150
Вода	1литр	
Корица	1ч. л.	40 – 20 руб
Сахар	30	корич 1кг – 69,00 обычн. 1кг – 33,80
	12,20 р.	

Выход: порций

Технология приготовления: вскипятить воду, добавить яблоки , корицу, сахар, довести до кипения, поварить 5 минут.

Суп фасолевый с зеленью.

Фасоль перебирают 560гр, моют, кладут в холодную воду (2,3л на 1кг) на 5-8 часов, а затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения, добавляют картофель 1120гр, нарезанный крупными кубиками, морковь 210гр и лук 210гр, нарезанные мелкими кубиками. Варят до готовности.

560 – х   х = 1,28л.
1000 – 2,3л.

Сырники

Наименование	Брутто-нетто, гр.	На 1 порцию,гр.	Себесто-имость,руб	Цена продукта, руб
Творог 9%-ный	250			
Манка	25			
Сахар	25			
Соль по вкусу				
Ванилин	Чуть-чуть			
Итого	10			
На 1 ребенка	1			

Выход: **10 порций по 25 гр** **увеличить на 2 все, тк по 2шт каждому!**

Технология приготовления:

Замесить тесто, скатать шарики, обвалять их в манке, приплюснуть, пожарить на масле на среднем огне с двух сторон под крышкой.