

## НОРМЫ ПОТЕРЬ МАССЫ ПРОДУКТОВ И БЛЮД ПРИ ХОЛОДНОЙ И ТЕПЛОВОЙ ОБРАБОТКЕ (%) <sup>4</sup>

| Продукты                            | Потери при холодной обработке, % | Блюда   | Потери при тепловой обработке, % |
|-------------------------------------|----------------------------------|---|----------------------------------|
| <b>МЯСО И МЯСОПРОДУКТЫ</b>          |                                  |   |                                  |
| <b>Говядина 1 кат.</b>              |                                  | <b>Отварная говядина:</b>                     |                                  |
| • вырезка                           | <b>15</b>                        | Варка крупным куском                          | <b>38</b>                        |
| • с костями                         | <b>26.4</b>                      | Варка мелкими кусками                         | <b>37</b>                        |
|                                     |                                  | <b>Бефстроганов:</b>                          |                                  |
|                                     |                                  | Тушение                                       | <b>20</b>                        |
|                                     |                                  | Запекание                                     | <b>10</b>                        |
|                                     |                                  | <b>Мясо тушеное</b>                           | <b>20</b>                        |
|                                     |                                  | <b>Гуляш из отварного мяса:</b>               |                                  |
|                                     |                                  | Варка   | <b>38</b>                        |
|                                     |                                  | Тушение                                       | <b>20</b>                        |
|                                     |                                  | <b>Запеканка картофельная с отв.мясом: 54</b> |                                  |
|                                     |                                  | Варка   | 38                               |
|                                     |                                  | Протираание                                   | 2-3                              |
|                                     |                                  | Запекание                                     | 14                               |
|                                     |                                  | <b>Котлеты (биточки) паровые</b>              | <b>12</b>                        |
|                                     |                                  | <b>Котлеты (биточки) жареные</b>              | <b>19</b>                        |
|                                     |                                  | <b>Котлеты (биточки) запеченые</b>            | <b>15</b>                        |
|                                     |                                  | <b>Пудинг из риса с мясом 54</b>              |                                  |
|                                     |                                  | Варка   | 38                               |
|                                     |                                  | Протираание                                   | 2-3                              |
|                                     |                                  | Запекание                                     | 14                               |
|                                     |                                  | <b>Суфле из отварного мяса паровое 48</b>     |                                  |
|                                     |                                  | Варка   | 38                               |
|                                     |                                  | Протираание                                   | 2-3                              |
|                                     |                                  | Варка суфле на пару                           | 8                                |
|                                     |                                  | <b>Фрикадельки мясные паровые</b>             | <b>15</b>                        |
|                                     |                                  | <b>Фрикадельки (кнели) отварные</b>           | <b>24</b>                        |
| <b>Сосиски, сардельки</b>           | <b>2.5</b>                       | <b>Отварные</b>                               |                                  |
| <b>Колбаса</b>                      | <b>3</b>                         |   | <b>0</b>                         |
| <b>ПТИЦА</b>                        |                                  |   |                                  |
| <b>Цыплята бройлеров 1 кат. п/п</b> | <b>26.1</b>                      | <b>Курица отварная ( тушкой)</b>              |                                  |
|                                     |                                  | Удаление спинной кости                        | <b>6</b>                         |
| <b>Куры 1 кат. п/п</b>              | <b>31.4</b>                      | <b>Порционирование</b>                        |                                  |
|                                     |                                  |   | <b>3</b>                         |
| <b>Куры 1 кат. потр.</b>            | <b>11.5</b>                      | <b>Котлеты ( биточки) паровые</b>             |                                  |
|                                     |                                  |   | <b>12</b>                        |
|                                     |                                  | <b>Суфле паровое из отварной курицы 42</b>    |                                  |
|                                     |                                  | Варка тушкой                                  | 28                               |
|                                     |                                  | Удаление костей                               | 6                                |
|                                     |                                  | Варка суфле на пару                           | 8                                |
| <b>ПЕЧЕНЬ</b>                       |                                  |   |                                  |
| <b>Печень говяжья</b>               | <b>17</b>                        | <b>Печень тушёная</b>                         |                                  |
|                                     |                                  |   | <b>32</b>                        |
|                                     |                                  | <b>Печень тушёная в соусе</b>                 |                                  |
|                                     |                                  |   | <b>20</b>                        |
|                                     |                                  | <b>Оладьи из говяжьей печени</b>              |                                  |
|                                     |                                  |   | <b>17</b>                        |
|                                     |                                  | Протираание                                   | 2                                |
|                                     |                                  | Жарение                                       | 15                               |

| <b>РЫБА</b>                                    |           |  |           |
|--|-----------|--|-----------|
| <b>Горбуша</b>                                 | <b>42</b> | <b>Рыба отварная</b>                               | <b>18</b> |
| <b>Минтай</b>                                  | <b>54</b> | <b>Рыба жареная</b>                                | <b>16</b> |
| <b>Осетр</b>                                   | <b>36</b> | <b>Суфле рыбное:</b>                               | <b>36</b> |
| <b>Пикша</b>                                   | <b>40</b> | Припускание  | 18        |
| <b>Хек</b>                                     | <b>43</b> | Протирание   | 3         |
| <b>Филе рыбы<br/>( размораживание)</b>         | <b>10</b> | Запекаение   | 15        |
|  |           | <b>Рыба запеченная в соусе</b>                     | <b>28</b> |
|  |           | припускание  | 18        |
|  |           | запекание  | 10        |
|  |           | <b>Раба тушеная в маринаде:</b>                    | <b>38</b> |
|  |           | припускание  | 18        |
|  |           | тушение  | 20        |
|  |           | <b>Котлеты ( биточки)</b>                          | <b>15</b> |
|  |           | <b>Суфле из отварной рыбы</b>                      | <b>18</b> |
| <b>Кнели рыбные</b>                            | <b>18</b> |  |           |
| <b>МОЛОКО И МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ</b>              |           |  |           |
| <b>Молоко</b>                                  | <b>-</b>  | <b>Молоко кипячёное</b>                            | <b>5</b>  |
| <b>Творог</b>                                  | <b>1</b>  | <b>Творожное суфле, пудинг</b>                     | <b>10</b> |
| <b>Кефир, снежок,<br/>ряженка... ( разлив)</b> | <b>3</b>  | <b>Творожнаязапеканка</b>                          | <b>15</b> |
|  |           | <b>Сырники запечёные</b>                           | <b>15</b> |
| <b>Сметана (порцион)</b>                       | <b>1</b>  | <b>Вареники ленивые</b>                            | <b>9</b>  |
| <b>Яйцо</b>                                    | <b>12</b> | <b>Омлет паровой</b>                               | <b>8</b>  |
|  |           | <b>Омлет запеченый</b>                             | <b>12</b> |
| <b>ОВОЩИ</b>                                   |           |  |           |
|  |           | <b>Овощи тушеные под<br/>мол.соусом</b>            | <b>7</b>  |
|  |           | <b>Рагу из овощей</b>                              | <b>10</b> |
| <b>Картофель</b>                               |           | <b><i>Блюда из картофеля:</i></b>                  |           |
| С 01.09 по 31.10                               | <b>25</b> | <b>Рагу с тушеным картофелем</b>                   | <b>17</b> |
| С 31.10 по 31.12                               | <b>30</b> | <b>Картофель отварной</b>                          | <b>6</b>  |
| С 31.12 по 28.02                               | <b>35</b> | <b>Картофель запеченный в<br/>мол.соусе</b>        | <b>10</b> |
| С 20.02 по 01.09                               | <b>40</b> | <b>Картофельное пюре</b>                           | <b>8</b>  |
|  |           | <b>Котлеты, зразы картофельные</b>                 | <b>17</b> |
|  |           | <b>Запеканка картофельная,<br/>рулет</b>           | <b>17</b> |
| <b>Капуста</b>                                 |           | <b><i>Блюда из капусты:</i></b>                    |           |
|  | <b>20</b> | <b>Капуста отварная куском</b>                     | <b>8</b>  |
|  |           | <b>Капуста жареная для фарша</b>                   | <b>25</b> |
|  |           | <b>Капуста тушеная</b>                             | <b>21</b> |
|  |           | <b>Капуста отварная .запеченая в<br/>мол.соусе</b> | <b>23</b> |
|  |           | <b>Капуста тушеная в молоке</b>                    | <b>13</b> |
|  |           | <b>Котлеты капустные</b>                           | <b>25</b> |
|  |           | припускание  | 10        |
|  |           | запекание  | 15        |
|  |           | <b>Голубцы фаршированные<br/>овощами и рисом</b>   | <b>49</b> |
|  |           | варка  | 8         |
|  |           | запекание  | 22        |
|  |           | тушение  | 19        |

|                                    |           |   |            |
|------------------------------------|-----------|---|------------|
| <b>Капуста цветная</b>             | <b>48</b> | Капуста цветная тушёная                     | <b>21</b>  |
|                                    |           | Капуста цветная запеченная в молочном соусе | <b>26</b>  |
| <b>Блюда из моркови:</b>           |           |   |            |
| <b>Морковь</b><br>с 01.01 по 31.08 | <b>25</b> | Морковь отварная                            | <b>0.5</b> |
|                                    |           | Морковь тушеная                             | <b>8</b>   |
| с 01.09 по 31.12                   | <b>20</b> | Морковь пассированная, тушеная              | <b>17</b>  |
|                                    |           | Котлеты морковные                           | <b>23</b>  |
| <b>Блюда из кабачков:</b>          |           |   |            |
| <b>Кабачки без кожи и семян</b>    | <b>33</b> | Кабачки отварные                            | <b>22</b>  |
|                                    |           | Кабачки жареные                             | <b>35</b>  |
|                                    |           | Кабачки тушёные                             | <b>22</b>  |
|                                    |           | Кабачки запеченные в смет.соусе             | <b>25</b>  |
| <b>Блюда из свеклы:</b>            |           |   |            |
| с 01.01 по 31.08                   | <b>25</b> | Свекла тушеная; запечёная                   | <b>13</b>  |
|                                    |           | с 01.09 по 31.12                            | <b>20</b>  |
| <b>Заправка из лука</b>            |           |   |            |
| <b>Лук репчатый</b>                |           | Лук припущенный                             | <b>50</b>  |
|                                    |           | Лук пассированный                           | <b>20</b>  |

**ОТХОДЫ ПИЩЕВЫХ ПРОДУКТОВ ПРИ ХОЛОДНОЙ ОБРАБОТКЕ  
( несъедобная часть от общей массы продукта, %) б**

| Продукты              | % несъедобной части |
|-----------------------|---------------------|
| Крупа                 | <b>1</b>            |
| Бобовые               | <b>0.5</b>          |
| <b>ОВОЩИ</b>          |                     |
| Баклажаны             | <b>10</b>           |
| Лук зеленый           | <b>20</b>           |
| Огурцы                | <b>7</b>            |
| Томаты                | <b>5</b>            |
| Перец зеленый сладкий | <b>25</b>           |
| Петрушка(зелень)      | <b>20</b>           |
| Петрушка (корень)     | <b>25</b>           |
| Редис                 | <b>20</b>           |
| Репа                  | <b>20</b>           |
| Салат                 | <b>20</b>           |
| Чеснок                | <b>15</b>           |
| Укроп, шпинат         | <b>26</b>           |
| <b>ФРУКТЫ</b>         |                     |
| Абрикосы              | <b>14</b>           |
| Апельсины             | <b>30</b>           |
| Груши                 | <b>10</b>           |
| Лимоны                | <b>40</b>           |
| Мандарины             | <b>26</b>           |
| Яблоки                | <b>12</b>           |
| Бананы                | <b>30</b>           |
| Персики               | <b>20</b>           |
| Слива                 | <b>12</b>           |

