

## Холодные закуски и блюда

- 1 №1 Масло сливочное Показано на все диеты Масло очистить от наружного слоя, разрезать кусками нужной величины и до отпуска держать в кипяченой холодной воде или в холодном шкафу

Продукты	Брутто	Нетто
Масло сливочное	25	25
Итого		25



## Холодные закуски и блюда

2

№2 Масло анчоусное Показано на диеты № 2, 3, 9, 11, 12, 13, 14, 15 Селедку очистить, снять мякоть с кости и замочить в холодной воде на 10-12 часов. Затем провернуть через мясорубку или изрубить мелко ножом, смешать со сливочным маслом, придать желаемую форму и остудить; сверху можно украсить размягченным сливочным маслом (из кондитерского мешочка).

Продукты	Брутто	Нетто
Масло сливочное	25	25
Сельдь соленая	30	15
Итого		40



## Холодные закуски и блюда

- 3 №3 Масло с зеленью Показано на диеты № 2, 3, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 15, без сои-кабуль на диету № 5  
Размягченное сливочное масло смешать с мелко изрубленной зеленью, лимонным соком и соей-кабуль, сложить в пергаментную бумагу, завернуть в виде колбаски и остудить в холодной воде со льдом; перед отпуском удалить бумагу и разрезать масло кружочками.

Продукты	Брутто	Нетто
Масло сливочное	25	25
Зелень петрушки	4	3
Лимон	3	1
Соя-кабуль	1	1
Итого		30



## Холодные закуски и блюда

- 4 №4 Масло розовое с рыбой Показано на диеты № 2, 3, 9, 11, 12, 14, 15 Размягченное сливочное масло смешать с протертой сквозь сито или провернутой сквозь частую решетку мясорубки рыбой и мелко изрубленной зеленью, придать желаемую форму; сверху украсить сливочным маслом и остудить.

Продукты	Брутто	Нетто
Масло сливочное	25	25
Семга, лососина	20	15
Зелень петрушки	3	2
Итого		42



## Холодные закуски и блюда

5

№5 Масло с сыром и шпинатом Показано на диеты № 2, 3, 9, 11, 12, 13, 15 Размягченное сливочное масло смешать с натертым сыром и вареным протертым шпинатом, придать желаемую форму, украсить сверху маслом и остудить.

Продукты	Брутто	Нетто
Масло сливочное	25	25
Сыр советский	11	10
Шпинат	27	10
Итого		45



## Холодные закуски и блюда

- 6 №6 Масло с тертым сыром Показано на диеты № 2, 3, 5, 6, 9, 11, 12, 13, 15 Сливочное масло смешать с тертым сыром, придать желаемую форму, сверху украсить маслом или посыпать тертым сыром и остудить.

Продукты	Брутто	Нетто
Масло сливочное	25	25
Сыр советский	16	15
Итого		40



## Холодные закуски и блюда

7

№7 Сыр жирный Показано на диеты № 2, 3, 6, 9, 11, 12, 15 Срезать корку с сыра и нарезать его тонкими ломтиками. Нарезку сыра производить перед отпуском и, чтобы не дать ему засохнуть, прикрыть влажным полотенцем или салфеткой.

Продукты	Брутто	Нетто
Сыр жирный	64	60
Итого		60



## Холодные закуски и блюда

8

№8 Сыр тощий Показано на диеты № 2, 3, 6, 9, 11, 12, 15 Срезать корку с сыра и нарезать его тонкими ломтиками. Нарезку сыра производить перед отпуском и, чтобы не дать ему засохнуть, прикрыть влажным полотенцем или салфеткой.

Продукты	Брутто	Нетто
Сыр тощий	64	60
Итого		60





## Холодные закуски и блюда

- 9 №9 Колбаса вареная Показана на диеты № 2, 3, 8, 9, 11, 12, 14, 15 Колбасу очистить от оболочки и нарезать тонкими ломтиками — по 2-3 ломтика на порцию. Нарезанную колбасу до отпуска прикрыть влажным полотенцем во избежание подсыхания.

Продукты	Брутто	Нетто
Колбаса вареная любительская .	61	60
Итого		60



## Холодные закуски и блюда

10

№10 Колбаса полукопченая Показана на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15 Колбасу замочить в холодной воде (на 20 — 30 минут), снять оболочку, нарезать тонкими ломтиками непосредственно перед отпуском и прикрыть влажным полотенцем во избежание подсыхания.

Продукты	Брутто	Нетто
Колбаса полукопченая	61	60
Итого	61	60



## Холодные закуски и блюда

- 11 №11 Колбаса копченая Показана на диеты № 3, 9, 11, 14, 15 Колбасу замочить в холодной воде (на 20 — 30 минут), снять оболочку, нарезать тонкими ломтиками непосредственно перед отпуском и прикрыть влажным полотенцем во избежание подсыхания.

Продукты	Брутто	Нетто
Колбаса копченая	51	50
Итого		50



## Холодные закуски и блюда

12

№12 Грудинка копченая Показана на диеты № 3, 9, 11, 14, 15 Грудинку обмыть, залить холодной водой и варить до готовности при слабом кипении. Остудить в той же воде. Остывшую грудинку зачистить от кожи и косточек и нарезать тонкими ломтиками.

Продукты	Брутто	Нетто
Грудинка копченая	90	70
Итого	90	70



## Холодные закуски и блюда

13

№13 Язык копченый Показан на диеты № 3, 9, 11, 14, 15 Язык обмыть, залить холодной водой и варить при слабом кипении до полной готовности; снять кожу, остудить в холодной воде, вынуть, дать слегка обсохнуть, нарезать тонкими ломтиками.

Продукты	Брутто	Нетто
Язык копченый	70	50
Итого	70	50



## Холодные закуски и блюда

14

№14 Ветчина вареная Показана на диеты № 3, 9, 10, 11, 12, 14, 15; ветчина рубленая—на диету №2; ветчина нежирная — на диету № 8 Окорок ветчины вымыть, залить холодной водой, дать вскипеть и при медленном, едва заметном кипении довести до полной готовности (варить 3 — 4 часа). Готовую ветчину остудить в том же бульоне, остывшую зачистить от кожи и костей и нарезать тонкими ломтиками.

Продукты	Брутто	Нетто
Окорок	80	80
Итого	80	80



## Холодные закуски и блюда

15

№15 Ветчина копченая отварная Показана на диеты № 3, 9, 11, 14, 15 Вареную ветчину, рулет или окорок зачистить от кожи и костей и нарезать тонкими ломтиками.

Продукты	Брутто	Нетто
Ветчина (задний окорок без кожи)	70	60
Итого	70	60



## Холодные закуски и блюда

- 16 №16 Ветчина в желе Показана, на диеты № 3, 9, 11, 14, 15 В горячем бульоне растворить желатин (предварительно размоченный в холодной воде); процедить сквозь салфетку; пятую часть налить в формочку, остудить; положить ломтик лимона, кружок яйца и огурца; затем все залить половиной оставленного бульона и остудить. Сверху положить мелко шинкованную ветчину, добавить оставшийся бульон и остудить. Перед отпуском формочку на 1 секунду погрузить в теплую воду и выложить на блюдо или тарелку; сверху украсить зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Ветчина вареная (нежирная)	82	60
Бульон (№ 126)	95	95
Яйца	1/5 часть	9
Желатин	3	3
Лимон	1/10 часть	10
Огурец	21	20
Итого		197





## Холодные закуски и блюда

17

№17 Икра зернистая Показана на диеты № 2, 3, 5, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 Зернистую икру следует подавать в маленьких розетках, украсив лимоном, зеленым луком и зеленью петрушки; до отпуска держать в холодном месте.

Продукты	Брутто	Нетто
Икра зернистая	30	30
Лук зеленый	13	10
Итого		40



## Холодные закуски и блюда

18

№18 Икра паюсная Показана на диеты № 1, 2, 3, 5, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15 Паюсную икру можно подавать, как и зернистую, в розетках, или оформить в виде колбаски, нарезать тонкими кружочками и украсить зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Икра паюсная	30	30
Лук зеленый	13	10
Итого		40



## Холодные закуски и блюда

19

№19 Икра кетовая Показана на диеты № 3, 9, 11, 12, 15 Кетовую икру следует подавать в маленьких розетках, украсив лимоном, зеленым луком и зеленью петрушки; до отпуска держать в холодном месте.

Продукты	Брутто	Нетто
Икра кетовая	40	40 11,48
Лук зеленый	19	15
Итого		55



## Холодные закуски и блюда

20

№20 Сельдь маринованная Показана на диеты № 3, 9, 11, 14, 15 Сельдь промыть, снять с кости, очистить от кожи, нарезать на порции несколькими кусочками, залить растительным маслом и обложить нарезанным луком. В случае, если сельдь чрезмерно соленая, то очищенную мякоть до нарезки вымачивать 2-3 часа в холодной воде. На гарнир к сельди можно кроме лука, положить помидоры, вареный картофель, огурцы, зеленый горошек, вареное яйцо, зеленый салат.

Продукты	Брутто	Нетто
Сельдь маринованная	80	40
Лук репчатый	31	25
Масло растительное	5	5
Итого		70



## Холодные закуски и блюда

21

№21 Сельдь копченая Показана на диеты № 3, 9, 11, 14, 15 Копченую сельдь очистить от кожи, снять с кости, нарезать несколькими кусочками на порцию, загарнировать свежим огурцом. На гарнир к сельди можно также положить помидоры, вареный картофель, зеленый горошек, вареное яйцо, зеленый салат.

Продукты	Брутто	Нетто
Сельдь копченая	100	50
Огурец свежий	125	100
Итого		150



## Холодные закуски и блюда

22

№22 Кильки Показаны на диеты № 3, 9, 11, 15

Кильки вымыть, удалить головки, вычистить внутренности, уложить на селедочное блюдо или тарелочку, положить сбоку зеленый лук и зелень (5 г) и по желанию вареное крутое яйцо (25 г).

Продукты	Брутто	Нетто
Кильки	63	50
Лук	19	15
Итого		65



## Холодные закуски и блюда

23

№23 Шпроты Показаны на диеты № 3, 9, 11, 12, 14,  
15 Шпроты отпускать на маленьком селедочном  
блюде или на закусочной тарелочке, украсив  
зеленью, салатом 10-15 г, полив собственным соком.

Продукты	Брутто	Нетто
Шпроты	50	45
Итого	50	45



## Холодные закуски и блюда

24

№24 Сардины Показаны на диеты № 3, 9, 11, 12, 14,  
15 Сардины отпускать на маленьком селедочном  
блюде или на закусочной тарелочке, украсив  
зеленью, салатом 10-15 г, полив собственным соком.

Продукты	Брутто	Нетто
Сардины	50	45
Итого		45





## Холодные закуски и блюда

25

№25 Семга Показана на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15  
Семгу распластовать, оба филе снять с хребтовой кости, удалить реберные кости; филе семги положить кожей вниз на деревянную доску и нарезать тонкими ломтиками, не прорезая кожи; украсить зеленью и салатом (5—10 г).

Продукты	Брутто	Нетто
Семга	70	50
Яйца	1/3 часть	16
Лук зеленый . . .	19	15
Итого. . .		81



## Холодные закуски и блюда

26

№26 Балык белорыбий Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15 Главное для нарезки семги и балыков — чтобы рыба была плотной, нераздавленной. Острым ножом балык распластовать и нарезать не очень толстыми ломтиками, так же как и семгу, и украсить салатом и зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Балык	66	50
Салат	14	10
Итого		60



## Холодные закуски и блюда

27

№27 Балык осетровый Показан на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 14, 15 Балык осетровый зачистить от кожи и хряща, нарезать тонкими ломтиками и убрать листьями салата. Балыки осетровый, севрюжий и белуги можно нарезать тоньше, чем белорыбицы и семги, так как они более плотные.

Продукты	Брутто	Нетто
Балык	65	50
Салат зеленый	14	10
Итого		60



## Холодные закуски и блюда

28

№28 Тешка белорыбья Показана на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15 Тешку обтереть салфеткой, зачистить и нарезать наискось тонкими ломтиками, не прорезая и не захватывая кожи. Уложить на блюдо, украсить зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Тешка	65	50
Салат	14	10
Итого		60



## Холодные закуски и блюда

29

№29 Рыбец Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15  
Надрезать кожу рыбца вдоль спины, срезать край брюшка, снять кожу, удалить внутренности, нарезать на порцию несколько кусочков и украсить салатом. Рыбец и другие мелкие копченые рыбы можно подавать после очистки и нарезки в коже; для этого кожу, снятую с одной половинки рыбы, кладут на дно блюда, на кожу помещают нарезанную рыбу и сверху прикрывают второй половинкой кожи.

Продукты	Брутто	Нетто
Рыбец	92	60
Салат	14	10
Итого		70



## Холодные закуски и блюда

30

№30 Треска копченая Показана на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 14, 15 Копченую треску можно очистить от кожи, снять с кости и нарезать, дать один или два куска на порцию, украсить зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Треска копченая	100	70
Салат	14	10
Итого		80



## Холодные закуски и блюда

31

№31 Скумбрия копченая Показана на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 14, 15 Скумбрию разрезать вдоль спины, отрезать край брюшка, снять кожу, удалить внутренности и разрезать несколькими кусочками на порцию, украсить салатом или зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Скумбрия копченая	60	50
Салат	14	10
Итого		60



## Холодные закуски и блюда

32

№32 Скумбрия вяленая Показана на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 14, 15 Скумбрию разрезать вдоль спины, отрезать край брюшка, снять кожу, удалить внутренности и разрезать несколькими кусочками на порцию, украсить салатом или зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Скумбрия вяленая	60	50
Зелень или салат	14	10
Итого		60





## Холодные закуски и блюда

33

№33 Корюшка копченая Показана на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15 Корюшку подогреть на сухой сковороде, очистить от кожи и внутренностей. При отпуске украсить зеленью, салатом и зеленым луком.

Продукты	Брутто	Нетто
Корюшка	60	50
Салат	14	10
Итого		60



## Холодные закуски и блюда

34

№34 Кефаль копченая Показана на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15 Кефаль очистить от кожи и внутренностей, нарезать небольшими кусками, украсить салатом (можно шинкованным зеленым луком).

Продукты	Брутто	Нетто
Кефаль	60	50
Салат	14	10
Итого		60



## Холодные закуски и блюда

35

№35 Миноги Показаны на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15 Миноги нарезать небольшими кусками, сложить на блюдо или тарелку, украсить огурцом (летом-красными помидорами и салатом), сверху можно посыпать шинкованным зеленым луком.

Продукты	Брутто	Нетто
Миноги маринованные	80	50
Огурец	125	100
Итого		150



## Холодные закуски и блюда

36

№36 Салат из крабов Показаны на диеты № 3, 8, 10, 11, 12, 15 Сварить картофель и морковь. Яйца, сваренные вкрутую, остуженные овощи и огурцы нарезать тонкими ломтиками, смешать с нарезанным салатом, заправить соусом-провансаль (№ 416) и соком от крабов, уложить горкой в салатник: салат обложить крабами, кусочками яйца и огурцов, оставив »ля этого небольшую часть этих продуктов.

Продукты	Брутто	Нетто
Крабы	60	50
Картофель	47	35
Огурец	50	40
Морковь	25	20
Яйца	1/2 часть	24
Масло растительное	15	15
Салат	14	10
Итого		191



## Холодные закуски и блюда

37

№37 Паштет из рыбьей печонки Показан на диеты № 2, 3, 9, 10, 11, 12, 14, 15 В готовый консервированный паштет добавить половину масла, хорошо выбить веселкой, придать желаемую форму, сверху украсить сливочным маслом и вокруг обложить мелко шинкованным салатом; до отпуска держать в холодильнике.

Продукты	Брутто	Нетто
Паштет	60	60
Масло сливочное	10	10
Салат лиственный	14	10
Итого		80



38

№38 Судак заливной Показан на диеты № 2, 3, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15; вегетарианское желе без огурца и корнишонов — на диеты № 1, 5, 6, 7, 10 Судак снять с кости, вырезать реберные кости, нарезать на порции. Из отходов рыбы сварить бульон; в этом же бульоне сварить рыбу; вареную рыбу промыть кипяченой водой; в бульон положить размоченный желатин, дать раствориться, процедить сквозь салфетку. Рыбу уложить в глубокую посуду, украсить яйцом, лимоном, очищенным, нарезанным огурцом или корнишоном, зеленью и залить слегка остывшим желе.

Продукты	Брутто	Нетто
Рыба	200	100
Желатин	3	3
Яйца	1/4 часть	12
Лимон .....	0,1 часть	10
Зелень петрушки	5	4
Бульон рыбный	100	100
Перец, корнишон	33	20
Итого		249



39

№39 Студень из судака Показан на диеты № 2, 3, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15; без огурца и корнишонов в вегетарианском желе — на диеты № 1, 5, 6, 7, 10 Очищенный судак, (как судак заливной), нарезать по 3-4 кусочка на порцию и сварить. Дно формочки покрыть бульоном и остудить; на застывший бульон-желе положить лимон, яйца и зелень, залить частью бульона и дать застыть; затем положить кусочки рыбы и залить оставшимся бульоном и окончательно остудить. Перед отпуском формочку с рыбой погрузить в теплую воду, студень выложить в салатник или блюдо и загарнировать любым салатом, овощами.

Продукты	Брутто	Нетто
Судак	150	75
Желатин . . .	3	3
Яйца	1/4 часть	12
Лимон . . . . .	0,1 часть	10
Бульон рыбный	100	100
Огурцы-корнишоны маринованные	33	20
Петрушка зелень	5	4
Итого		224



## Холодные закуски и блюда

40

№40 Судак в маринаде Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 15 Очищенный судак снять с кости, нарезать на порции, обвалить в муке, изжарить на растительном масле. Лук и коренья нашинковать в виде лапши, или порезать звездочками, спассеровать на растительном масле вместе с томатом и специями, залить рыбным бульоном и довести коренья до готовности, заправить сахаром и уксусом. Полученным маринадом залить обжаренную рыбу, поставить на огонь, прокипятить и вынести на холод. Отпускать в салатнике или глубоком блюде, посыпав зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Судак	150	75
Морковь ....	37	30
Белые коренья	20	15
Лук	25	20
Зелень петрушки	7	5
Томат-пюре	15	15
Мука пшеничная	5	5
Сахар	5	5
Масло растительное	20	20
Итого		190



41

№41 №41 Щука фаршированная Показана на диеты № 2, 3, 9, 11, 12, 14, 15 Рыбу замочить на некоторое время в холодной воде, очистить от чешуи, вымыть, надрезать кожу вокруг головы и снять ее чулком (края кожи захватывают пальцами, покрытыми солью, и сдирают кожу от головы к хвосту). У хвоста перерубить позвоночную кость, рыбу выпотрошить, вымыть, снять с кости, провернуть сквозь мясорубку, смешать с размоченным в молоке хлебом, луком и перцем; провернуть еще два раза через мясорубку, хорошо выбить, нафаршировать кожу рыбы и положить на решетку рыбного котла, приложить к нафаршированной рыбе голову, вокруг положить лавровый лист, лук и коренья. Дно покрыть рыбным бульоном или кипятком, закрыть крышкой и на слабом огне довести до готовности, а затем остудить. Готовую рыбу разрезать на порции, полить маслом или томатным соусом, загарнировать зеленью. Фаршированную рыбу можно подавать в холодном виде с хреном, разными салатами, а также и заливную: нарезать кусками; каждый кусок украсить лимоном, яйцами, звездочками из вареной моркови, зеленью, залить рыбным желе.

Продукты	Брутто	Нетто
Щука	200	100
Хлеб белый	15	15
Лук репчатый	18	15
Масло сливочное	10	10
Молоко	25	25
Итого		165

42

№42 Щука фаршированная по-еврейски Показана на диеты № 3, 11, 14, 15 Рыбу для фарширования хорошо брать не очень крупную и без икры. Рыбу очистить от чешуи, отрезать голову, выпотрошить, не разрезая брюшка, вымыть и нарезать на порции в виде колец. Из каждого куска вырезать мякоть, сохранив кости и кожу. Мякоть перевернуть через мясорубку вместе с размоченным в холодной воде хлебом, луком и перцем не менее трех раз, посолить, хорошо выбить и каждый кусок рыбы заполнить фаршем, фаршированную рыбу уложить в сотейник, или на решетку рыбного котла, вокруг обложить свеклой, морковью, луком, лавровым листом, залить рыбным бульоном или водой, закрыть крышкой и варить на слабом огне не менее 2 часов. Готовую рыбу вынести на холод, не снимая крышки остудить. Подается холодной как закуска, а иногда и в горячем виде.

Продукты	Брутто	Нетто
Щука	200	100
Хлеб белый	15	15
Лук репчатый	30	25
Перец	0,01	0,01
Морковь	19	15
Свекла	13	10
Итого		165

## Холодные закуски и блюда

43

№43 № 43 Осетрина холодная с хреном Показана на диеты № 3, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 14, 15; без сахара—на диету № 9 Ошпаренную и зачищенную осетрину целиком положить в рыбный котел вместе с кореньями и специями залить холодной водой и уксусом, поставить на огонь, дать вскипеть и при слабом еле заметном кипении довести до полной готовности; затем остудить осетрину в том же бульоне, в котором она варилась, и остывшую зачистить и нарезать тонкими кусками; давать один или два на порцию. Гарнируется разными овощами, салатом, огурцами, помидорами и хреном.

Продукты	Брутто	Нетто
Осетрина	150	100
Хрен	40	25
Сахар	5	5
Уксус	10	10
Итого		140



44

№44 Севрюга под соусом-провансаль Показана на диеты № 3, 9, 10, 11, 12, 14, 15 Картофель и морковь сварить, огурцы очистить. Все овощи порезать мелкими кубиками; одну половину из них не смешивая заправить соусом-провансаль порознь, вторую, смешав, заправить соусом-провансаль уложить ее горкой и сверху положить вареную холодную рыбу одним куском. Рыбу украсить сверху соусом-провансаль из кондитерского мешочка, загарнировать букетиками оставшихся овощей, ломтиками яиц и салатом.

Продукты	Брутто	Нетто
Севрюга	112	75
Масло растительное или прованское	20	20
Яичный желток	1/3 часть	5
Картофель	70	50
Морковь	25	20
Огурцы	37	30
Лук зеленый	13	10
Яйца	1/2 часть	24
Помидоры	35	30
Зелень петрушки	7	5
Салат лиственный	7	5
Итого		274

45

№45 Салат из рыбы Показан на диеты № 3, 6, 11, 12, 15 Сваренные в кожуре картофель и огурцы (свежие или соленые) очистить, нарезать мелкими ломтиками; салат и яйца нашинковать. Из вареной рыбы нарезать 2—3 тонких ломтика для украшения салата сверху, а оставшуюся рыбу порезать мелкими кусочками и смешать с овощами и яйцами, добавить соус-провансаль № 416, сою-кабуль, хорошо вымесать, уложить горкой в салатник, сверху украсить ломтиками рыбы, раковыми шейками, яйцами и зеленью; до отпуска хранить на холоде.

Продукты	Брутто	Нетто
Белуга	112	75
Картофель	40	30
Огурцы	37	30
Яйца	1/2 часть	24
Салат	14	10
Соя-кабуль	5	5
Шейки раковые или крабы	12	10
Масло растительное	20	20
Уксус натуральный		5
Итого		209

## Холодные закуски и блюда

46

№46 Винегрет с осетриной Показан на диеты № 3, 6, 8, 11, 12, 15; без соли - на диеты № 1, 10 Вареную холодную рыбу, вареные бобы, картофель и морковь, а также и сырые овощи нарезать тонкими ломтиками; смешать, заправить маслом, уложить горкой в салатник, украсить несколькими ломтиками помидоров, огурцов и зеленью. Желательно добавить в винегрет 30 г яблок.

Продукты	Брутто	Нетто
Осетрина	112	75
Картофель	27	20
Морковь	25	20
Огурцы	25	20
Помидоры	35	30
Салат латук	14	10
Капуста белая	13	10
Бобы зеленые	11	10
Масло растительное	20	20
Зелень петрушки	6	5
Лук зеленый	13	10
Яичный желток	1/3 часть	5
Уксус 10%	5	5
Итого		240

## Холодные закуски и блюда

47

№47 Фрикадельки рыбные в маринаде Показаны на диеты № 3, 11, 12, 15 Мякоть очищенного судака снять с кости, пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в холодной воде и отжатым хлебом, повторно пропустить два раза через мясорубку, выбить, разделить на 5 - 6 частей, обвалять в муке и обжарить на растительном масле. Из овощей и оставшегося масла приготовить маринад (см. № 40), залить фрикадельки маринадом, прокипятить и остудить. Перед отпуском посыпать рубленой зеленью

Продукты	Брутто	Нетто
Судак	150	75
Хлеб белый	10	10
Мука белая	5	5
Масло растительное	20	20
Морковь	37	30
Лук репчатый	24	20
Белый корень	20	15
Томат-пюре	15	15
Сахар	5	5
Итого		195

48

№48 Селедку очистить от кожи и костей, замочить на 3—4 часа в холодной воде с уксусом, затем мелко изрубить или пропустить через мясорубку, смешать с маслом. Вареные яйца, половину яблок, размоченный в молоке хлеб и лук мелко изрубить, соединить с селедкой. Хорошо вымешать и придать желаемую форму; обложить ломтиками яблок, сверху посыпать зеленью, луком и мелко нарубленными яйцами, для чего оставить их небольшое количество.

Продукты	Брутто	Нетто
Сельди	80	40
Масло сливочное	20	20
Яйца	1/2 ч.	24
Яблоки	70	50
Хлеб белый	20	20
Молоко	10	10
Лук репчатый	24	20
Уксус	5	5
Итого		189





## Холодные закуски и блюда

49

№ 49 Помидоры фаршированные крабами и яйцами  
Показан на диеты № 3, 10, 11, 12, 15; без картофеля-на диету № 9; без соли и зелени петрушки - на диету № 7 Помидоры промыть, срезать со стороны стебля, не повреждая оболочки, вырезать мякоть, мелко изрубить ее, соединить с рублеными яйцами, салатом, мелко нарезанными крабами, заправить растительным маслом. Помидоры нафаршировать, посыпать рубленой зеленью и листьями салата.

Продукты	Брутто	Нетто
Крабы	62	50
Зелень петрушки	3	2
Огурны свежие	37	30
Яйца	1/2 ч.	24
Салат	14	10
Помидоры	160	120
Масло растительное	20	20
Уксус 10%	5	5
Итого		261



## Холодные закуски и блюда

50

№ 50 Пудинг рыбный в желе Показан на диеты № 2, 8, 11, 12, 13, 14, 15; в вегетарианском желе беч огурца—на диеты № 1, 5, 6, 7, 10 Мякоть очищенного судака снять с кости, половину припустить и остудить. Припущенный и сырой судак вместе провернуть через мясорубку, смешать с размоченным в молоке хлебом, снова провернуть два раза, добавить половину масла и желтки, хорошо выбить и осторожно соединить со взбитыми в пену белками; за-теч выложить в формочку, смазанную маслом, и на пару довести до готовности. Готовый пудинг остудить, разрезать на две части, а сверху украсить лимоном зеленью и огурцами; залить бульоном, смешанным с размоченным желатином; остудить » перед отпуском украсить зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Судак	150	75
Хлеб белый	15	15
Молоко	20	20
Масло сливочное или растительное	10	10
Яйца	12	12
Лимон	11	10
Огурец свежий	11	10
Зелень петрушки	6	5
Бу.льон рыбный	60	60
Желатин	3	3
Итого		22

## Холодные закуски и блюда

51

№ 51 Кнели рыбные в желе Показаны на диеты № 2, 11, 12, 13, 14, 15; без молока — на диету № 5; в вегетарианском желе — на диеты №1,5, 6, 7, 10 Из судака и хлеба приготовить рубку (см. № 50), хорошо выбить и разделать двумя столовыми ложка-ми небольшие кнели в виде кленок), выложить на противень, смоченный холодной водой, залить холодной водой, отварить и остудить. Из яиц и молока сделать паровой омлет, остудить и разрезать небольшими кубиками. Кнели и омлет уложить в салатник или формочку, залить их желе и остудить. Перед отпуском формочку окунуть в теплую; воду, кнели выложить на блюдо и украсить зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Судак	150	75
Хлеб белый	10	10
Молоко	20	20
Яйца	1/4 ч.	12
Салат	14	10
Желатин	3	3
Бульон рыбный	65	65
Итого		195



## Холодные закуски и блюда

52

№ 52 Рыба в сыром маринаде Показана и а д и э т ы  
№ 3, 8, 9, 11, 12, 15; без соли — на диету № 10

Вареную холодную осетрину нарезать тремя кусочками на порцию, положить в салатник и сверху по-крыть нарезанным кольцами луком. Спелые сырые помидоры, протереть сквозь сито, соединить с маслом, са-харом и укеусом. Залить осетрину, посыпать зеленым луком и рубленой зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Осетрина	112	75
Помидоры спелые	115	100
Масло растительное	10	10
Лук репчатый	24	20
Лук зеленый	19	15
Зелень петрушки	7	5
Итого		225



53

№ 53 Камбала, тушенная с зеленью и лимоном  
Показана на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15 Шпинат и щавель тщательно перебрать и смешать с половиной зелени; частью покрыть дно сотейника сверху положить нарубленную порционными кусками камбалу и закрыть оставшимся щавелем и шпинатом смешанными с зеленью. Зеленый лук нашинковать и пассеровать в растительном масле. Оставшуюся половину зелени и салат нашинковать, помидоры нарезать на дольки, смешать с пассерованным луком, хорошо проварить и заправить солью по вкусу. Лимон порезать тонкими кружками, положить на камбалу и залить приготовленным соусом. Поставить камбалу в духовой шкаф и тушить до готовности. Остудить и подавать в холодном виде.

Продукты	Брутто	Нетто
Камбала	115	75
Помидоры	115	100
Салат	14	10
Шпинат	27	20
Щавель	26	20
Зелень: петрушка, укроп	13	10
Лимон	1/5 ч.	20
Масло растительное	20	20
Лук зеленый	31	25
Итого		300

## Холодные закуски и блюда

54

№ 54 Бычки консервированные в томате Показаны на диеты № 3, 9, 11, 12, 15 Консервированные бычки аккуратно выложить на рыбное блюдо или тарелочки. В томатный соус добавить растительное масло и полить им бычки; блюдо посыпать сверху зеленым луком и рубленой зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Бычки консервированные	80	80
Лук зеленый	26	20
Масло растительное	5	5
Зелень петрушки	4	3
Итого		108



## Холодные закуски и блюда

55

№ 55 Студень из мяса Показан на диеты: № 2, 3, 9, 11, 12, 13, 14, 15 Голову и ноги опалить, хорошо очистить и вымыть, разрубить, добавить мясо, залить холодной водой и поставить варить на слабом огне на 6—8 часов. За час до готовности положить лавровый лист, перец, лук и коренья, дать покипеть, затем отцедить, выбрать кости, а все мягкие части изрубить, добавить мелко рубленый чеснок, соединить с бульоном, прокипятить, посолить по вкусу, вылить в формочки или противень и остудить. Перед отпуском украсить зеленью и подавать с хреном.

Продукты	Брутто	Нетто
Мясо говяжье	80	60
Ноги и голова свиные	300	150
Морковь	5	4
Лук репчатый	5	4
Чеснок	1	1
Белый корень	5	4
Итого		223



## Холодные закуски и блюда

56

№ 56 Студень из ног свиных, говяжьих, телячьих  
Показан на диеты № 2, 3, 9, 11, 12, 13, 14, 15;  
процеженный, без специй — на диеты № 1, 10 Ноги  
опалить, хорошо очистить и вымыть, разрубить,  
залить холодной водой и варить, как указано в №  
55. Химический состав дан из расчета выхода из  
100 г ножек нетто после первичной обработки, 70 г  
мякоти в студне.

Продукты	Брутто	Нетто
Ноги	250	125
Морковь	51	4
Белый корень	5	4
Лук репчатый	5	4
Чеснок	1	1
Хрен	31	20
Уксус 10%	5	5
Вода	1000	1000
Итого		1163





57

№ 57 Куры фаршированные (галантин) Показаны на диеты № 2, 3, 9, 11, 12, 13, 14, 15; без сала и специй — на диеты № 1, 5, 7, 10 Курицу натереть мукой и опалить, хорошо вымыть, обрубить ножки и крылья; вдоль спины сделать разрез и аккуратно снять кожу; затем выпотрошить, вымыть, снять оба филе и остальные мягкие части, зачистить от костей. Телятину и все мягкие части курицы (кроме филе) провернуть сквозь мясорубку не менее трех раз, добавить яйцо и сливки, хорошо выбить, ввести мускатный орех, шпиг, нарезанный мелкими кубиками и фисташки (фисташки предварительно ошпарить). Кожу курицы разложить на влажную салфетку, оба филе тонко разбить тяпкой и положить на кожу; сверху филе уложить фарш; края кожи соединить и хорошо завернуть в салфетку; конец салфетки завязать шпагатом и вокруг обвязать в виде колбасы; затем залить холодной водой, на слабом огне довести до полной готовности и остудить до комнатной температуры. Готовую курицу освободить от шпагата и вновь завернуть в салфетку, хорошо обвязать шпагатом и положить под пресс. Перед отпуском, сняв салфетку, нарезать курицу по несколько кусочков на порцию. На гарнир рекомендуется салат, огурец и другие овощи, а также желе из куриного бульона. Химический состав фисташек исчислен по миндалю.

Продукты	Брутто	Нетто
Куры	200	80
Свинина или телятина	25	25
Яйца	1/4 ч.	12
Сало шпиг	16	15
Сливки	20	20
Фисташки	20	10
Мускатный орех	0,01	0,01
Мука для опаливания кур	5	

## Холодные закуски и блюда

58

№ 58 Поросенок фаршированный (галантин)

Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15 Поросенка опалить, сделать надрез на груди и снять целиком кожу, обрезать с костей все мясо, добавить к нему телятину; в дальнейшем готовится так же, как галантин из кур № 57.

Продукты	Брутто	Нетто
Поросенок	160	80
Свинина или телятина	36	30
Сало шпиг	11	10
Яйца	1/4 ч.	12
Сливки или молоко	20	20
Фисташки	20	10
Мускатный орех	0,03	0,03
Итого		162



59

№ 59 Поросенок фаршированный (роляда) Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15 С поросенка снять кожу, как сказано в № 58, обрезать с костей мясо, тонко отбить и уложить равномерным слоем по всей коже. Ветчину и свиное сало нарезать узкими длинными полосками. Из яиц приготовить омлет и нарезать такими же полосками. На разложенное на коже мясо, начиная с края в длину, положить полоску ветчины, рилом полоску сала, затем полоску корнишонов, полоску омлета; в таком же порядке положить еще по одной полоске сала, ветчины, корнишонов и омлета, сверху посыпать ошпаренными очищенными фисташками; затем свернуть поросенка в длину рулетом, завернуть в салфетку, туго перевязать шпагатом, сварить вместе с костями (варить от 1 до 1 ½ часов); снять с огня, развернуть, остудить до комнатной температуры, вторично перевязать в салфетке, положить под пресс, затем вынуть из салфетки и нарезать на порции. Отпускать с мясным желе.

Продукты	Брутто	Нетто
----------	--------	-------

Поросенок	160	80
Свинина или телятина	47	40
Ветчина	18	15
Сало шпиг	16	15
Корнишоны	17	10
Фисташки	10	5
Яйца	1/2 ч.	24
Итого		189

## Холодные закуски и блюда

60

№ 60 Поросенок отварной холодный с хреном в сметане (№ 339) Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15; без соли и хрена — на диеты № 7, 8

Поросенка опалить, разрубить по позвоночнику, залить холодной водой, положить овощи, лавровый лист и душистый перец быстро довести до кипения и продолжать варить на слабом огне до готовности; готового поросенка остудить в своем бульоне. Хрен натереть на терке и смешать со сметаной. Поросенка порубить на порции, положить на блюдо или тарелку, сверху залить соусом (хрен со сметаной).

Продукты	Брутто	Нетто
Поросенок	125	100
Хрен	33	20
Сметана	25	25
Итого		145



## Холодные закуски и блюда

61 № 61 Поросенок заливной показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15; без соли и зелени петрушки в вегетарианском желе—на диеты № 7, 10 Поросенка сварить, как указано в № 60; из 100 г бульона и размоченного в холодной воде желатина приготовить желе; поросенка порубить на порции, сложить в глубокое блюдо, сверху украсить крутым яйцом, лимоном, огурцом, зеленью петрушки и залить полузастывшим желе.

Продукты	Брутто	Нетто
Поросенок	125	100
Яйца	1/5 ч.	9
Лимон	1/10 ч.	10
Огурец свежий	19	15
Зелень петрушки	7	5
Желатин	3	3
Бульон от поросенка	100	103
Итого		242



62

№ 62 Мясо отварное холодное с хреном Показано на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15; без хрена и уксуса — на диеты № 1, 5, 7, 10, 14 Мясо (мягкую часть) залить холодной водой и быстро довести до кипения; затем продолжать варить при тихом кипении; готовое мясо остудить в собственном бульоне, нарезать поперек мышечных волокон, при подаче украсить салатом; тертый хрен с уксусом дать отдельно.

Продукты	Брутто	Нетто
Мясо средней упитанности	110	80
Уксус 10%	15	15
Хрен	25	15
Сахар	2	2
Итого		112



## Холодные закуски и блюда

63

№ 63 Мясо отварное холодное в белом маринаде  
Показано на диеты №3, 9, 11, 15 Мясо отварить, как  
указано в № 62. Овощи порезать соломкой и  
спассеровать с растительным маслом. Готовые  
овощи развести небольшим количеством бульона,  
прокипятить, заправить уксусом, сахаром и солью;  
при отпуске мясо залить маринадом.

Продукты	Брутто	Нетто
Мясо	110	80
Лавровый лист	1	1
Лук репчатый	24	20
Лук порей	13	10
Белые коренья	27	20
Морковь	32	25
Уксус 10%	10	10
Сахар	5	5
Масло растительное	15	15
Итого		186



64

№ 64 Мясо, фаршированное паштетом, заливное  
Показано на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15 Мясо отварить, как указано в № 62. Свинину, печеньку, лук, белые коренья и морковь порезать,, сложить в кастрюлю и тушить под крышкой до готовности; затем пропустить 3 — 4 раза через мясорубку, добавить масло, хорошо выбить; мясо нарезать по два тонких кусочка; на один кусочек положить паштет, другим кусочком закрыть; мясо положить в салатник или на противень, украсить крутым яйцом, лимоном и зеленью и залить полузастывшим желе, приготовленным из бульона и желатина, предварительно размоченным в холодной воде.

Продукты	Брутто	Нетто
Мясо	110	80
Свинина жирная	23	20
Печенка	32	30
Лук	6	5
Морковь	4	3
Белые коренья	4	3
Лимон	1/10 ч.	10
Яйца	1/5 ч.	9
Зелень	7	5
Желатин	3	3
Масло сливочное	5	5
Бульон мясной	75	75
Итого		248



## Холодные закуски и блюда

65

№ 65 Куры заливные Показаны на диеты №2, 3, 8, 9, 11, 12, 14, 15; в вегетарианском желе - на диеты №5, 6, 7, 10 Курицу отварить, остудить в собственном бульоне, разобрать, отделить мясо от костей. Из бульона и желатина приготовить желе. Курицу положить на блюдо, сверху украсить яйцами, лимоном и зеленью и залить полузастывшим желе или на дно формы налить немного желе, остудить, украсить крутым яйцом, лимоном, сверху положить курицу и постепенно залить полузастывшим желе. При отпуске быстро погрузить форму в теплую воду и вынуть заливное. Примечание. Без зелени петрушки на диету № 7.

Продукты	Брутто	Нетто
Куры	150	100
Лимон	1/10 ч.	10
Яйца	9	9
Огурец свежий	19	15
Зелень петрушки	7	5
Желатин	3	3
Бульон мясной	75	75
Итого		217



## Холодные закуски и блюда

66

№ 66 Куры отварные холодные с хреном и сметаной  
Показаны на диеты № 3, 8, 9, 11, 14, 15; без хрена —  
на диеты Кз 2, 5, 7, 10, 13 Курицу отварить и  
остудить в собственном бульоне; холодную курицу  
разобрать, отделить мясо от костей с таким  
расчетом, чтобы филе и ножки были целые,  
разделить на порции, положить в тарелку и залить  
сметаной с уксусом, сахаром и хреном.

Продукты	Брутто	Нетто
Куры	150	100
Хрен	20	15
Уксус	5	5
Сахар	2	2
Сметана	20	20
Итого		142



## Холодные закуски и блюда

67

№ 67 Солонина с хреном Показана на диеты № 3, 9, 11, 15 Солонину отварить, остудить в собственном бульоне, нарезать поперек мышечных волокон, положить на тарелку, залить или подать отдельно тертый хрен с уксусом и сахаром.

Продукты	Брутто	Нетто
Солонина	120	90
Уксус 10%	15	15
Сахар	2	2
Хрен	20	15
Итого		122



## Холодные закуски и блюда

68

№ 68 Язык заливной Показан на диеты №2, 3, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15; в вегетарианском желе — на диеты № 5, 7, 10 Язык отварить, очистить от кожи, нарезать тонкими ломтиками, из бульона и желатина приготовить желе. В глубокое блюдо налить немного желе, остудить; на желе положить язык, украсить крутым яйцом, лимоном, огурцом и зеленью; после чего постепенно залить полужестким желе.

Продукты	Брутто	Нетто
Язык	85	85
Яйца	1/4 ч	12
Лимон	1/10 ч	10
Огурец свежий	1	15
Зелень петрушки	6	5
Желатин	3	3
Бульон мясной	75	75
Итого		205



69

№ 69 Фрикадельки мясные в желе Показаны на диеты № 2, 3, 9, 11, 12, 13, 14, 15; в вегетарианском желе — на диеты № 1, 5, 6, 7, 8, 10 Из мяса, хлеба и половины яиц приготовить мясную рубку; из рубки сделать фрикадельки и при-пустить на пару. Из бульона и желатина приготовить желе: на дно формочки налить немного желе, остудить, украсить крутым яйцом и зеленью, сверху положить фрикадельки и постепенно залить полузастывшим желе.

Продукты	Брутто	Нетто
Мясо средней упитанности	95	70
Яйца	1/4 ч	12
Хлеб белый	15	15
Желатин	3	3
Салат	14	10
Бульон мясной	75	75
Итого		185



## Холодные закуски и блюда

70

№ 70 Помидоры, фаршированные телятиной, в желе  
Показаны на диеты №3, 8, 9, 11, 12, 15 Плотные помидоры вымыть, срезать верхушку со стороны стебля, вычистить внутреннюю часть и заполнить рубленой жареной или вареной телятиной и свежими огурцами, порезанными мелкими кубиками; затем залить помидоры мясным, слегка остывшим желе, вынести на холод и остудить. Перед отпуском сверху положить кружок вареного яйца и посыпать рубленой зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Помидоры	144	120
Телятина	108	75
Яйца	1/ ч	12
Огурец свежий	19	15
Зелень петрушки	2	2
Желатин	2	2
Бульон мясной	50	50
Итого		276



71

№ 71 Салат из мяса Показан на диеты № 3, 11, 12, 15; без масла и лука, со сметаной — на диеты № 5, 7, 10; без картофеля — на диеты № 8, 9 Вареный очищенный картофель и вареное мясо порезать тонкими мелкими пластинками, добавить также порезанные огурцы, шинкованный салат, зеленый лук и вареные бобы, все перемешать, заправить растительным маслом, уложить горкой в салатник, с боков украсить кружками помидоров и листьями зелени, сверху посыпать вареными рублеными яйцами. Без зелени петрушки на диету № 7.

Продукты	Брутто	Нетто
Мясо	100	75
Картофель	60	50
Помидоры	60	50
Огурны свежие	25	20
Лук зеленый	13	10
Зелень петрушки	7	5
Яйца	1/4 ч	12
Масло растительное	15	15
Салат	14	10
Бобы зеленые	12	10
Итого		257

72

№ 72 Салат из дичи Показан на диеты № 3, 8, 11, 12, 15; без картофеля — на диету № 9 Дичь изжарить, картофель отварить, яйца сварить вкрутую, отделить у дичи мясо от костей; мясо, кроме филе, очищенные огурцы, картофель и яйца нашинковать тонкими пластинками. Из растительного масла, желтков и уксуса приготовить соус-провансаль № 416. Нарезанные мясо, яйца и овощи, смешать и заправить  $\frac{3}{4}$  соуса-провансаль и соя-кабуль; салат сложить в салатник или на тарелку пирамидкой, сверху положить филе из дичи, нарезанное тонкими пластинками, залить оставшимся соусом и украсить салатом и яйцами.

Продукты	Брутто	Нетто
Тетерев или рябчик	150	100
Картофель	70	50
Огурцы свежие	37	30
Салат	14	10
Яйца	$\frac{3}{4}$ ч	36
Масло растительное	25	20
Лимон	$\frac{1}{10}$ ч	10
Соя-кабуль	10	10
Итого		266





## Холодные закуски и блюда

73

№ 73 Салат из кур Показан на д и эт ы № 3, 8, 11, 12, 15; без картофеля-на диету № 9; без сои-кабуль-на диеты № 5, 6, 7. 10 Салат готовится так же, как указано в № 72; вместо дичи берется вареная курица.

Продукты	Брутто	Нетто
Куры	150	100
Картофель	70	50
Огурны свежие	37	30
Салат	14	10
Лимон	1/10 ч	10
Яйца	3/4 ч	36
Масло растительное	20	20
Соя-кабуль	10	10
Итого		266



74

№ 74 Паштет из печенки в салe Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 14, 15 Печенку, свинину и овощи порезать, сложить в кастрюлю, тушить под крышкой до готовности. Готовую печенку пропустить 2—3 раза через мясорубку, сложить в кастрюлю, добавить яйца, мускатный орех и 10 г шпига, порезанного мелкими кубиками, хорошо вымесать, добавить тертый сыр, еще раз вымесать. Оставшийся шпиг нарезать тонкими пластинками, отбить тупой стороной ножа и выложить бока и дно формы, предназначенной для паштета; в середину положить паштет, сверху прикрыть шпигом и испечь в духовом шкафу. Готовый паштет остудить; перед отпуском форму погрузить в горячую воду и паштет вытряхнуть.

Продукты	Брутто	Нетто
Печенка	75	70
Сало шпиг	31	30
Свинина жирная	35	30
Лук репчатый	24	20
Морковь	13	10
Масло сливочное	10	10
Яйца	1/3 ч	16
Мускатный орех	0,05	0,05
Итого		186

## Холодные закуски и блюда

75

№ 75 Паштет из печенки в тесте Показан на диеты № 3, 11, 12, 14, 15 Печенку и свинину порезать, сложить в кастрюлю, добавить овощи, тушить под крышкой до готовности. Готовую печенку пропустить через мясорубку, добавить в нее 10 г масла и тертый мускатный орех, хорошо вымешать. Из муки, сметаны, яиц, масла и сахара замесить тесто, дать тесту полежать в холодном месте 10-15 минут. Если есть специальная форма для паштета, то выложить дно и бока тонко раскатанным тестом середину заполнить паштетом, сверху закрыть тестом и украсить кусками теста, смазать яйцом и испечь в духовом шкафу. Если нет формы, паштет можно выпечь в виде пирога.

Продукты	Брутто	Нетто
Печенка	75	70
Свинина жирная	35	30
Масло сливочное	10	10
Морковь	13	10
Лук репчатый	24	20
Мускатный орех	1	1
Мука белая	30	30
Масло сливочное (для теста)	5	5
Сметана	15	15
Сахар	3	3
Яйца	1/3 ч	16
Итого		210

76

№ 76 Паштет из печени в желе (фрамаж) Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 15 Печенку, сало шпиг, часть овощей, лавровый лист и несколько горошин душистого перца сложить в кастрюлю, тушить под крышкой до готовности. Готовую печенку пропустить несколько раз через самую мелкую решетку мясорубки, а еще лучше протереть сквозь сито. Масло выбить в кастрюле добела, постепенно добавляя к нему протертую печенку, истертый на терке сыр и мускатный орех. Выбитый добела паштет, завернуть в пергаментную бумагу в виде толстой колбасы. Из желатина и бульона приготовить желе. В формочку, предназначенную для заливания паштета, налить немного желе, дать застыть, затем на желе положить красивым рисунком тонко нарезанные вареные овощи, крутое яйцо и лимон; чтобы овощи не потеряли рисунка, влить немного полужастывшего желе; затем положить аккуратно нарезанный паштет, постепенно залить полужастывшим желе и выставить на холод. Перед отпуском форму погрузить в теплую воду и вытряхнуть из нее паштет.

Продукты	Брутто	Нетто
Печенка телячья и гусиная	86	80
Сало шпиг	16	15
Масло сливочное	20	20
Сыр швейцарский	21	20
Лук репчатый	18	15
Морковь	7	5
Белый корень	7	5
Мускатный орех	1	1
Желатин	3	3
Лимон	1/20 ч	5
Яйцо	1/5 ч	9
Бульон мясной	75	75

77

№ 77 Филе рябчика фаршированное под майонезом  
Показан на д и э т ы № 3, 9, П, 12, 15 Рябчика  
изжарить, отделить филе; остальные мягкие части  
отделить от костей, соединить с нарезан-ными  
печенью, салом шпиг и частью овощей, сложить в  
кастрюлю и тушить до готовности. Готовую печенку  
пропустить несколько раз через мясорубку, затем  
соединить с маслом, тертым сыром и тертым  
мускатным орехом и хорошо выбить. Филе рябчика  
надрезать в длину пополам, в надрез положить  
приготовленный фарш, аккуратно соединить, чтобы  
получился вид целого филе. Из бульона и желатина  
приготовить желе. Из желтка, растительного масла и  
уксуса приготовить соус-провансаль № 416. Желе  
взбить на льду, чтобы образовалась легкая пена, и,  
когда оно уже начнет застывать (взбивать не  
переставая), добавить соус-провансаль и хорошо  
вымешать. Этим соусом залить филе рябчика. При  
отпуске украсить его зеленью

Продукты	Брутто	Нетто
Рябчик	150	100
Печенка	54	50
Масло сливочное	5	5
Сало шпиг	15	15
Сыр	5	5
Лук репчатый	12	10
Морковь	6	5
Белый корень	7	5
Масло растительное	3	3
Яйца	1/5 ч	9
Желатин	2	2
Бульон мясной	50	50
Итого		259

## Холодные закуски и блюда

78

№ 78 Яйца по-сибирски Показаны на д и э т ы № 3, 9, 11, 15; без хрена—на диеты № 6, 7, '10 Яйца сварить вкрутую, разрезать пополам, аккуратно положить на тарелку, сверху залить сметаной с тертым хреном и посыпать рубленым укропом.

Продукты	Брутто	Нетто
Яйца	2 шт.	96
Сметана	40	40
Хрен	15	10
Укроп	3	2
Итого		148



79

№ 79 Яйца в соусе-провансаль Показаны на диеты № 3, 10, 11, 12, 15; без картофеля—на диету № 9  
 Картофель морковь, бобы зеленые отварить и порезать небольшими кубиками; огурцы очистить и порезать так же, как овощи; лук зеленый нашинковать, затем все овощи смешать. Из растительного масла, желтка и уксуса приготовить соус-провансаль; частью соуса заправить овощи и выложить их горкой на тарелку. На овощи положить крутые яйца, разрезанные пополам, сверху залить оставшимся соусом и украсить зеленью петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Яйца	2 шт	96
Картофель	38	30
Огурец	37	30
Лук зеленый	13	10
Морковь	13	10
Бобы зеленые	11	10
Зелень петрушки	7	5
Масло растительное	20	20
Желток яичный	1/6 ч	3
Итого		214



## Холодные закуски и блюда

80

№ 80 Яйца в желе Показаны на д и эти № 2, 3, 8, 9, 11, 12, 15; в вегетарианском желе—на диеты № 6, 7, 10 Яйца сварить вкрутую, нарезать половинками, в салатнике уложить яйца на нарезанные кружками по-мидоры, кругом положить шинкованный салат и постепенно залить полужестким желе, приготовленным из бульона и желатина.

Продукты	Брутто	Нетто
Яйца	2 шт.	96
Помидоры	95	80
Салат	12	10
Желатин	3	3
Бульон	90	90
Итого		279





## Холодные закуски и блюда

81

№ 81 Яйца крутые, рубленые, со сметаной Показаны на диеты № 2, 3, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15 Яйцо сварить вкрутую, изрубить, сложить аккуратно на тарелку, сверху залить сметаной, смешанной с простоквашей, и посыпать укропом.

Продукты	Брутто	Нетто
Яйца	2 шт.	96
Сметана	30	30
Укроп	4	3
Простокваша	10	10
Итого		139



## Холодные закуски и блюда

82

№ 82 Яйца, фаршированные икрой, под соусом-провансаль Показаны на д и э т ы № 2, 3, 6, 8, 9, 11, 12, 15 Яйца сварить вкрутую, разрезать вдоль пополам, вынуть желтки и заполнить икрой; нафаршированные яйца уложить на тарелку, загарнировать помидорами, протертыми сквозь сито, желтками, зеленым луком и укропом; залить соусом-провансаль.

Продукты	Брутто	Нетто
Яйца	2 шт.	96
Икра зернистая	30	30
Помидоры	95	80
Масло растительное	20	20
Желток яичный	1/3 ч	5
Укроп	3	2
Итого		233



## Холодные закуски и блюда

83

№ 83 Яйца, фаршированные желтками, ветчиной с зеленью под соусом-провансаль Показаны на диеты № 2, 3, 8, 9, 11, 12, 15 Готовится как № 82, но яйца фаршируются протертыми сквозь сито крутыми желтками, смешанными с рубленой ветчиной и зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Яйца	2	96
Ветчина нежирная	32	25
Помидоры	95	80
Масло растительное	20	20
Желток яичный	1/3 ч	5
Укроп	3	2
Итого		228



## Холодные закуски и блюда

84

№ 84 Яйца, фаршированные желтком, сыром и зеленью, под соусом-провансаль Показаны на д и э т ы № 2, 3, 6, 9, 11, 12, 15 Готовится, как указано в № 82, но яйца фаршируются протертыми сквозь сито желтками смешанными с тертым сыром рубленой зеленью и сметаной. Сверху заливаются соусом-провансаль № 416. Салат, мелко пошинкованный, заправляется укеусом и сахаром. Выкладывается на блюдо или тарелку и поверх салата кладутся яйца.

Продукты	Брутто	Нетто
Яйца	2 шт.	96
Сыр	22	20
Сметана	10	10
Масло растительное	20	20
Желток яичный	1/5 ч	3
Зелень петрушки, укроп	4	3
Салат	28	20
Сахар	2	2
Итого		174



## Холодные закуски и блюда

85 № 85 Творожный крем Показан на диеты № 1, 2, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 13, 15 Способ приготовления см. в № 89, за исключением того, что в готовый крем добавляется сметана.

Продукты	Брутто	Нетто
Творог	100	100
Масло сливочное	20	20
Сахар	25	25
Яйца	1/9 ч	5
Молоко	30	30
Ванилин	0,01	0,01
Мука пшеничная	5	5
Сметана	15	15
Итого		200



86

№ 86 Творожная «пасха» Показана на диеты № 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 15; без и эюма и орехов — на дизты № 1, 2 Масло тщательно выбить в кастрюле (до белого цвета), постепенно ввести сахар, протертый творог, сметану, промытый и перебранный изюм и урюк, поджаренные, крупно растолченные орехи и ванилин, уложить на тарелке пирамидкой; сверху украсить фруктами и орехами.

Продукты	Брутто	Нетто
Творог	100	100
Сахар	15	15
Масло сливочное	15	15
Изюм	20	20
Урюк	15	15
Ванилин	0,01	0,01
Орехи грецкие	20	20
Сметана	10	10
Итого		195



## Холодные закуски и блюда

87

№ 87 Творожная паста розовая Показана на диеты № 1, 2, 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 15 10 г масла выбить в кастрюльке до белого цвета, постепенно ввести в него: тушеную протертую морковь, протертый творог, 10 г сахара. Муку смешать с 5 г сахара и молоком, проварить до кипения, остудить и выбить с 5 г масла и ванилином. Пасту уложить на тарелку, сверху украсить приготовленным кремом.

Продукты	Брутто	Нетто
Творог	100	100
Сахар	15	15
Масло сливочное	15	15
Морковь	50	40
Молоко	30	30
Мука пшеничная	5	5
Ванилин	0,01	0,01
Итого		205



88

№ 88 Творожная паста зеленая Показана на диеты № 2, 3, 10, 11, 12, 13, 15 Из муки, молока, желтков, сахара и ванилина приготовить крем, как указано в № 87, остудить его, добавить размягченное масло, хорошо выбить; четвертую часть крема оставить для украшения пасты, остальной крем соединить с протертым творогом, вареным и протертым шпинатом и поджаренными нарубленными орехами. Готовой пасте придать желаемую форму и сверху украсить кремом. До отпуса держать в холодном месте.

Продукты	Брутто	Нетто
Творог	100	100
Шпинат	37	30
Масло сливочное	15	15
Сахар	20	20
Ванилин	0,01	0,01
Орехи	10	10
Мука пшеничная	5	5
Молоко	30	30
Желток яичный	1/2 ч.	8
Итого		218



89

№ 89 Творческая пласта шоколадная Показана на диеты № 1, 2, 3, 4, 7, 10, 11, 12, 13, 15: без молока—на диету № 4 Из муки, молока, какао, желтков и сахара приготовить крем (см. № 87), остудить, доба-вить размягченное масло. Хорошо выбить; часть крема оставить для украшения пасты, а остальной смешать с протертым через сито или мелкую решетку мясорубки порогом; придать желаемую форму; сверху украсить кремом, посыпать мелко шинкованным шоколадом и остудить.

Продукты	Брутто	Нетто
Творог	150	150
Масло сливочное	15	15
Какао	1	1
Сахар	20	20
Мука пшеничная	5	5
Молоко	30	30
Шоколад	5	5
Яичный желток	1/2 ч.	8
Итого		234



## Холодные закуски и блюда

90

№ 90 Творог с овощами и фруктами Показан на д и э  
ты № 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15 Творог пропустить  
через мясорубку, смешать с выбитым маслом,  
сахаром, перебранным и промытым изюмом,  
урюком, мелко нарезанной тушеной морковью и  
рубленным салатом, уложить пирамидкой на тарелку,  
сверху украсить фруктами.

Продукты	Брутто	Нетто
Творог	100	100
Масло	15	15
Сахар	15	15
Изюм	20	20
Урюк	10	10
Морковь	13	10
Салат	6	5
Итого		175



## Холодные закуски и блюда

91

№ 91 Творожная паста ореховая Показана на диеты № 2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 15 Масло выбить в кастрюльке до белизны, добавить сахар, протертый творог, ванилин и половину поджаренных толченых орехов, вымешать и выложить на тарелку, сверху посыпать толчеными орехами.

Продукты	Брутто	Нетто
Творог	100	100
Масло сливочное	15	15
Сахар	15	15
Ванилин	0,01	0,01
Орехи	30	30
Итого		160



## Холодные закуски и блюда

92

№ 92 Творог со сметаной Показан на диеты № 3, 5, 6, 7, 8, 10, 11, 12, 15; без сахара—на диету №9

Творог аккуратно уложить на тарелку, сверху посыпать сахаром, смешанным с корицей, и полить сметаной, или сметаной, смешанной с простоквашей Сахар можно также подать отдельно в розетке.

Продукты	Брутто	Нетто
Творог	100	100
Сметана	30	30
Сахарный песок	10	10
Корица	0,01	0,01
Итого		140



## Холодные закуски и блюда

93

№ 93 Сметана взбитая Показана на диеты № 1, 2, 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 15 Сметану смешать с молоком и взбить на льду, заправить сахаром и ванилином.

Продукты	Брутто	Нетто
Сметана	100	100
Молоко	25	25
Сахарный песок	10	10
Ванилин	0,01	0,01
Итого		135



## Холодные закуски и блюда

94

№ 94 Сметана, взбитая с белком Показана на диеты № 1, 2, 3, 5, 6, 9, 11, 12, 15 Сметану вместе с молоком взбить на льду; белки взбить; сварить сироп из небольшого количества сахара и воды до состояния мягкого шарика. (Опущенная в холодную воду капля сиропа не расплывается; слегка остывший сироп разминается как крутое тесто.) Сироп постепенно вливать во взбитые белки, быстро помешивая венчиком; белки остудить и смешать со взбитой сметаной и ванилью.

Продукты	Брутто	Нетто
Сметана	100	100
Сахар	20	20
Белок яичный	1/2 ч.	15
Ванилин	0,01	0,01
Молоко	25	25
Итого		160



95

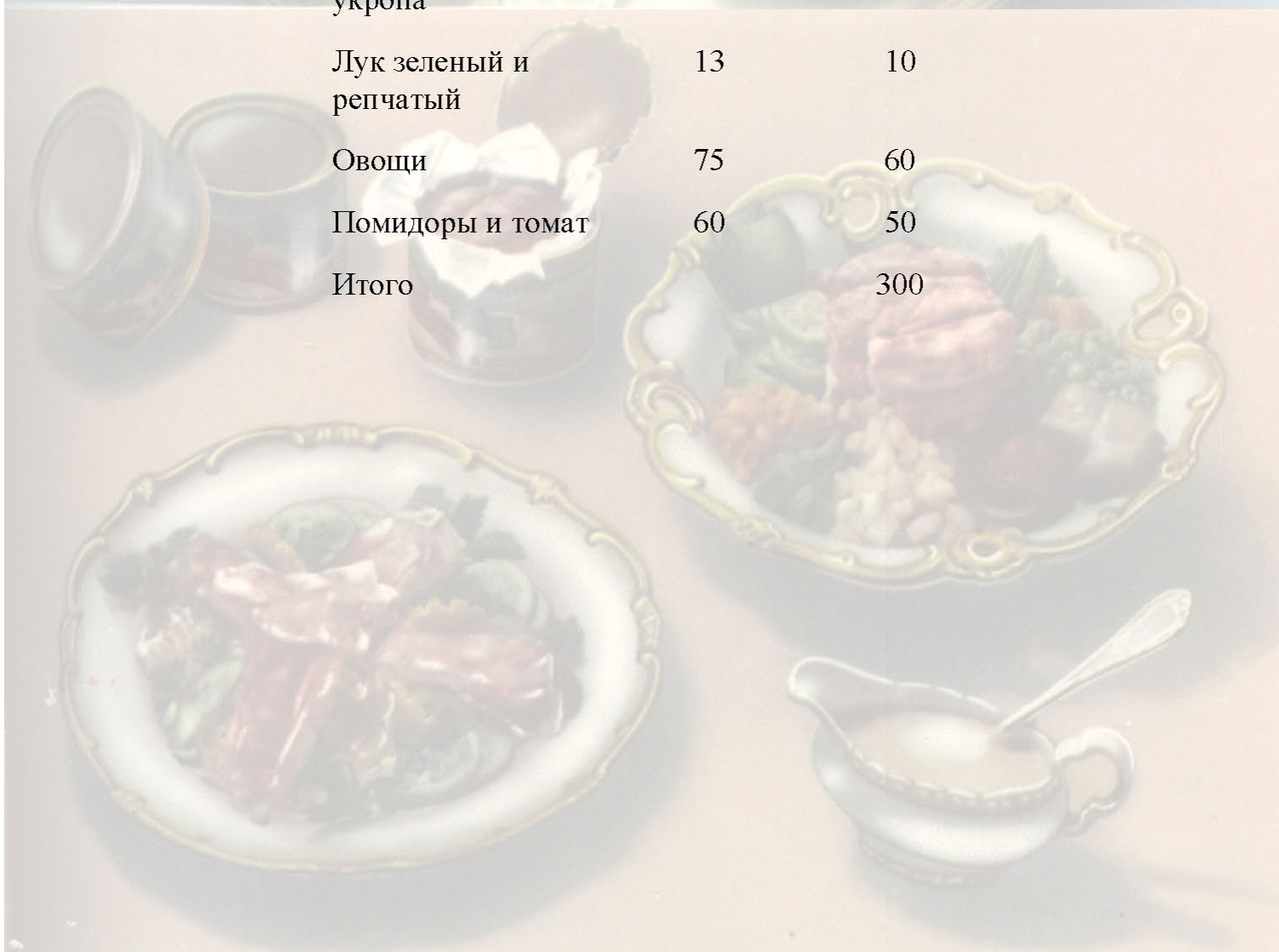
№ 95 Винегрет из овощей и зелени Показан на диеты № 3, 6, 8, 10, 11, 12, 15; без лука и масла—на диеты № 5, 7 Картофель, свеклу, морковь сварить до готовности, остудить и в отдельности нарезать тонкими ромби-ками; лук, петрушку и свежую капусту пошинковать; помидоры порезать небольшими дольками; бобы очистить, мелко порезать и отварить; огурцы очистить и нарезать как овощи; горошек отварить; яблоки очистить и нашинковать, мелко нарезать салат. Все овощи смешать и заправить растительным маслом, солью и уксусом по вкусу. Винегрет уложить пирамидкой на тарелку или в салатник, сверху украсить листьями салата, дольками помидора и нашинкованным зеленым луком.

Продукты	Брутто	Нетто
Картофель	53	40
Морковь	25	20
Помидоры свежие	24	20
Огурцы свежие	25	20
Яблоки	29	20
Салат	14	10
Бобы зеленые	22	20
Лук зеленый	25	20
Петрушка, укроп	7	5
Зеленый горошек	10	10
Масло растительное	10	10
Сахар	3	3
Итого		228

96

№ 96 Капуста в маринаде Показана на диеты № 3, 6, 8, 10, 11, 12, 15; без сахара—на диету № 9 Капусту нарезать и отварить в соленой воде. Лук репчатый нашинковать и спассеровать с растительным маслом, добавить морковь, пастернак и сельдерей, нарезанные соломкой, тушить под крышкой до готовности. Ввести в маринад нарезанные небольшими кусками помидоры, развести вегетарианским бульоном, добавить лавровый лист, душистый пероц, уксус, соль и сахар, залить маринадом капусту, тушить в духовом шкафу в течение 10—15 минут, остудить. При отпуске посыпать зеленым луком.

Продукты	Брутто	Нетто
Капуста белая	190	150
Масло растительное	20	20
Сахар	20	20
Зелень петрушки, укропа	6	5
Лук зеленый и репчатый	13	10
Овощи	75	60
Помидоры и томат	60	50
Итого		300





97

№ 97 Голубцы по-болгарски Показаны на диеты № 3, 6, 8, 9, 10, 11, 12 15 Морковь, белые коренья, болгарский перец и лук нарезать кубиками, добавить душистый перец, лав-ровый лист и растительное масло, тушить под крышкой до полуготовности, затем ввести помидоры и тушить до готовности; заправить солью, уксусом. Капусту отварить в соленой воде; из половины овощей сделать голубцы, сложить в сотейник, покрыть остальными овощами, тушить в духовом шкафу 15—20 минут, остудить. При отпуске посыпать шинкованным луком и рубленой зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Капуста белая	190	150
Морковь	37	30
Белые коренья	27	20
Помидоры	90	75
Масло растительное	20	20
Зелень петрушки, укропа	6	5
Лук	24	20
Перец болгарский стручками	12	10
Итого		330



## Холодные закуски и блюда

98

№ 98 Салат овощной Показан на диеты № 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15; без картофеля на диеты № 8, 9; без соли и зелени петрушки — на диету № 7 Овощи отварить и нарезать, как в № 95, смешать и заправить сметаной, украсить яйцами и зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Картофель	55	40
Морковь	24	20
Цветная капуста	40	20
Зеленый горошек	10	10
Огурцы	37	30
Помидоры	60	50
Салат	12	10
Яблоки	29	20
Кольраби	12	10
Зелень петрушки	7	5
Яйца		24
Итого		279



## Холодные закуски и блюда

99

№ 99 Икра овощная Показана на диеты № 3, 6, 8, 9, 11, 12, 15; без лука, зелени петрушки и укропа — на диеты № 5, 7 Лук, морковь и белые коренья нарезать небольшими кусками, добавить растительное масло, тушить пол крышкой до полуготовности; затем добавить очищенные от сердцевины кабачки, болгарский перец, помидоры и лавровый лист. Тушить до готовности Готовые овощи пропустить через мясорубку, заправить солью и рубленой петрушкой.

Продукты	Брутто	Нетто
Масло растительное	20	20
Кабачки	175	150
Морковь	63	50
Лук	31	25
Помидоры	90	75
Перец болгарский стручковый	12	10
Белые коренья	12	10
Зелень: петрушка, укроп	6	5
Итого		345



## Холодные закуски и блюда

100

№100 Икра из кабачков Показана на диеты № 3, 6, 8, 9, 11, 12, 15; без лука, зелени петрушки и укропа—на диеты № 5, 7 Лук нашинковать и спассеровать с растительным маслом; положить нарезанные кабачки и помидоры, тушить до готовности. Пропустить овощи через мясорубку, заправить солью, остудить Перед отпуском посыпать рубленой зеленью.. Если икра жидка, выпарить до соответствующей консистенции

Продукты	Брутто	Нетто
Кабачки	240	200
Лук	31	25
Помидоры	90	75
Масло растительное	20	20
Зелень: петрушка, укроп	6	5
Итого		325



101

№ 101 Икра из баклажан Показана на диеты № 3, 6, 8, 9, 11, 12, 15; без лука, петрушки и укропа — на диеты № 5, 7 Можно готовить двумя способами: 1) баклажаны испечь в кожуре, очистить от кожицы и изрубить; лук изрубить, поджарить на растительном масле; ввести помидоры, пассеровать до готовности, затем смешать с баклажанами, пропустить через мясорубку, заправить солью; 2) лук изрубить и спассеровать с маслом, добавить очищенные и нарезанные баклажаны и помидоры и тушить под крышкой до готовности, часто помешивая; пропустить через мясорубку и заправить солью. При отпуске посыпать рубленой зеленью петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Баклажаны	240	200
Помидоры	90	75
Лук	30	25
Зелень: петрушка, укроп	7	5
Масло растительное	20	20
Итого		325



102

№ 102 Икра грибная Показана на диеты № 3, 9, 11, 15 Лук изрубить и обжарить в растительном масле, ввести мелко изрубленные, маринованные грибы и дополнительно пассеровать 10—15 минут; заправить уксусом и сахаром Смешать с рубленным зеленым луком и укропом. Ложно мелко изрубленные грибы, репчатый лук соединить, заправить сахаром и соусом-провансаль № 416. Уложить в салатник и посыпать зеленым луком и рубленой зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Грибы белые консервированные	100	75
Масло растительное	10	10
Лук зеленый и репчатый	30	25
Сахар	3	3
Укроп	4	3
Итого		116



103

№ 103 Перец, фаршированный овощами Показан на диеты № 3, 6, 9, 11, 12, 15 Перец зеленый очистить от семян, сварить в соленой воде до полуготовности. Лук, морковь, белые коренья нарезать кубиками и тушить с растительным маслом под крышкой до готовности. В готовые овощи положить помидоры, нарезанные небольшими дольками, зеленый лук, зелень, лавровый лист, душистый перец и дополнительно тушить 10—15 минут. Нафаршировать перец овощами, сложить в сотейник, покрыть оставшимися овощами, тушить в духовом шкафу 15—20 минут.

Продукты	Брутто	Нетто
Перец болгарский стручками	200	150
Морковь	74	60
Белые коренья	26	20
Лук репчатый	24	20
Лук зеленый	13	10
Помидоры	90	75
Сахар	3	3
Зелень: петрушка, укроп	7	5
Масло растительное	20	20
Итого		363

104

№ 104 Баклажаны, фаршированные зеленью и помидорами Показаны на диеты № 3, 8, 11, 12, 13, 15; без шпината и лука — на диеты № 5, 6, 7 Перец зеленый очистить от семян, сварить в соленой воде до полуготовности. Лук, морковь, белые коренья нарезать кубиками и тушить с растительным маслом под крышкой до готовности. В готовые овощи положить помидоры, нарезанные небольшими дольками, зеленый лук, зелень, лавровый лист, душистый перец и дополнительно тушить 10—15 минут. Нафаршировать перец овощами, сложить в сотейник, покрыть оставшимися овощами, тушить в духовом шкафу 15—20 минут.

Продукты	Брутто	Нетто
Баклажаны	180	150
Помидоры	90	75
Белые коренья	26	20
Морковь	63	50
Лук репчатый	30	25
Шпинат	27	20
Зелень петрушки	7	5
Масло растительное	20	20
Итого		365





105

№ 105 Баклажаны по-гречески Показаны на диеты № 3, 8, 9 11, 15; без шпината и петрушки—на диеты № 5, 6, 7 Баклажаны очищенные нарезать кружками, толщиной в 1 см, обвалить в муке и обжарить в растительном масле. Зеленый лук нашинковать, обжарить в масле, ввести шинкованный шпинат, салат, болгарский перец, зелень петрушки, помидоры, нарезанные небольшими дольками, и дополнительно спассеровать 10—15 минут, заправить солью; этим соусом залить баклажаны и тушить в духовом шкафу 10—15 минут. Подается в холодном виде.

Продукты	Брутто	Нетто
Баклажаны	144	120
Помидоры	90	75
Перец болгарский стручковый	25	20
Шпинат	27	20
Салат	14	10
Лук зеленый	38	30
Зелень петрушки	7	5
Масло растительное	20	20
Мука пшеничная	5	5
Итого		305

№ 106 Кабачки по-гречески Показаны на диеты № 3, 8, 9, 11, 15: без шпината и лука—на диеты № 5, 6, 7. Без зелени петрушки на диету № 7 Молодые кабачки очистить, нарезать кружками толщиной в 1 см, готовить как указано в № 105.

Продукты	Брутто	Нетто
Кабачки	180	120
Помидоры	90	75
Шпинат	27	20
Салат	14	10
Перец болгарский, стручковый	25	20
Зелень петрушки	7	5
Масло растительное	20	20
Лук зеленый	31	25
Мука	5	5
Итого		300



## Холодные закуски и блюда

107

№ 107 Помидоры, фаршированные овощами

Показаны на диеты № 3, 6, 9, 11, 12, 15 Срезать верхушки помидоров со стороны стебля, выжать семечки. В остальном готовить, как указано в № 103.

Продукты	Брутто	Нетто
Помидоры	240	200
Морковь	75	60
Белые коренья	27	20
Лук репчатый	24	20
Зелень петрушки	6	5
Масло растительное	20	20
Итого		325



108

№ 108 Овощи по-болгарски Показаны на диеты № 3, 9, 11, 15 Лук крупно нарезать и обжарить в растительном масле. В готовый лук положить крупно нарезанные дольками, чеснок, морковь, болгарский перец и белые коренья, тушить до полуготовности, добавить обжаренные кабачки и баклажаны и дополнительно" тушить до готовности; положить нарезанные дольками помидоры, крупно нарезанный шпинат и отваренную в соленой воде капусту, тушить 15—20 минут. При от-пуске посыпать зеленью петрушки

Продукты	Брутто	Нетто
Кабачки	110	75
Баклажаны	84	75
Помидоры	90	75
Перец болгарский стручковый	25	20
Морковь	25	20
Капуста белая	25	20
Шпинат	26	20
Лук репчатый	30	25
Зелень петрушки	7	5
Масло растительное	20	20
Итого		355

109

№ 109 Овощи в желе с яйцами Показаны на диеты № 3, 11, 12, 15; без картофеля — на диету № 8, 9 Молодой картофель, цветную капусту и зеленую фасоль отварить в соленой воде. Яйцо сварить вкрутую. Бульон вскипятить, добавить в него размоченный желатин. Влить немного горячего желе в формочку, остудить, на застывшее желе положить яйцо, на яйцо и вокруг него уложить отварные нарезанные овощи, сырые помидоры и салат. Залить сверху полуостывшим желе. При отпуске погрузить форму на секунду в теплую воду и желе выложить из формы на тарелку. К овощам в желе можно подать соус № 417 или сметану, смешанную с тертым сыром.

Продукты	Брутто	Нетто
Картофель молодой	36	30
Капуста цветная	60	30
Бобы зеленые	23	20
Помидоры	48	40
Салат	14	10
Яйца	1 шт.	48
Желатин	3	3
Бульон мясной	75	75
Итого		256

## Холодные закуски и блюда

110

№ 110 Фрикадельки овощные в желе Показаны на диеты № 3, 11, 12, 15 Картофель и капусту отварить в отдельности, протереть, соединить с тертым сыром, маслом и сметаной, добавить мелко рубленные салат, укроп, яичный белок, протертые вареные желтки. Всю массу хорошо вымесить, разделить по 10 шариков на порцию, уложить в салатник между листиками петрушки, залить слегка остывшим желе, остудить.

Продукты	Брутто	Нетто
Картофель	70	50
Капуста цветная	60	30
Салат	14	10
Укроп	4	3
Сыр советский	16	15
Яйца	1/2 ч.	24
Масло сливочное	15	15
Желатин	3	3
Бульон мясной	90	90
Сметана	15	15
Итого		255



## Холодные закуски и блюда

111

№ 111 Мусс из овощей Показан на диеты № 2, 3, 11, 12, 15 Картофель и капусту отварить. В бульон положить размоченный желатин, растворить и взбить венчиком в пену. Когда масса начнет густеть, ввести в нее протертые сквозь сито капусту, картофель и вареные яйца, продолжая взбивать венчиком. Добавить натертые на терке свежие сырые огурцы, рубленый укроп и сметану, хорошо выбить и вылить в формочку, остудить. Перед подачей опустить формочку на секунду в теплую воду, мусс, выложить на тарелку и украсить зеленью. Можно залить густой сметаной.

Продукты	Брутто	Нетто
Картофель	40	30
Капуста цветная	40	20
Огурцы свежие	25	20
Укроп	4	3
Яйца	1/2 ч.	24
Сметана	30	30
Желатин	3	3
Бульон вегетарианский	75	75
Итого		205



## Холодные закуски и блюда

112

№ 112 Помидоры, фаршированные яйцами и огурцами Показаны на диеты № 3, 8, 9, 10, 11, 12, 15; без лука и укропа—на диеты № 5, 7 С помидоров срезать верхушку, выжать семечки; яйца отварить вкрутую, изрубить; огурцы очистить, нарезать мелкими кубиками; лук и укроп нашинковать. Огурцы, рубленые яйца, укроп и петрушку смешать с соусом провансаль № 416 и нафаршировать ими помидоры. Перед отпуском посыпать рубленой зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Помидоры	180	150
Огурцы	100	80
Яйца	1/2 ч.	24
Укроп	4	3
Лук зеленый	13	10
Масло растительное	20	20
Итого		287





## Холодные закуски и блюда

113

№ 113 Огурцы, фаршированные телятиной, яйцом и зеленью Показаны на диеты № 3, 8, 9, 11, 12, 15

Свежие огурцы очистить, разрезать пополам в длину, вырезать сердцевину; телятину сварить, остудить и нарезать мелкими кубиками. Вареные яйца и часть огурцов мелко порезать, смешать с телятиной, заправить соусом провансаль № 416 и нафаршировать огурцы. При подаче полить сверху сметаной и посыпать рубленым укропом.

Продукты	Брутто	Нетто
Огурцы	125	100
Телятина	129	90
Яйца	3/4 ч.	36
Масло растительное	10	10
Укроп	7	5
Сметана	15	15
Итого		256



## Холодные закуски и блюда

114

№ 114 Салат из редиса со сметаной Показан на д и э  
ты № 3, 8, 9, 11, 12, 15 Редис нашинковать, смешать  
с нашинкованным зеленым луком, укропом и  
сметаной (или сметаной, смешанной с  
простоквашей).

Продукты	Брутто	Нетто
Редис	200	100
Сметана	30	30
Укроп	7	5
Лук зеленый	19	15
Итого		150



## Холодные закуски и блюда

115

№ 115 Салат из огурцов со сметаной Показан на диеты № 3, 8, 9, 10, 11, 12, 15; без лука и укропа — на диеты № 5, 7 Огурцы нарезать тонкими кружками, уложить на тарелку, залить сметаной или сметаной, смешанной с простоквашей, сверху посыпать рубленым зеленым луком, салатом и укропом.

Продукты	Брутто	Нетто
Огурцы свежие	125	100
Сметана	30	30
Салат	14	10
Укроп	7	5
Лук зеленый	20	15
Итого		160



116

№ 116 Салат из помидоров Показан на диеты № 3, 8, 10, 11, 12, 15; без лука — на диеты № 5, 7 Помидоры нарезать кружочками, уложить на тарелку, кругом украсить зеленым салатом, сверху посыпать шинкованным зеленым луком и укропом. Посолить и полить сверху растительным маслом.

Продукты	Брутто	Нетто
Помидоры	180	150
Масло растительное	10	10
Лук зеленый	19	15
Укроп	7	5
Салат	14	10
Итого		190



## Холодные закуски и блюда

117

№ 117 Салат из картофеля и зелени Показан на диеты № 3, 6, 11, 12, 15 Картофель отварить и нарезать кружочками, капусту нашинковать, слегка протереть с солью; лук репчатый нашинковать, добавить в овощи с маслом и солью, осторожно смешать, сложить на тарелку, украсить зеленым салатом и посыпать рубленым укропом

Продукты	Брутто	Нетто
Картофель	135	100
Капуста белокочанная	25	20
Лук репчатый	12	10
Салат	7	5
Укроп	7	5
Масло растительное	10	10
Итого		150



## Холодные закуски и блюда

118

№ 118 Салат из свеклы с хреном Показан на д и э т ы  
№ 3, 9, 11, 15 Свеклу запечь или отварить, очистить от кожуры, нарезать небольшими пластинками; хрен натереть на терке, добавить уксус, соль, сахар; свеклу уложить в тарелку и залить хреном.

Продукты	Брутто	Нетто
Свекла	148	125
Сахар	5	5
Хрен	50	30
Итого		160



119

№ 119 Фасоль с луком в растительном масле  
Показана н а д и е т ы № 3, 11, 15; без лука — на  
диету № 7 Фасоль сварить до готовности, лук  
нарезать и обжарить в масле; положить нарезанные  
небольшими кусками помидоры, пассеровать 10—15  
минут, добавить фасоль, укроп и тушить 15—20  
минут.

Продукты	Брутто	Нетто
Фасоль	50	50
Масло растительное	20	20
Помидоры	60	50
Лук репчатый	24	20
Укроп	7	5
Итого		145



## Холодные закуски и блюда

120

№ 120 Салат из свежих помидоров и яблок Показан на диеты № 3, 9, 10, 11, 12, 15 Очищенные яблоки и помидоры нарезать тонкими пластинками.

Помидоры сложить на тарелку вперемешку с яблоками. Сметану заправить сахаром, солью и залить ею помидоры. при отпуске посыпать рубленой зеленью и украсить салатом.

Продукты	Брутто	Нетто
Помидоры	120	100
Яблоки	87	60
Салат	14	10
Сметана	30	30
Зелень петрушки	7	5
Сахар	5	5
Итого		210





## Холодные закуски и блюда

121

№ 121 Салат из цветной капусты Показан на диеты № 3, 6, 8, 9, 10, 11, 12, 15; без укропа — на диету № 7 Цветную капусту сварить и нарезать небольшими кочешками. Яблоки и ревеня очистить и нашинковать. Все овощи смешать, заправить сметаной, сахаром и солью по вкусу, выложить в салатник и украсить зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Капуста цветная	150	75
Яблоки	70	50
Ревеня	27	20
Салат	14	10
Укроп	4	3
Сахар	5	5
Сметана	30	30
Итого		193



122

№ 122 Грибы маринованные с луком и растительным маслом Показаны на диеты № 3, 9, 11, 12, 15 Грибы крупно нарезать и смешать с шинкованным луком, рубленой петрушкой, толченым чесноком, сахаром и растительным маслом.

Продукты	Брутто	Нетто
Грибы маринованные	130	100
Лук репчатый	18	15
Лук зеленый	13	10
Зелень петрушки	7	5
Масло растительное	15	15
Сахар	3	3
Чеснок	3	2
Итого		150



## Холодные закуски и блюда

123

№ 123 Салат из болгарского перца с помидорами и зеленью Показан на диеты № 3, 6, 8, 9, 11, 12, 15  
Перец, лук, петрушку, салат нашинковать, помидоры нарезать небольшими дольками, овощи смешать, заправить растительным маслом и солью.  
Химический состав болгарского перца исчислен по кабачкам.

Продукты	Брутто	Нетто
Перец болгарский стручковый	80	60
Помидоры	75	60
Лук зеленый	26	20
Зелень петрушки	7	5
Салат	21	15
Масло растительное	15	15
Итого		175



## Холодные закуски и блюда

124

№ 124 Салат из болгарского перца с яблоками, зеленью, луком и сметаной Показан на диеты № 3, 6, 8, 9, 11, 12, 15 Перец, яблоки, петрушку, лук и салат нашинковать, смешать со сметаной и заправить сахаром и солью. Химический состав исчислен по кабачкам.

Продукты	Брутто	Нетто
Перец болгарский стручковый	67	50
Яблоки	70	50
Зелень петрушки	7	5
Лук зеленый	26	20
Салат	14	10
Сметана	30	30
Сахар	5	5
Итого		170

