

Супы

- 126 № 126 Бульон мясной слабый Показан на диеты № 2, 4а, 4, 8, 9, 12, 13, 14 Кости мелко изрубить, залить холодной водой, быстро довести до кипения, а затем варить при слабом кипении 4—5 часов. За час до готовности положить в бульон нарезанные морковь, лук и белые коренья. Готовый бульон процедить сквозь сито или марлю. Этот бульон является основой для приготовления ряда супов на мясном отваре. Бульон можно остудить и удалить застывший на его поверхности жир. В таком бульоне содержание жира снижается до 0,35 г, при этом соответственно должна учитываться и его питательная ценность.

Продукты	Брутто	Нетто
Кости мясные	100	100
Овощи сборные	20	15
Вода	600	600
Итого		715

Супы

- 127 № 127 Бульон прозрачный крепкий (консоме)
Показан на диеты № 2, 3, 4, 4а, 9, 11, 13, 14, 15 Кости
мелко изрубить, залить холодной водой, быстро
довести до кипения и продолжать варить на слабом
огне 4-5 часов. Мясо пропустить через мясорубку,
смешать с яичным белком и 50 г холодной воды,
ввести в бульон, кипятить 1 час. Овощи нарезать
тонкими пластинками и поджарить без жира до
коричневого цвета. Поджаренные овощи ввести в
бульон за 40 минут о готовности. Готовый бульон
процедить сквозь салфетку или три слоя марли. При
обезжиривании бульона (см. примечание к № 126)
остается 0,65 г жира. Для придания бульону вкуса
дичи или кур в него добавляют вместе с рубленым
мясом мелко изрубленные кости дичи или кур. После
оттяжки остается 20 г вареного мяса; его
используют для других блюд и учитывают в
раскладке.

Продукты	Брутто	Нетто
Кости трубчатые	100	100
Мясо (для оттяжки)	67	50
Овощи сборные	20	15
Яичный белок	1/5 ч.	6
Вода	600	600
Итого		771

Супы

- 128 № 128 Бульон с яйцом в мешочек Показан на диеты № 2, 9, 11, 12, 13, 15 Яйцо сварить в мешочек (опустить в кипящую воду и варить 5 минут). Яйцо, очищенное от скорлупы, кладется в бульон при отпуске.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	500	500
Яйца	1 шт.	48
Итого		548



Супы

129 № 129 Бульон с яичными хлопьями Показан на диеты № 2, 9, 11, 12, 13, 15; с белковыми хлопьями—на диеты № 4, 4а Яйцо взбить и ввести в кипящий бульон через дуршлаг, непрерывно помешивая.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	500	500
Яйца (для хлопьев)	1 шт.	48
Итого		548



Супы

- 130 № 130 Бульон с омлетом Показан на д и э гы №2,9, 11, 12, 13, 15 Яйцо смешать с молоком, вылить в смазанный маслом и устланый бумагой сотейник. Сварить на пару омлет, обрезать у краев сотейника ножом, осторожно выложить, снять бумагу, нарезать небольшими кусками. При отпуске омлет класть в тарелку, заливая горячим бульоном. В омлет можно добавлять рубленую зелень петрушки, тушеную рубленую морковь и др.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	450	450
Яйца	1	48
Молоко	25	25
Масло сливочное	5	5
Итого		528

Супы

- 131 № 131 Бульон с рисом Показан на диеты № 1. 11, 12, 14, 15 Сварить рис в большом количестве кипящей воды, откинуть на сито, промыть кипяченой водой, дать воде стечь., затем сложить в кастрюлю и залить бульоном. До отпуска хранить на мармите. При отпуске рис положить, в тарелку и залить бульоном.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	420	420
Рис	40	40
Итого		460



Супы

- 132 № 132 Бульон с кнелью Показан на диеты № 2, 4, 9, 11, 12, 13, 14, 15 Мясо (без жира и сухожилий) нарезать, соединить с размоченным хлебом и пропустить через мясорубку 3-4 раза, сложить в кастрюлю, добавить яйцо, хорошо выбить, развести водой, выпустить из конверта в сотейник, смазанный маслом, залить горячей водой, дать вскипеть. Всплывшую на поверхность кнель откинуть на сито, сложить в кастрюлю, залить бульоном и до отпуска держать на мarmите. При отпуске кнель положить в тарелки и залить горячим бульоном. Кнель можно также разделять столовой или чайной ложкой.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	450	450
Мясо	70	50
Вода	15	15
Хлеб	10	10
Яйца	1/6	8
Итого		519



Супы

- 133 № 133 Бульон с блинами по-польски Показан на диеты № 11, 12, 14, 15 Муку смешать с молоком, яйцами и сахаром, испечь тонкие блинчики мясо пропустить через мясорубку 3-4 раза сложить в кастрюлю, хорошо выбить и соединить с водой. Блины смазать мясным фаршем, свернуть колбаской, сложить в сотейник, сбрзнуть бульоном, закрыть крышкой и припустить до готовности.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	400	400
Мука	25	25
Мясо	60	45
Вода	15	15
Молоко	50	50
Сахар	3	3
Масло	3	3
Итого		553

Супы

134

№ 134 Бульон с вермишелью Показан на диеты: № 2, 11, 12, 13, 14, 15 Вермишель отварить в большом количестве воды, готовую вермишель откинуть на сито, промыть кипяченой водой, сложить в кастрюлю, залить Гульоном; до отпуска держать на мarmite. При отпуске вермишель положить в тарелку, залить горячим бульоном.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	450	450
Вермишель	30	30
Итого		480



Супы

- 135 № 135 Бульон с домашней лапшой или лазанками П о к.я з а н на диеты № 2, 11, 12, 13, 14, 15 Из муки, воды и яиц замесить крутое тесто и через 10—15 минут тонко раскатать и нашинковать, сварить лапшу в большом количестве кипящей воды. Готовую лапшу откинуть на сито, промыть холодной кипяченой водой, сложить в кастрюлю, залить небольшим количеством бульона и до отпуска держать на мarmite. При отпуске положить лапшу в тарелку, залить горячим бульоном. Вместо лапши можно приготовить из теста лазанки; для этого раскатанное тесто нарезается небольшими ромбиками. В бульон с лапшой можно добавлять овощи, нарезанные в виде лапши, и тушенные в бульоне.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	450	450
Мука пшеничная	35	35
Яйца	1/4 ч.	12
Вода	10	10
Итого		507



Супы

- 136 № 136 Бульон с перловой крупой и овощами Показан на диеты №11, 12, 15 Перловую крупу размочить сварить в большом количестве воды до готовности, откинуть на сито и промыть как укачано в №135 Овощи нарезать мелкими кубиками и тушить в небольшом количестве бульона; готовые овощи смешать с перловой крупой и держать до отпуска на мармите. При отпуске залить горячим бульоном.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	450	450
Крупа перловая	25	25
Овощи сборные	60	50
Итого		525



Супы

- 137 № 137 Бульон с клецками и зеленью Показан на диеты №2, 11, 12, 13, 15 30 см³ воды вскипятить с маслом; в кипящую воду засыпать муку, хорошо вымешать, остудить, добавить яйца и зелень петрушки, тщательно выбить, разделать клецки ложкой или тесто раскатать колбаской и нарезать в виде клецок и отварить в кипящей воде. При отпуске положить клецки в тарелку, залить кипящим бульоном.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	450	450
Мука	35	35
Масло	10	10
Яйца	1/2 ч.	24
Зелень петрушки	5	4
Итого		523

Супы

- 138 № 138 Бульон с заварными орешками Показан на диеты № 2, 11, 12, 14, 15 Приготовить тесто по № 137, выпустить из конверта на железный лист в виде маленьких орешков а запечь в духовом шкафу при умеренной температуре. Класть в горячий бульон при отпуске блюда.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	450	450
Мука пшеничная	30	30
Масло сливочное	12	12
Яйца	1/2 ч.	24
Итого		516

Супы

- 139 № 139 Бульон с манными клецками Показан на диеты №2, 11, 12, 14, 15 Воду вскипятить с маслом, в кипящую воду засыпать манную крупу, варить 5 минут, остудить, добавить яйцо, хорошо вымешать; тесто раскатать в виде тонкой колбаски, нарезать небольшими кусками, сварить в кипящей воде. До отпуска хранить на мармите в бульоне; при отпуске положить клецки в тарелку, залить бульоном.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 197	450	450
Крупа манная	30	30
Масло сливочное	10	10
Вода	45	45
Яйца	1/3 ч.	16
Итого		551

Супы

- 140 № 140 Бульон с картофельными клецками Показан на диеты № 2, 11, 12, 15 Черствый белый хлеб натереть на терке, картофель сварить и пропустить через мясорубку, натереть мускатный орех. Муку, масло, яйцо, сметану, хлеб и орех смешать, добавить картофельное пюре, хорошо вымешать и разделать в виде небольших шариков. Гладкую сторону терки посыпать картофельной мукой, картофельные шарики класть на терку и, надавливая, придать им вид «ежика». Клещи сварить в кипящей воде. До отпуска хранить на мармите в бульоне. Подавать с бульоном.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	450	450
Картофель	55	40
Мука пшеничная	10	10
Яйца	1/3 ч.	16
Масло сливочное	8	8
Сметана	10	10
Мускатный орех	0,1	0,1
Хлеб белый	10	10
Итого		544

Супы

- 141 № 141 Бульон с творожными клецками Показан на диеты №2, 11, 12, 15 Творог отжать, протереть сквозь сито, сложить в кастрюлю вместе с маслом и яичным желтком, выбить до получения однородной массы; ввести муку, сметану и натертый мускатный орех. Хорошо вымешать, добавить взбитый белок, осторожно вымешать; разделать столовой ложкой клецки, сложить в смазанный маслом сотейник, залить кипящей водой и варить до готовности. До отпуска хранить на мармите. Подавать с бульоном.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	450	450
Творог	25	25
Масло сливочное	10	10
Мука пшеничная	15	15
Сметана	15	15
Яйца	1/2 ч.	24
Орех мускатный	0,5	0,5
Итого		529

Супы

142 № 142 Бульон с рисово-овощной запеканкой Показан на диеты № 11, 12, 15 Овощи нашинковать в виде лапши и туширь под крышкой с половиной масла; рис отварить, откинуть на сито смешать с яйцом; сотейник смазать маслом и посыпать сухарями. Рис и тушеные овощи сложить в три слоя с овощами посередине. Посыпать тертым сыром и запечь в духовом шкафу до золотистого цвета. Запеканку нарезать из расчета по два куска на порцию. При отпуске класть запеканку в горячий бульон.

Продукты	Брутто	Нетто
Рис	25	25
Яйца	1/3 ч.	16
Морковь	30	25
Белые коренья	15	12
Капуста свежая	25	20
Масло сливочное	10	10
Сыр голландский	11	10
Бульон № 127	450	450
Итого		568

Супы

- 143 № 143 Бульон с рисово-томатной запеканкой Показан на диеты №2, 11, 12, 15 Рис отварить, лук мелко нарубить и поджарить, добавить томат, продолжая пассеровать 5 минут, затем смешать лук с рисом и яйцом, сложить в сотейник, смазанный маслом и посыпанный сухарями, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в духовом шкафу до золотистого цвета. При отпуске запеканку класть в бульон.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	450	450
Рис	25	25
Яйца	1/3 ч.	16
Лук репчатый	24	20
Томат	10	10
Масло сливочное	11	10
Сыр	10	10
Итого		541



Супы

- 144 № 144 Бульон с пельменями Показан на диеты № 11, 12, 14, 15 Из муки, воды и яиц замесить тесто, мясо пропустить через мясорубку два раза вместе с луком, тесто раскатать тонким слоем, фарш положить так, чтобы оставшимся краем теста прикрыть его, вырезать каждый кусочек выемкой, «защипать» края. Варить в кипящей воде; пельмени извлекать шумовкой из воды по мере готовности. Хранить на мармите в небольшом количестве бульона. Перед отпуском класть в горячий бульон. Для пельменей рекомендуется использовать жирное мясо.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	400	400
Мука	30	30
Мясо средней упитанности	75	55
Лук	15	12
Яйца	1/3 ч.	16
Вода	15	15
Итого		528

Супы

145 № 145 Бульон с бисквитом по-варшавски Показан на диеты №2, 11, 12, 15 Масло выбрать добела, ввести желтки, муку, натертый мускатный орех и рубленую зелень. Все это хорошо вымешать, добавить взбитый белок, осторожно вымешать, вылить массу на смазанный маслом лист, запечь в духовом шкафу при умеренной температуре. При отпуске класть нарезанный небольшими кусками бисквит в бульон.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	480	480
Масло сливочное	15	15
Мука пшеничная	10	10
Зелень петрушки	10	8
Яйца	1/2 ч.	24
Мускатный орех	0,1	0,1
Итого		537

Супы

- 146 № 146 Бульон с овощами «соломкой» Показан на диеты №3,9, 11, 12, 15 Морковь и белые коренья нашинковать в виде лапши, тушить с небольшим количеством бульона до готовности, добавить нашинкованные шпинаты и салат; продолжать тушить пять минут. Бобы нашинковать и сварить в кипящей воде до готовности, готовые бобы смешать с тушенными овощами. При отпуске овощи положить в тарелку, залить горячим бульоном

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	450	450
Морковь	37	30
Белые коренья	30	25
Шпинат	20	15
Бобы зеленые	20	18
Салат	10	8
Итого		546

Супы

- 147 № 147 Бульон с овощами «шпалкой» Показан на диеты № 3, 9, 11, 15 Морковь и белые коренья изрезать в виде шпалок, тушить до готовности с небольшим количеством бульона; спаржу нарезать на небольшие кусочки; цветную капусту разобрать на маленькие кочанки; бобы нарезать шпалкой, капусту и бобы сварить раздельно; горошек отварить в соленой воде. Все овощи смешать. До отпуска держать в небольшом количестве бульона на мармите. При отпуске положить овощи в тарелку и залить бульоном.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 127	400	400
Морковь	50	40
Белые коренья	25	20
Спаржа	20	15
Горошек зеленый	20	20
Цветная капуста	60	30
Бобы зеленая	15	12
Итого		537

Супы

148 № 148 Бульон с овощами «звездочкой» Показан на диеты № 3, 9, 11, 12, 15 Овощи порезать в виде звездочек, тушить, как указано в № 147; яйцо сварить в мешочек (5 минут), очистить от скорлупы и при отпуске класть в бульон вместе с овощами.

Продукты	Брутто	Нетто
Морковь	63	50
Белые коренья	40	32
Шпинат	20	15
Яйца	1	48
Бульон № 127	400	400
Итого		545



Супы

- 149 № 149 Бульон со свекольным соусом и гренками
 Показан на диеты № 2, 11, 12, 15 Свеклу натереть, смешать с пропущенным через мясорубку мясом, яичным белком и небольшим количеством уксуса, залить бульоном; довести до кипения и процедить сквозь салфетку. Хлеб нарезать тонкими пластинками; сыр натереть, смешать с томатом, полученной массой намазать хлеб и запечь в духовом шкафу до золотистого цвета. Подавать с бульоном.

Продукты	Брутто	Нетто
Свекла	150	120
Белок яичный (для оттяжки)	1/4 ч.	8
Мясо говяжье (для оттяжки)	47	50
Хлеб белый	50	50
Сыр	21	20
Масло сливочное	5	5
Томат	5	5
Бульон № 127	350	350
Итого		593

Супы

- 150 № 150 Борщ украинский Показан на диеты № 3, 11, 12, 15; в протертом виде—на диету № 2 Свеклу, морковь и белые кореня нарезать соломкой, сложить в сотейник, добавить уксус, томат немного соли, жир с бульона, тушить под крынкой до готовности, часто помешивая. Лук нашинковать и спассеровать в масле, добавить лавровый лист, душистый перец и соединить с овощами, капусту нашинковать и положить в кипящий бульон, добавить крупно нарезанный картофель. Прокипятить, добавить тушеные овощи еще прокипятить, заправить мучной пассеровкой, добавить соль и сахар по вкусу. При отпуске положить вареное мясо, сметану, посыпать рубленой зеленью. Желательно брать грудинку.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	200	200
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	24	20
Томат	10	10
Морковь	25	25
Белые кореня	25	20
Свекла	100	80
Уксус	10	10
Капуста	100	80
Мясо	67	50
Картофель	73	55
Сахар	5	5
Мука	5	5
Сметана	30	30
Зелень	5	4
Итого		599

Супы

151 № 151 Борщ флотский (с гренками) Показан на диеты № 3, 11, 12, 15; протертый—на диету № 2 Овощи режутся небольшими тонкими ромбиками, а капуста крупными шашками; в остальном борщ, готовится по № 150 При отпуске в борщ кладется вареное мясо и нарезанные небольшими кусочками вареные сосиски Хлеб нарезать ромбиками и высушить в духовом шкафу. Подавать к борщу. Можно подавать к борщу вместо гренков рассыпчатую гречневую кашу (борщ скоблевский). Желательно брать грудинку.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	200	200
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	24	20
Морковь	25	20
Белые коренья	25	20
Томат	10	10
Свекла	100	80
Капуста	100	80
Картофель	60	45
Мясо	75	55
Сосиски	31	30
Ржаной хлеб	50	50
Уксус	10	10
Сахар	5	5
Мука	5	5
Сметана	30	30
Зелень	5	4
Итого		674

Супы

152 № 152 Борщ полтавский Показан на диеты № 3, 8, 11, 12, 15; протертый—на диету № 2 Готовится по № 150, но вместо мяса в борщ кладется свежая или копченая отварная свиная грудинка, вместо мучной пассеровки борщ заправляется толченым пшеницей и шпигом, смешанным с чесноком и истолченным в ступке.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	5	5
Лук репчатый	24	20
Морковь	25	20
Белые коренья	25	20
Томат	10	10
Свекла	80	65
Капуста	120	95
Картофель	70	50
Свиная грудинка	54	40
Сало шпиг	10	10
Уксус	10	10
Сахар	5	5
Пшено	10	10
Сметана	25	25
Чеснок	1	1
Зелень	5	4
Итого		665

Супы

153 № 153 Борщ красный Показан на диеты № 3, 8, 11, 12, 15; протертый—на диету № 2 Готовить по № 150 со следующими особенностями: 50 г свеклы натереть, добавить уксус, немного соли и 30 г бульона; вскипятить и процедить сквозь сито; мясо отварить, колбасу мелко нарезать. Все это класть в борщ при отпуске.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	24	20
Морковь	25	20
Белые коренья	25	20
Свекла	170	135
Капуста	80	65
Томат	10	10
Мясо говяжье	75	55
Колбаса любительская	26	25
Уксус	10	10
Сахар	5	5
Мука	5	5
Сметана	30	30
Зелень	5	4
Итого		664

Супы

- 154 № 154 Борщ литовский Показан на диеты № 3, 8, 11, 12, 15; протертый—на диету № 2 Готовится по № 150 со следующими особенностями: 50 г свеклы натереть, добавить уксус, немного соли и 30 г бульона. Вскипятить, процедить, остудить и добавить сметану; колбасу мелко нарезать. Все положить в борщ при отпуске блюда.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	24	20
Морковь	25	20
Белые коренья	25	20
Свекла	120	95
Капуста	95	75
Томат	10	10
Уксус	10	10
Сахар	5	5
Мука	5	5
Сметана	30	30
Зелень	5	4
Мясо	75	55
Колбаса чайная	26	25
Итого		634

Супы

155 № 155 Борщ польский Показан на диеты № 3, 8, 11, 12, 15; протертый—на диету № 2 Готовится по № 150 со следующими особенностями: половину нормы свеклы запечь в духовом шкафу, очистить, нашинковать в виде лапши, 50 г свеклы натереть, залить 30 г бульона, добавить уксус и соль. Довести до кипения, процедить, соединить с печеною свеклой и ввести в готовый борщ. При отпуске в борщ кладут мясо и сосиски, отваренные и нарезанные небольшими кусками. Примечание. Можно отпускать с гренками.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	24	20
Морковь	25	20
Белые коренья	25	20
Свекла	200	160
Томат	10	10
Мясо говяжье	75	55
Уксус	10	10
Сахар	5	5
Мука	5	5
Сметана	30	30
Зелень	5	4
Сосиски	31	30
Итого		629

Супы

156 № 156 Борщ зеленый Показан на диеты № 3, 8, Л, 12, 15; протертый — на диету № 2 Овощи режут и тушат, как указано в № 150. В кипящий бульон кладут крупно нарезанный картофель, затем вводят тушеные овощи, нарезанный щавель и шпинат. При варке доводят до кипения и заправляют мучной пассеровкой, сахаром и солью. При отпуске в тарелку кладут вареное мясо и крутое яйцо, наливают борщ, добавляют сметану и рубленую зелень петрушки. В борщ можно класть вместе со щавелем ботву свеклы, молодую крапиву и ботву молодой редиски.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	24	20
Томат	10	10
Морковь	25	20
Яйцо	1/2 ч.	24
Свекла	100	80
Щавель	52	40
Шпинат	52	40
Картофель	50	40
Мука	5	5
Сахар	5	5
Сметана	30	30
Зелень	5	4
Мясо говяжье	75	55
Итого		633

Супы

- 157 № 157 Щи зеленые Показаны на диеты № 2, 3, 11, 12, 15 Шпинат и щавель перебрать, промыть, сложить в кастрюлю, тушить под крышкой без воды до готовности; откинуть на сито и пропустить через мясорубку (отвар сохранить). Лук спассеровать с маслом; ввести пюре из шпината и щавеля, дополнительно пассеровать 20—30 минут, добавить высушенную в духовом шкафу муку, вымешать, постепенно развести бульоном, вскипятить. Картофель нарезать, сварить отдельно и вместе с отваром ввести в щи. Для доведения до приятного кислого вкуса добавить отвар щавеля и шпината. При отпуске положить в тарелку крутое яйцо, вареное мясо и сметану, залить щами, посыпать мелко нарубленной зеленью петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	10	10
Лук зеленый	31	25
Шпинат	105	80
Щавель	105	80
Картофель	75	55
Мука	10	10
Сметана	30	30
Яйца	1/2 ч	24
Мясо	75	55
Зелень	5	4
Итого		623

Супы

158 № 158 Щи зеленые из крапивы Показаны на диеты № 2, 3, 11, 12, 15 Крапиву ошпарить, перебрать, половину нашинковать, а остальное стушить с небольшим количеством бульона до мягкости; готовую крапиву пропустить через мясорубку, лук пассеровать и в дальнейшем готовить, как указано в № 157. В щи можно класть, кроме щавеля и шпината, ботву свеклы и листья редиса.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	10	10
Лук зеленый	30	25
Крапива молодая	150	120
Картофель	95	70
Мука	10	10
Сметана	30	30
Яйца	1/2 ч.	24
Мясо	75	55
Зелень	5	4
Уксус	10	10
Итого		608

Супы

159 № 159 Щи зеленые из капустной рассады Показаны на д и э т ы № 2, 3, 8, 11, 12, 15 Лук нашинковать и спассеровать с маслом, добавить нашинкованные лапшой морковь, белые коренья, также жир от бульона и тушить под крышкой до готовности овощей. В кипящий бульон положить сначала нарезанный картофель, затем нарезанную капустную рассаду, довести до кипения, соединить с тушенными овощами, заправить мучной пассеровкой. При отпуске положить вареное мясо, сметану и рубленую зелень петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	10	10
Морковь	25	20
Белые коренья	25	20
Лук репчатый	24	20
Капустная рассада	180	145
Картофель	80	60
Мука	5	5
Сметана	30	30
Мясо	75	55
Зелень	5	4
Итого		619

Супы

160 № 160 Щи суточные Показаны на диеты № 3, 11, 12, 15 Овощи и лук нашинковать, спассеровать, смешать с промытой капустой, добавить жир бульона и тушить в духовом шкафу до светлокоричневого цвета капусты. Затем развести бульоном, заправить мучной пассеровкой, вскипятить. Отпускать со сметаной и вареным мясом. К супу можно подать гренки из гречневой каши (см. № 309).

Продукты	Брутто	Нетто
Лук репчатый	24	20
Масло сливочное	15	15
Капуста квашеная	250	175
Морковь	50	40
Белые коренья	25	20
Мука	5	5
Мясо	70	52
Сметана	30	30
Бульон № 126	250	250
Итого		607

Супы

161 № 161 Щи ленивые Показано на диеты № 3, 8, 11, 12, 15; протертые —на диету №2 Лук нашинковать и пассеровать с маслом, морковь и белые коренья нарезать в виде крупных чесночных долек, смешать с луком, добавить жир от бульона и тушить под крышкой до готовности. Картофель и капусту нарезать так же, как морковь, положить в бульон, вскипятить, соединить с тушенными овощами, варить до готовности капусты; заправить мучной пассеровкой и частью сметаны. Отпускать со сметаной и рубленой зеленью петрушки. В летнее время в щи кладут также помидоры.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	10	10
Морковь	80	65
Белые коренья	25	20
Капуста	130	105
Картофель	80	55
Мясо говяжье	75	55
Мука	5	5
Сметана	30	30
Зелень петрушки	5	4
Итого		599

Супы

162 № 162 Щи с яблоками и помидорами Показаны на диеты № 3, 8, 11, 12, 15; протертые — на диету № 2 Готовить, как указано в № 161; в таком же порядке идет закладка продуктов, но овощи шинковать «соломкой»; яблоки нашинковать, помидоры нарезать небольшими дольками и положить их в готовые щи.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	24	20
Морковь	37	30
Белые коренья	20	15
Капуста	130	105
Картофель	80	60
Яблоки	40	30
Помидоры	41	35
Мясо	75	55
Мука	5	5
Сметана	30	30
Зелень	5	4
Итого		649

Супы

163 № 163 Щи из свежей капусты Показаны на д и э т ы № 3, 8, 11, 12, 15; протертые — на диету № 2 Готовить, как указано в № 161, со следующими особенностями: во время тушения овощей добавить томат, нарезать овощи крупной шпажкой, а капусту шашками.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	24	20
Томат	10	10
Морковь	37	30
Белые коренья	30	25
Капуста	130	105
Картофель	80	60
Мясо	75	55
Помидоры	53	45
Мука	5	5
Сметана	30	30
Зелень	5	4
Итого		649

Супы

164 № 164 Щи русские Показаны на диеты № 3, 11, 12, 15 Лук мелко нарубить пассеровать с маслом; в готовый лук положить овощи, нарезанные мелкими кубиками тушить до готовности овощей; перебрать квашеную капусту (при высокой кислотности промыть и отжать) мелко изрубить соединить с овощами, добавить томат и жир бульона, тушить под крышкой, часто помешивая, до готовности капусты. В кипящий бульон вложить нарезанный картофель, вскипятить, добавить тушеные овощи, заправить мучной пассеровкой. Отпускать с куском вареного мяса и сметаной.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	15	15
Лук репчатый	24	20
Морковь	50	40
Белые коренья	25	20
Капуста квашеная	170	120
Картофель	80	60
Томат	10	10
Мясо	75	55
Сметана	30	30
Мука	5	5
Зелень	5	4
Итого		629

Супы

165 № 165 Щи солдатские Показаны на диэты № 3, 11, 12, 15 Готовить, как указано в № 164, но без томата, а овощи нарезать «соломкой».

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	15	15
Лук репчатый	24	20
Морковь	50	40
Белые коренья	25	20
Капуста квашеная	170	120
Картофель	80	60
Мясо	75	55
Мука	5	5
Сметана	30	30
Зелень	5	4
Итого		619



Супы

166 № 166 Суп-рассольник с почками Показан на диеты № 3, 11, 12, 15 Лук нашинковать и пассеровать с маслом, в готовый лук добавить овощи, нарезанные мелкой шпажкой; тушить под крышкой до готовности. Огурцы очистить, нарезать небольшими ромбиками, проварить в небольшом количестве бульона. В кипящий бульон положить картофель, тушеные овощи, огурцы вместе с, бульоном, почки, сваренные и порезанные небольшими ломтиками, и мучную пассеровку. Готовый рассольник заправить сметаной и огуречным рассолом по вкусу. При отпуске посыпать рубленой зеленью петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	300	300
Лук репчатый	24	20
Масло сливочное	10	10
Белые коренья	50	40
Морковь	20	15
Соленые огурцы	120	90
Картофель	100	75
Почки	57	55
Сметана	30	30
Мука	5	5
Зелень	5	5
Итого		644

Супы

167 № 167 Селянка мясная сборная Показана на диеты №3, 11, 12, 15 Лук нашинковать и пассеровать с маслом, положить томат и пассеровать еще 10—15 минут; очистить огурцы, нарезать небольшими ромбиками. Оливки «снять» с косточек. Огурцы, оливки, каперсы и маслины смешать с пассерованным луком, залить частью бульона, вскипятить, добавить оставшийся бульон, положить нарезанные небольшими кусками сосиски, ветчину и вареные почки. Отпускать со сметаной, лимоном и петрушкой.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон №126	300	300
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	36	30
Огурцы соленые	68	50
Каперсы	40	20
Маслины	20	20
Оливки консервированные	22	15
Почки	39	38
Сосиски	26	25
Ветчина	25	20
Томат	25	25
Сметана	30	30
Зелень	5	4
Лимон	1/10 ч.	10
Итого		602

Супы

168 № 168 Суп из сборных овощей по-мавритански
 Показан на диеты № 3, 8, 11, 12, 15; протертый -
 на диету № 2 Лук нашинковать и пассеровать с
 маслом, готовый лук смешать с морковью и
 нарезанными мелкой шпажкой белыми кореньями,
 туширь под крышкой до полуготовности, добавить
 нарезанные шпажкой кабачки. В кипящий бульон
 положить нашинкованную капусту и нарезанный
 небольшой шпажкой картофель, тушеные овощи и
 вареный горошек, зеленые бобы, нарезанные, как
 остальные овощи. В готовый суп положить
 помидоры, нарезанные небольшими дольками.
 Отпускать с куском вареного мяса и рубленой
 зеленью петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон №126	250	250
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	15	12
Морковь	25	20
Белые коренья	25	20
Капуста белая	80	65
Горошек (зерно)	20	20
Фасоль зеленая	30	25
Картофель	80	60
Помидоры	53	45
Кабачки	40	25
Лук зеленый	15	12
Зелень	5	4
Мясо	75	55
Итого		623

Супы

- 169 № 169 Суп с капустой и овощами Показан на диеты № 3, 8, 11, 12, 15; протертый суп — на диету № 2 Лук нашинковать и пассеровать с маслом, морковь и белые кореня нарезать крупным «чесноком», смешать с луком и тушить под крышкой до готовности. Отобрать небольшие кочны капусты, нарезать «чесноком» (вместе с кочерыжкой), картофель крупно нарезать, положить в кипящий бульон, прокипятить, соединить с тушенными овощами и варить до готовности капусты. Отпускается с куском вареного мяса и нарубленной зеленью петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	24	24
Морковь	50	40
Белые кореня	25	20
Капуста белая	150	120
Картофель	80	60
Мясо говяжье	75	55
Лук порей	15	12
Зелень	5	4
Итого		591

Супы

- 170 № 170 Суп весенний со щавелем Показан на диеты № 2, 3, 11, 12, 15 Лук мелко нарезать и пассеровать с маслом (половину порции), готовый лук смешать с нарезанными мелкими кубиками белыми кореньями и тушить под крышкой до готовности, в готовые овощи добавить крупно нарезанный щавель и дополнительно тушить 5 минут, муку пассеровать с остальным маслом, развести бульоном, процедить, соединить с тушенными овощами, вскипятить, заправить сметаной, смешанной с яичным желтком. При отпуске в суп кладется кусок мяса и яйцо, сваренное в мешочек.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	320	320
Лук репчатый	15	12
Лук зеленый	15	12
Щавель	100	80
Белые коренья	25	20
Желтки яичные	1/2 ч.	8
Сметана	30	30
Яйца	1 шт.	48
Мука	10	10
Зелень	5	4
Итого		544

Супы

- 171 № 171 Суп крестьянский Показан на диеты № 3, 8, 11, 12, 15; протертый — на диету № 2 Лук нашинковать и пассеровать с маслом, добавить нарезанные тонкими кружочками овощи, туширь под крышкой до готовности. Капусту нарезать небольшими шашками. Картофель нарезать кружочками, положить в кипящий бульон, вскипятить, ввести тушеные овощи. В готовый суп добавить крупно нарезанный шпинат, нарезанные небольшими дольками помидоры. Отпускать с куском вареного мяса, сметаной и рубленой петрушкой.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	250	250
Масло сливочное	15	15
Лук репчатый	24	20
Морковь	40	32
Белые коренья	25	20
Капуста	125	100
Картофель	80	60
Шпинат	26	20
Помидоры	53	45
Сметана	30	30
Зелень	5	4
Мясо	75	55
Итого		651

Супы

172 № 172 Суп картофельный Показан на диеты № 3, 11, 12, 15; протертый — на диету № 2 Лук нашинковать, пассеровать с маслом; готовый лук смешать с кореньями, нарезанными кружочками, тушить под крышкой до готовности, положить в кипящий бульон, добавить нарезанный пластинками картофель, варить до готовности картофеля. При отпуске класть вареное мясо и рубленую зелень петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	350	350
Масло сливочное	15	15
Белые коренья	50	40
Картофель	180	135
Мясо	75	55
Зелень	5	4
Лук репчатый	24	20
Итого		619

Супы

173 № 173 Суп из сборных кореньев Показан на диеты № 3, 11, 12, 15; протертый - на диету № 2 Цветную капусту разделить на маленькие кочешки, белые коренья и лук-порей нарезать тонкими ромбиками, все сложить в кастрюлю, залить частью бульона и сварить до готовности, картофель нарезать пластинками, залить частью бульона, варить до готовности (не переварить!); муку спассеровать с 10 г масла, развести остальным бульоном, процедить, вскипятить, соединить с овощами и картофелем (вместе с бульоном, в котором они варились), заправить сливками или молоком, смешанным с яичным желтком и оставшимся маслом. до отпуска хранить на мармите. при отпуске положить в тарелку вареное мясо и нарубленную зелень.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	275	275
Масло сливочное	15	15
Лук порей	20	16
Цветная капуста	80	40
Белые коренья	50	40
Мука пшеничная	10	10
Сливки	50	50
Яичный желток	1/3 ч.	5
Мясо	75	55
Зелень петрушки	5	4
Картофель	100	75
Итого		585

Супы

174 № 174 Суп с макаронами и сыром Показан на диеты № 2, 11, 12, 15 Муку пассеровать с 10 г масла и развести кипящим бульоном, процедить сквозь сито, вскипятить, макароны отварить до неполной готовности, нарезать небольшими кусочками, ввести в бульон и продолжать варку до готовности макарон, заправить сливками или молоком, смешанными с яичным желтком, тертым сыром и оставшимся маслом. До отпуска держать на мармите. При отпуске положить в тарелку мясо и рубленую зелень.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	400	400
Масло сливочное	15	15
Мука	5	5
Макароны	30	30
Сыр	25	23
Сливки	50	50
Желток	1/3 ч.	5
Мясо	75	55
Зелень петрушки	5	4
Итого		587

Супы

175 № 175 Суп лимонный Показан на диеты № 2, 11, 12, 15 Овощи нарезать небольшими кубиками, пассеровать с маслом до готовности. Рис сварить в воде до полуготовности и откинуть. В кипящий бульон ввести рис, цедру от лимона, овощи, варить до готовности риса. Суп заправить сливками или молоком, смешанным с яичным желтком и маслом. До отпуска суп хранить на мармите. При отпуске в суп положить тонкий кусочек лимона, рубленую петрушку и вареное мясо.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	350	350
Масло сливочное	15	15
Белые коренья	50	40
Рис	25	25
Лимон	30	30
Сливки	50	50
Яичный желток	1/3 ч.	5
Мясо	75	55
Зелень петрушки	5	4
Итого		574

Супы

176 № 176 Суп пшеничный с бараниной (полевой) Показан на диеты № 11, 12, 15 Баранину нарезать на мелкие куски, сварить в бульоне, вынуть из бульона, промыть в кипяченой воде. Бульон процедить, вскипятить и ввести нарезанный небольшими кубиками картофель, варить до готовности пшена и картофеля. При отпуске положить баранину, мелко нацинкованный зеленый лук, петрушку и укроп.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	350	350
Масло сливочное	10	10
Лук зеленый	26	20
Пшено	20	20
Картофель	150	112
Баранина	80	56
Зелень петрушки	5	4
Укроп	5	4
Итого		576

Супы

- 177 № 177 Суп картофельный с бараниной (чабанский)
Показан на диеты №11, 12, 15 Баранину нарезать на мелкие куски, сварить в бульоне, вынуть из бульона, промыть в кипяченой воде. Бульон процедить, вскипятить и ввести нарезанный небольшими кубиками картофель, варить до его готовности. При отпуске положить баранину, мелко нацинкованный зеленый лук, петрушку и укроп.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	320	320
Масло сливочное	10	10
Баранина	80	56
Картофель	200	150
Лук зеленый	31	25
Зелень петрушки	5	4
Укроп	5	4
Итого		569

Супы

- 178 № 178 Суп с картофелем и фрикадельками Показан на диеты № 11, 12, 15; протертый—на диету № 2 Мясо пропустить через мясорубку вместе с 10 г лука, ввести яйцо, хорошо выбить, разделать фрикадельки и сварить в бульоне. Готовые фрикадельки вынуть из бульона, промыть кипяченой водой, бульон процедить. В кипящий бульон ввести нарезанный небольшими кусками картофель и лук, пассерованный с маслом. При отпуске положить в горячий бульон фрикадельки и рубленую зелень.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	350	350
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	24	20
Мясо	75	55
Картофель	200	150
Яйца	1/5 ч.	9
Зелень петрушки	5	4
Итого		598



Супы

- 179 № 179 Суп с рисом и томатом Показан на диеты № 11, 12, 15; протертый—на диету № 2 Лук нашинковать пассеровать с маслом, смешать с овощами, нарезанными мелкими кубиками, и томатом тушить под крышкой до готовности; в кипящий бульон засыпать перебранный, промытый рис и нарезанный картофель, вскипятить, добавить тушеные овощи, варить до готовности риса и картофеля. Отпускать с куском вареного мяса и петрушкой.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	350	350
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	24	20
Морковь	25	20
Белые коренья	20	16
Рис	20	20
Картофель	100	75
Мясо	75	55
Томат	10	10
Зелень	5	4
Итого		580

Супы

- 180 № 180 Суп с вермишелью и щавелем Показан на диеты №2, 11, 12, 15 Щавель перебрать, промыть и тушить с 10 г масла под крышкой до готовности положить мелко нарезанную ветчину, муку, хорошо вымешать, продолжать тушить 10 минут, развести частью бульона хорошо вымешать затем продолжать тушить 1 час, протереть сквозь сито, влить остальной бульон довести до кипения. Добавить отдельно сваренную вермишель, заправить сливками, смешанными с яичным желтком. До отпуска хранить на мармите.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	300	300
Щавель	140	105
Ветчина	40	35
Мясо	75	55
Масло сливочное	15	15
Мука	10	10
Вермишель	10	10
Яичный желток	1/3 ч.	5
Сливки	50	50
Зелень	5	4
Итого		589

Супы

181 № 181 Суп перловый Показан на диеты № 11, 12, 15
Готовить, как указано в № 179, но без томата;
перловую крупу варить отдельно и в виде готовой
каши вместе с картофелем положить в бульон.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	350	350
Лук репчатый	24	20
Морковь	25	20
Белые коренья	20	16
Картофель	100	75
Крупа перловая	20	20
Мясо	75	55
Масло сливочное	10	10
Зелень петрушки	5	4
Итого		570

Супы

182 № 182 Суп с вермишелью или макаронами Показан на диеты № 11, 12, 15 Готовить, как указано в № 179, но без томата; вермишель засыпается минут за 30 до отпуска супа.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	350	350
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	20	16
Морковь	25	20
Белые коренья	20	16
Картофель	100	75
Вермишель	20	20
Мясо	75	55
Зелень петрушки	5	4
Итого		566

Супы

183 № 183 Суп с рисом по-домашнему Показан на диеты № 1, 11, 12, 15 Готовить, как указано в № 179, но без томата.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	350	350
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	19	16
Морковь	25	20
Белые коренья	20	16
Картофель	100	75
Рис	25	25
Мясо	75	55
Зелень петрушки	5	4
Итого		571

Супы

184 № 184 Суп с картофелем и фасолью Показан на диеты № 11, 12, 15 Готовить, как указано в № 198. В готовый суп положить отдельно сваренную фасоль и прокипятить.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	350	350
Лук репчатый	24	20
Морковь	25	20
Белые коренья	20	16
Картофель	100	75
Фасоль	40	40
Мясо	75	55
Масло сливочное	10	10
Зелень петрушки	5	4
Итого		590

Супы

- 185 № 185 Суп с мучными клецками и картофелем
 Показан на диеты №11, 12, 15 Вскипятить воду с маслом из расчета 30 см³ воды и 5 г масла на порцию, ввести муку, хорошо вымешать, остудить, добавить яйцо, хорошо выбить, разделать клецки, сварить (см. № 137). В остальном готовить, как указано в № 179.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	350	350
Масло сливочное	15	15
Лук репчатый	20	16
Морковь	20	16
Белые коренья	20	16
Мясо	75	55
Мука	30	30
Яйцо	1/3 ч.	16
Картофель	120	90
Зелень петрушки	5	4
Итого		608

Супы

- 186 № 186 Суп с телячьими ножками Показан на диеты № 11, 12, 15 Телячью или свиные ножки сварить до готовности, отделить мясо от костей, нарезать небольшими кусками, смешать с вареными, нарезанными макаронами, залить бульоном и отваром от ножек, прокипятить, заправить сливками или молоком, смешанными с тертым сыром, маслом и желтком. До отпуска хранить на мармите.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 126	350	350
Ножки телячьи	150	75
Макароны	20	20
Яичный желток	1/3 ч.	5
Масло сливочное	15	15
Сливки	50	50
Сыр	21	20
Зелень	5	4
Итого		539

Супы

187

№ 187 Суп из курицы по-грузински (чихиртма)

Показан на диеты № 9, 11, 15 Курицу сварить в воде, добавить пряности, бульон процедить, лук нашинковать и пассеровать с маслом до готовности, ввести в куриный бульон, проварить 10—15 минут, снять с огня, заправить уксусом, смешанным с желтком. При отпуске положить в суп курицу и посыпать рубленой зеленью петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Курица	75	50
Вода	500	500
Масло сливочное	15	15
Лук репчатый	48	40
Уксус винный	25	25
Яичные желтки	1 шт.	16
Зелень	10	8
Итого		654

Супы

- 188 № 188 Суп с рубцом и ножками (хашпи) Показан на диеты №9, 11, 15 Ножки очистить, разрубить в длину, рубец ошпарить, очистить, нарезать крупными кусками, залить водой, кипятить 20 — 30 минут, слить воду и промыть; вторично залить водой, варить 20 — 30 минут, воду слить, рубец промыть, сложить вместе с ножками в кастрюлю, залить водой, добавить специи и варить до полной готовности. Готовые ножки и рубец вынуть из бульона, снять мясо ножек с костей, мясо от ножек и рубца нарезать на небольшие куски, ввести в процеженный бульон, заправить толченым чесноком. При отпуске посыпать суп рубленым укропом.

Продукты	Брутто	Нетто
Ножки (телячий, свиные, говяжьи)	200	100
Рубцы	120	100
Чеснок	5	4
Вода	700	700
Зелень укропа	5	4
Итого		908

Супы

- 189 № 189 Бульон рыбный Показан на диеты № 2, 4, 9, 11, 12, 14, 15 Рыбьи кости, плавники и кожу залить водой, добавить нарезанные овощи, варить 1-1 $\frac{1}{2}$ часа, процедить сквозь сито. При использовании рыбных голов удалять глаза и жабры

Продукты	Брутто	Нетто
Кости рыбы	150	150
Овощи сборные	20	20
Вода	600	600
Итого		770



Супы

- 190 № 190 Уха рыбная Показана на диеты № 2, 11, 12, 13, 14, 15 Рыбу вместе с овощами отварить в рыбном бульоне, вынуть рыбу из бульона, промыть кипяченой во-дой. Паюсную икру растолочь в ступке, смешать с яичным белком, развести 50 г рыбного бульона оттяжку ввести в рыбный бульон, довести до кипения на небольшом огне, процедить сквозь салфетку или марлю в три слоя. При отпуске положить рыбу в тарелку залить ухой. Рекомендуется отпускать с растегаем (см. № 723).

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 189	450	450
Рыба	120	70
Икра паюсная	10	10
Белок яичный	1/4 ч.	8
Овощи сборные	25	20
Итого		558



Супы

- 191 № 191 Селянка рыбная Показана на диеты №3, 11, 15 Мякоть оливки снять с косточек, огурцы очистить и нашинковать ромбиками, грибы нашинковать. Все смешать, залить водой и прокипятить, откинуть на сито. Лук пассеровать с маслом, добавить томат, пассеровать 10—15 минут, ввести овощи и специи, залить бульоном и варить 20—30 минут. При отпуске положить в тарелку промытые маслины, вареную рыбу, ломтик лимона и рубленую зелень петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 189	300	300
Лук репчатый	36	30
Томат	25	25
Каперсы	20	20
Огурцы соленые	80	55
Оливки	15	15
Грибы маринованные	27	20
Маслины	20	20
Рыба	120	70
Масло сливочное	15	15
Лимон	10	10
Зелень петрушки	5	4
Итого		584

Супы

192 № 192 Суп рассольник рыбный Показан на диеты № 3, 11, 15; протертый и без огурцов —на диету № 2 Готовить, как указано в № 166, но вместо почек положить рыбу. На диете № 2 вводится вместо соленых огурцов немного огуречного рассола.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 189	250	250
Масло сливочное	15	15
Морковь	37	30
Соленые огурцы	100	80
Белые коренья	25	20
Картофель	100	75
Рыба	100	60
Сметана	25	25
Мука	5	5
Зелень петрушки	5	4
Лук репчатый	20	16
Итого		580

Супы

- 193 № 193 Уха бурлацкая Показана на диеты №3, 11, 12, 15
 Лук нарезать спассеровать с маслом, овощи нашинковать «соломкой», смешать с луком, тушить до готовности овощей, залить бульоном, вскипятить. Рыбу отварить и положить в тарелку при отпуске. Посыпать рубленой зеленью.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 189	350	350
Масло сливочное	15	15
Лук репчатый	30	25
Морковь	70	55
Белые коренья	25	20
Рыба	150	90
Зелень петрушки	5	4
Итого		559

Супы

- 194 № 194 Суп рыбный с картофелем Показан на диеты № 3, 11, 12, 15; протертый, без лука — на диету № 2
Лук нашинковать и пассеровать с маслом, нашинковать морковь и белые коренья, смешать с луком, тушить под крышкой до готовности, залить бульоном, ввести нарезанный картофель, варить до готовности картофеля, рыбу отварить. Рыбу и нарубленную зелень петрушки класть в тарелку при отпуске блюда.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 189	300	300
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	20	16
Морковь	25	20
Белые коренья	20	16
Картофель	200	150
Рыба	100	60
Зелень петрушки	5	4
Итого		576

Супы

195 № 195 Суп рыбный с лапшой Показан на диеты № 3, 11, 12, 15; без лука в протертом виде — на диету № 2 Готовить, как указано в № 194, но вместо картофеля вводится домашняя лапша, приготовленная по № 135.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 189	350	350
Масло сливочное	10	10
Лук репчатый	20	16
Белые коренья	32	25
Мука пшеничная	30	30
Яйца	1/4 ч.	12
Вода	10	10
Картофель	80	60
Зелень петрушки	5	4
Рыба	100	60
Итого		577

Супы

- 196 № 196 Суп рыбный со щавелем Показан на диеты № 2, 3, 11, 12, 15 Щавель нашинковать, тушить под крышкой с 10 г масла, в готовый щавель ввести 10 г муки, вымешать, ввести в бульон, вскипятить. Рыбу, обжаренную в масле, ввести в суп и варить 10—15 минут, заправить сметаной, смешанной с желтком. До отпуска хранить на мармите.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 189	350	350
Масло сливочное	15	15
Щавель	120	95
Мука	15	15
Рыба	100	60
Сметана	25	25
Желтки яичные	1/2 ч.	8
Зелень петрушки	5	4
Итого		572

Супы

- 197 № 197 Суп рыбный с овощами и заправкой Показан на диеты №11, 12, 15 Муку пассеровать с маслом, залить бульоном, овощи нарезать «соломкой», картофель небольшими кусками; ввести в бульон, варить до готовности. Рыбу отварить. При отпуске класть отварную рыбу и рубленую зелень петрушки в тарелку с супом.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 189	300	300
Масло сливочное	15	15
Лук репчатый	15	12
Лук порей	15	12
Морковь	20	16
Белые коренья	32	25
Мука	10	10
Картофель	150	115
Рыба	100	60
Зелень петрушки	5	4
Итого		569

Супы

- 198 № 198 Суп рыбный со сборными овощами Показан на диеты №3, И, 12, 15; протертый — на диету № 2
Морковь и коренья нарезать мелкой «шпалкой» и туширить с маслом, ввести в бульон, добавить нарезанные цветную капусту и картофель, варить до готовности. Рыбу отварить. При отпуске положить в тарелку рыбу, ломтик лимона и рубленую зелень.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 189	300	300
Масло сливочное	10	10
Цветная капуста	80	40
Морковь	25	20
Белые коренья	25	20
Картофель	150	115
Рыба	100	60
Лимон	10	10
Зелень петрушки	5	4
Итого		579

Супы

- 199 № 199 Суп рыбный с фрикадельками Показан на диеты №2, 11, 12, 15 Мясо рыбы (без костей и кожи) нарезать и вместе с размоченным в воде и отжатым хлебом и частью лука пропустить через частую решетку мясорубки 3—4 раза, хорошо выбить, ввести в рубку молоко и яичные белки, еще раз выбить, разделать фрикадельки и сварить их в рыбном бульоне. Готовые фрикадельки вынуть из бульона, промыть кипяченой водой, бульон процедить, ввести в бульон нарезанный картофель и пассерованную с маслом остальную часть лука, варить до готовности картофеля. При отпуске класть в тарелку фрикадельки и посыпать рубленой зеленью петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 189	300	300
Судак	100	50
Хлеб пшеничный	10	10
Молоко	15	15
Лук репчатый	24	20
Картофель	200	150
Масло сливочное	10	10
Яичный белок	1/5 ч.	6
Зелень петрушки	5	4
Итого		565

Супы

- 200 № 200 Суп рыбный с фрикадельками и сметаной
 Показан на диеты № 2, 3, 11, 12, 15; без лука,
 протертый — на диету № 2 Лук мелко нарезать и
 пассеровать с маслом, ввести муку, продолжать
 пассеровать 10 минут, развести бульоном, варить
 20—30 минут, процедить. В процеженный суп ввести
 нарезанный картофель и варить до готовности
 картофеля; снять с огня, заправить сметаной. При
 отпуске положить в тарелку фрикадельки,
 приготовленные, как в № 199, и рубленую зелень
 петрушки.

Продукты	Брутто	Нетто
Бульон № 189	270	270
Лук репчатый	20	16
Масло сливочное	10	10
Мука пшеничная	10	10
Судак	100	50
Хлеб пшеничный	10	10
Молоко	15	15
Яичный белок	1/5 ч.	6
Картофель	200	150
Сметана	30	30
Зелень петрушки	5	4
Итого		571