

Fișă tehnologică Nr.rețetei 125 „Supă pireu din morcov”.

Pentru diete Nr.1,2,5,7,10

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Morcov	400	320
Unt	25	25
Făină ge grâu	20	20
Lapte	300	300
Ouă (gălbenuș)	8	8
Zahăr	5	5
Sare	2	2
Fiertură de legume	500	500
Gramaj	-	1000



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor și volumului de lichid
3. Prelucrarea primară a materiei prime: morcov, unt, ouă, făină de grâu, varză albă, ceapă, praz, rădăcină de pătrunjel, lapte

Prepararea fierturii de legume:

1. Tăierea legumelor bucăți mari (varză, morcov, praz, ceapă, rădăcină de pătrunjel)
2. Fierberea apei
3. Imersarea legumelor cu apă fierbinte
4. Fierberea legumelor 30-40 minute la foc domol pînă la gătință
5. Infuzarea fierturii de legume 10-15 minute
6. Strecurarea fierturii de legume

Prepararea sosului alb:

1. Dextrinizarea făinei de grâu fără modificarea culorii mestecînd permanent cu paleta de lemn
2. Omogenizarea făinei dextrinizate cu unt
3. Diluarea făinei cu îmbinare de lapte și fierturii de legume
4. Omogenizarea amestecului
5. Fierberea amestecului 25-30 minute
6. Condimentarea cu sare
7. Strecurarea sosului
8. Tăierea morcovului felioare
9. Fierberea morcovului în cantitate mică de fiertură de legume
10. Adăugarea untului în morcov
11. Pasarea morcovului fiert
12. Îmbinarea pireului de morcov cu sos alb
13. Diluarea amestecului pînă la consistență necesară cu fiertură de legume clocotită
14. Condimentarea cu sare și zahăr
15. Aducerea pînă la fierbere
16. Înlăurarea spumei de pe suprafața supei
17. Încetarea fierberii
18. Dregerea supei cu amestec de ouă-lapte

Prepararea amestecului de ouă-lapte:

1. Separarea albușului de gălbenuș
2. Fierberea laptelui
3. Omogenizarea gălbenușului
4. Îmbinarea gălbenușului spumat cu lapte fierbinte în jet subțire amestecînd încontinuu
5. Fierberea la baia de aburi, amestecînd încontinuu a amestecului
6. Fierberea pînă la îngroșarea consistenței
7. Strecurarea amestecului de ouă-lapte
8. Aranjarea supei în farfurie
9. Dregerea supei cu unt
10. Aprecierea calității

Prezentarea și servirea Pentru dietele nr. 7 și 10 se prepară cu cantitate minimă de sare și se servesc cu norma de 250 g.

Fișă tehnologică Nr.rețetei 128 „ Supa –pireu din găină”
Pentru dieta Nr.1,2,5,7,10

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Găină	290	200
Orez	50	50
Unt	25	25
Lapte	300	300
Gălbenuș	8	8
Sare	2	2
Apă sau Fiertură de legume	600	600
Gramaj	-	1000



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor și volumului de lichid
3. Prelucrarea primară a materiei prime: carne de pasăre, orez, ouă, lapte
4. Fierberea cărnii de pasăre (vezi modulul Prepararea bucatelor din carne de pasăre)
5. Eliminarea pielii de găină de pe carnea fiartă
6. Eliberarea cărnii de pasăre fiartă de tendoane
7. Trecerea cărnii fierte prin mașina de tocat cu reșou dens de 3 ori
8. Diluarea tocăturii de carne cu puțină apă
9. Fierberea crupelor de orez în apă până la răsfierberea completă
10. Strecurarea orezului fiert
11. Pasarea orezului
12. Îmbinarea orezului pasat cu tocătura de pasăre
13. Fierberea laptelui
14. Îmbinarea amestecului cu lapte fierbinte până la consistența necesară
15. Aducerea supei până la fierbere
16. Înlăturarea spumei de pe suprafața supei
17. Încetarea fierberii
18. Prepararea amestecului de ouă-lapte (vezi modulul supă pireu din morcov)
19. Dregerea supei pireu cu unt și sare
20. Aranjarea supei în farfurie
21. Dregerea supei cu unt
22. Aprecierea calității
23. Prezentarea și servirea

Pentru dietele nr. 7 și 10 se prepară cu cantitate minimă de sare și se servesc cu norma de 250 g.
Pentru dieta nr. 2 se admite bulion de pasăre sau carne

Fișă tehnologică Nr.rețetei 131 „ Supa – cremă din dovleac”
Pentru dieta Nr.2,7,10

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă	
Dovleac	571	400	
Pâine de grâu	170	150	
Unt	25	25	
Frișcă	100	100	
Sare	2	2	
Lapte	700	700	
Gramajul	-	1000	

Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor și volumului de lichid
3. Prelucrarea primară a materiei prime: dovleac, pâine de grâu, unt, frișcă
4. Tăierea dovleacului felioare
5. Fierberea laptelui
6. Îmbinarea dovleacului cu lapte fierbinte
7. Fierberea dovleacului în cantitate mică de lapte la foc domol
8. Decojirea pâinii de grâu
9. Tăierea pâinii felii subțiri
10. Uscarea feliilor de pâine fără schimbarea culorii
11. Îmbinarea pâinii uscate cu dovleacul fiert
12. Continuarea fierberii la foc domol până la răsfierberea dovleacului și pâinii
13. Pasarea masei
14. Fierberea laptelui
15. Îmbinarea masei pasate cu lapte fierbinte până la consistența necesară
16. Aducerea supei până la fierbere
17. Fierberea supei 10-15 minute, periodic amestecînd
18. Încetarea fierberii supei
19. Înlăturarea spumei de pe suprafața supei
20. Dregerea supei cu frișcă, unt și sare
21. Aranjarea supei în farfurie
22. Aprecierea calității
23. Prezentarea și servirea

Pentru dietele nr. 7 și 10 se prepară cu cantitate minimă de sare și se servesc cu norma de 250 g.

Fișă tehnologică Nr.rețetei 148 „ Supa –pireu din prune uscate”
Pentru dieta Nr.1,2,5,7,10

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Prune uscate	220	165
Amidon de cartofi	10	10
Frișcă	60	60
Zahăr	60	60
Apă	850	650
Gramajul	-	1000



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor și volumului de lichid
3. Prelucrarea primară a materiei prime: prune uscate, amidon de cartofi, frișcă
4. Hidratarea prunelor uscate în apă caldă
5. Înlăturarea sîmburilor
6. Tăierea prunelor bucăți mărunte
7. Fierberea apei
8. Imersarea bucățelelor de prune cu apă fierbinte
9. Îmbinarea cu zahăr
10. Aducerea pînă la fierbere
11. Diluarea amidonului de cartofi cu apă rece
12. Îmbinarea prunelor fierte cu amidonul diluat
13. Fierberea amestecului
14. Aranjarea supei în farfurie
15. Dregerea supei cu frișcă
16. Aprecierea calității
17. Prezentarea și servirea

Pentru dietele nr. 1 și 2 se prepară supa în formă de pireu.

Pentru dietele nr. 7 și 10 supa se servește cu gramajul de 250 g la porție.

**Fișă tehnologică Nr.rețetei 661 „Sos roșu dulce – acriu”
Pentru dieta Nr.2**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Sos roșu de bază		
Oase alimentare	750	750
Făină de grâu	50	50
Unt	25	25
Pastă de tomat	50	50
Morcov	100	80
Zahăr	15	15
Sare	10	10
Gramajul Sos roșu de bază	-	1000
Sos roșu de bază	-	850
Prune uscate	120	90
Stafide	41	40
Sare de lămâie (soluție 2 %)	50	50
Masa fructelor	-	150
Unt	50	50
Gramajul	-	1000



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor
3. Prelucrarea primară a materiei prime: oase de carne, făină, unt topit, pastă de tomate, prune uscate, stafide fără sîmburi
4. Prepararea sosului roșu de bază (vezi modulul Prepararea Sosurilor)
5. Înlăturarea sîmburelor la prunele uscate
6. Prepararea bulionului de oase (vezi modulul Prepararea Supelor)
7. Îmersarea bulionului cu prune uscate și stafide
8. Fierberea fructelor uscate în cantitate mică de bulion 7-10 minute
9. Îmbinarea fructelor fierte cu sos roșu
10. Dregerea sosului cu soluție de acid citric
11. Aducerea sosului pînă la fierbere
12. Dregerea sosului cu unt
13. Aranjarea sosului în sosieră
14. Aprecierea calității
15. Prezentarea și servirea

**Fișă tehnologică Nr.rețetei 668 „Sos alb cu ou”
Pentru dieta Nr.2**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Sos roșu de bază		
Sos alb de bază Nr. 666		
Bulion de carne	1100	1100
Unt	50	50
Făină	50	50
Sare	10	10
Masa gata	-	1000
Sos alb de bază	-	900
Gălbenuș de ou		
Unt		
Sare de lămâie		
Frișcă sau bulion de carne		
Gramajul		



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor
3. Prelucrarea primară a materiei prime: ouă, unt, frișcă, făină, oase de carne, ceapă, morcov, pătrunjel rădăcină
4. Dextrinizarea făinii fără modificarea culorii
5. Prepararea bulionului de carne (vezi modulul Prepararea Supelor)
6. Prepararea sosului alb (vezi supa pireu din morcov)
7. Separarea albușului de gălbenuș
8. Tăierea untului bucăți mărunte
9. Îmbinarea gălbenușului cu bucățele de unt și frișcă
10. Încălzirea amestecului, amestecând încontinuu pînă la îngroșarea ușoară
11. Scoaterea de pe plită
12. Îmbinarea cu sos alb fierbinte, amestecînd permanent
13. Adăugarea acidului citric
14. Aranjarea sosului în sosieră
15. Aprecierea calității
16. Prezentarea și servirea

**Fișă tehnologică Nr.rețetei 677 „Sos de lapte cu morcov”
Pentru dieta Nr.1,2,5,7,10**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Sos roșu de bază		
Lapete	750	750
Unt	50	50
Făină	50	50
Apă	100	100
Morcov	188	150
Sare	8	8
Gramajul	-	1000



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor
3. Prelucrarea primară a materiei prime: lapte, unt, făină, morcov
4. Dextrinizarea făinei pînă la culoarea galben-deschisă
5. Fierberea morcovului în coajă
6. Curățarea morcovului de coajă
7. Pasarea morcovului fiert prin sită
8. Omogenizarea untului și a făinei dextrinizate
9. Diluarea amestecului cu lapte
10. Fierberea amestecului 7-10 minute la foc domol
11. Condimentarea sosului cu sare
12. Îmbinarea sosului de lapte cu pireul de morcov
13. Clocotirea sosului de lapte cu pireul de morcov
14. Aranjarea sosului în sosieră
15. Aprecierea calității
16. Prezentarea și servirea

Fișă tehnologică Nr.rețetei 685 „Sos de smântână cu mere”
Pentru dieta Nr.2,5,7,10

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Sos roșu de bază		
Lapete	750	750
Unt	50	50
Făină	50	50
Apă	100	100
Morcov	188	150
Sare	8	8
Gramajul	-	1000



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor
3. Prelucrarea primară a materiei prime: smântână, unt, făină, mere
4. Prepararea sosului alb de bază(rețeta Nr. 666)
5. Adăugarea smântânei în sosului alb de bază
6. Fierberea sosului de smântână 3-5 min
7. Strecurarea sosului de smântână
8. Curățarea merelor de coajă și semințe
9. Tăierea merelor mărunț
10. Adăugarea merelor în sosul de smântână
11. Condimentarea cu sare
12. Fierberea sosului la foc domol 10 -15 minute
13. Aranjarea sosului în sosieră
14. Aprecierea calității
15. Prezentarea și servirea

**Fișă tehnologică Nr.rețetei nr. 463 Pilaf din orez cu fructe
Pentru dieta nr. 5, 7, 10**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Orez	500	500
Stafide	205	200
Prune uscate	200	200
Mere	350	250
Zahăr	50	50
Unt	150	150
Apă	1000	1000
Sare	10	10
Gramajul	-	2300



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor
3. Prelucrarea primară a materiei prime: orez, stafide, prune uscate, mere, unt
4. Fierberea apei
5. Îmbinarea apei cu zahăr, sare și unt
6. Introducerea orezului în lichidul clocotit
7. Fierberea orezului la baia de apă pînă la gătință
8. Tăierea merelor felioare
9. Îmbinarea terciului cu stafide, prune uscate și felioare de mere
10. Înnăbușirea terciului de orez la foc domol la capac
11. Aranjarea pilafului pe farfurie
12. Aprecierea calității
13. Prezentarea și servirea

***Fișă tehnologică Nr.rețetei nr. 481 Budincă de hrișcă cu brânză la aburi,
pentru dietele nr. 1, 2, 5, 7, 10***

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Crupă de hrișcă	500	500
Lapte	600	600
Apă	600	600
Brânză	750	750
Ouă	5 buc	200
Zahăr	100	100
Sare	15	15
Unt	30	30
Gramajul	-	2300



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor
3. Prelucrarea primară a materiei prime: crupe de hrișcă, lapte, brânză, ouă, unt
4. Fierberea laptelui
5. Fierberea apei
6. Îmbinarea laptelui cu apă
7. Fierberea crupelor de hrișcă în îmbinarea de lapte-apă
8. Pasarea brânzei
9. Pasarea terciului de hrișcă prin mașina de pasat
10. Separarea albușului de gălbenuș
11. Spumarea albușului
12. Îmbinarea terciului pasat cu brânză, sare și zahăr
13. Adăugarea gălbenușului de ou în masa obținută
14. Adăugarea albușului de ou spumat în masa terciului
15. Ungerea formelor cu unt
16. Aranjarea terciului în forme
17. Fierberea formelor la baia de aburi 30-35 minute
18. Aranjarea budincii pe platou
19. Servirea budincii cu smântână sau unt sau sos de smântână
20. Aprecierea calității
21. Prezentarea și servirea

Pentru dietele nr. 7 și 10 budinca poate fi coaptă la rolă.

**Fișă tehnologică Nr.rețetei nr. 325,, Pireu de cartofi cu morcov”
pentru dietele nr. 1, 2, 5, 10**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Cartofi	2182	1636
Morcovi	5	450
Lapte	454	432
Unt	50	50
Sare	15	15
Gramajul	-	2500



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor
3. Prelucrarea primară a materiei prime: cartofi, morcov, unt, lapte
4. Curățirea de coajă a cartofilor și morcovului
5. Tăierea cartofilor cubușoare
6. Tăierea morcovului felioare
7. Fierberea apei
8. Îmersarea apei cu cartofi
9. Fierberea cartofilor la capac la foc domol
10. Condimentarea cartofilor cu sare
11. Fierberea laptelui
12. Îmbinarea morcovului cu lapte fierbinte
13. Fierberea morcovului în cantitate mică de lapte
14. Strecurarea cartofilor fierbinți
15. Pasarea cartofilor fierbinți și a morcovului
16. Încălzirea untului
17. Îmbinarea masei pasate fierbinți de legume cu untul încălzit
18. Amestecarea amestecului
19. Introducerea în pireul de legume în jet subțire permanent mestecând laptele fierbinte
20. Aranjarea pireului pe platou
21. Stropirea pireului cu unt
22. Aprecierea calității
23. Prezentarea și servirea

Pentru dietele nr. 7 și 10 pireul se prepară cu o cantitate minimă de sare.

**Fișă tehnologică Nr.rețetei nr. 397 „Dovleac cu caise uscate”
pentru dietele nr. pentru dietele nr. 2, 5, 7, 10)**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Dovleac	2500	1750
Caise uscate	400	400
Zahăr	100	100
Smântână	200	200
Sare	10	10
Gramajul	-	2500



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor
3. Prelucrarea primară a materiei prime: dovleac, caise uscate, smântână
4. Tăierea dovleacului romburi sau bare
5. Caisele uscate se taie mărunț
6. Îmbinarea dovleacului cu caise
7. Îmbinarea masei cu smântână și sare
8. Înnăbușirea masei până la gătință
9. Condimentarea cu sare
10. Aranjarea pe platou a preparatului
11. Stropirea bucatei cu unt
12. Aprecierea calității
13. Prezentarea și servirea

Pentru dietele nr. 7, 10 bucata se prepară cu o cantitate minimă de sare.

**Fișă tehnologică Nr.rețetei 350 „Sarmale cu fructe”
pentru dietele nr. 5, 7, 10**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Varză albă	2173	1740
Mere	1071	750
Caise uscate	300	300
Stafide	200	200
Zahăr	100	100
Smântână	100	100
Unt	50	50
Făină de grâu	40	40
Scorțișoară	0,5	0,5
Sare	15	15
Gramajul	-	2500
Smântână	200	200



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime
2. Cântărirea produselor
3. Prelucrarea primară a materiei prime: varză albă, mere, caise uscate, stafide, smântână, unt, făină
4. Curățarea merelor de coajă și semințe
5. Tăierea mărunță a merelor și caiselor uscate
6. Îmbinarea merelor și caiselor mărunțite cu zahăr, stafide și scorțișoară
7. Eliminarea ciocanului din varză
8. Fierberea apei
9. Imersarea varzei cu apă clocotită
10. Fierberea căpăținei pînă la semigata
11. Răcirea varzei
12. Desfacerea frunzelor de varză
13. Tăierea părților îngroșate a frunzelor
14. Afinarea ușoară a fructelor
15. Aranjarea umpluturii de fructe pe frunzele de varză
16. Modelarea sarmalelor în formă de cîrnăciori sau pătrate
17. Îmbinarea smîntînei cu făină
18. Ungerea tăvilor cu unt
19. Aranjarea sarmalelor în tăvile unse cu unt
20. Ungerea suprafeței cu îmbinarea de smîntînă cu făină
21. Stropirea cu unt
22. Coacerea sarmalelor la rolă
23. Aranjarea sarmalelor pe platou
24. Aranjarea smîntînii alături de sarmale
25. Aprecierea calității
26. Prezentarea și servirea

Pentru dietele nr. 7, 10 sarmalele se prepară cu o cantitate minimă de sare.

**Fișă tehnologică Nr.rețete. 286/606 „Knele din pește cu paste făinoase”
pentru dietele nr. 1,5,7,8,9,10**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Sudac	1666	800
Pâine	90	90
Albuș de ou	30	30
Sare	8	8
Frișcă	150	150
Lapte	150	150
Gramaj	1200	1000
Garnitură	1500	1500
Unt	50	50
Masa gata	-	1550

Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime.
2. Cântărirea produselor.
3. Prelucrarea primară a materiei prime: pește, pâine de grâu, lapte, ouă, ceapă, morcov, făină de grâu, smântână, verdeață de pătrunjel.
4. Tranșarea peștelui în fileu fără piele și oase.
5. Curățarea pînii de coajă.
6. Înmuirea pînii în lapte sau apă.
7. Tocarea fileului de pește prin mașina de tocat.
8. Îmbinarea tocăturii de pește cu pîinea înmuiată și sare.
9. Omogenizarea tocăturii.
10. Modelarea lipiilor din tocătura de pește.
11. Aranjarea umpluturii pe lipie.
12. Unirea capetelor lipiei.
13. Modelarea zrazelor în formă ovală.

Pentru umplutură:

14. Tăierea cepei cubușoare mărunte.
15. Îmersarea cepei în apă.
16. Fierberea cepei.
17. Sotarea cepei sotate.
18. Tocarea verdeții de pătrunjel.
19. Prepararea ouălor fierte tari (vezi modulul Prepararea bucatelor din ouă....).
20. Decojirea ouălor.
21. Tăierea ouălor cubușoare mărunte.
22. Îmbinarea cepei sotate cu ouăle tocate, verdeață și sare.
23. Spumarea ouălor.
24. Înmuirea zrazelor în ouăle spumate.
25. Prăjirea zrazelor prin metoda de bază.

Prepararea garniturii:

26. Curățarea morcovului de coajă.
27. Tăierea mărunță a morcovului.
28. Îmbinarea morcovului cu apă și unt.
29. Înăbușirea morcovului.
30. Prepararea sosului de smântână (vezi modulul Prepararea sosurilor).
31. Îmbinarea morcovului cu sosul de smântână.
32. Aducerea pînă la fierbere.
33. Aranjarea zrazelor pe platou.
34. Aranjarea garniturii alături de zraz.
35. Stropirea zrazelor cu unt.
36. Aprecierea calității.

**Fișă tehnologică Nr.rețete. 195/592 „Bitocuri din pește cu brânză coapte cu pireu de cartofi”
pentru dietele nr. 2, 5, 7, 8, 9**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Pește tresca	974	750
Brânză pasteurizată	306	300
Ouă	2 buc.	80
Unt	30	30
Smântână	30	30
Sare	5	5
Gramaj	1190	1000
Garnitură	1500	1500
Unt	50	50
Verdeață	40	30



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime.
2. Cântărirea produselor.
3. Prelucrarea primară a materiei prime: pește, brânză din lapte pasteurizat, ouă, unt, smântână, verdeață de pătrunjel, cartofi.
4. Tranșarea peștelui în fileu fără piele și oase.
5. Tocarea fileului prin mașina de tocat.
6. Pasarea brânzei.
7. Îmbinarea tocăturii de pește cu brânză, ouă, unt.
8. Omogenizarea masei.
9. Condimentarea masei cu sare.
10. Trecerea masei tocate repetat prin mașina de tocat.
11. Modelarea bitocurilor din masa de pește câte 2 bucăți la porție.
12. Ungerea tigăii cu unt.
13. Plasarea bitocurilor pe tigaia unsă.
14. Ungerea suprafeței bitocurilor cu smântână.
15. Coacerea bitocurilor la rolă.
16. Prepararea garniturii – pireu de cartofi (vezi modulul Prepararea bucatelor și garniturilor din legume).
17. Aranjarea bitocurilor pe platou.
18. Aranjarea garniturii alături de bitocuri.
19. Stropirea bitocurilor cu unt.
20. Tocarea verdeții de pătrunjel.
21. Presărarea bitocurilor cu verdeață tocată.
22. Aprecierea calității.
23. Prezentarea și servirea.

**Fișă tehnologică Nr.rețete. 205/598 „Befstroganov din bovină cu pireu din morcov”
pentru dietele nr. 1, 5, 7, 8, 9, 10**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Carne de vită(categoria II)	1640	1210
Morcov	40	30
Pătrunjel	30	20
Ceapă	40	30
Sare	10	10
Gramajul cărnii fierte	-	750
Morcov	320	250
Sos	1050	1000
Gramaju	-	1950
Garnitură		1500

Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime.
2. Cântărirea produselor.
3. Prelucrarea primară a materiei prime: partea laterală și exterioară a părții coxal-femurală de bovină, morcov, rădăcină de pătrunjel, ceapă, smântână, făină de grâu, unt, lapte.
4. Fierberea apei.
5. Îmersarea cărnii de bovină în apă fierbinte.
6. Fierberea cărnii (vezi modulul Prepararea bucatelor din carne...).
7. Curățarea morcovului de coajă.
8. Îmersarea morcovului în apă fierbinte.
9. Fierberea morcovului.
10. Curățirea cărnii de bovină fiartă de tendoane și peliculă.
11. Tăierea pai a cărnii de bovină.
12. Răzuirea morcovului fiert prin răzătoare.
13. Îmbinarea cărnii tăiate pai cu morcovul răzuit.
14. Prepararea sosului de smântână (vezi modulul sos de smântână cu mere).
15. Îmbinarea amestecului de carne, morcov cu sosul de smântână.
16. Fierberea cărnii la foc domol 5-10 minute la capac.

Prepararea garniturii – pireu de morcov.

17. Curățirea morcovului de coajă.
18. Tăierea morcovului cubușoare mărunte.
19. Îmbinarea morcovului cu apă și unt.
20. Înăbușirea morcovului la capac la foc domol.
21. Pasarea morcovului gata.
22. Prepararea sosului de lapte (vezi modulul Prepararea sosurilor).
23. Condimentarea cu sare și zahăr.
24. Fierberea pireului de morcov cu sos de lapte.
25. Dregerea cu unt.
26. Plasarea cărnii cu sos pe platou.
27. Aranjarea pireului de morcov alături de carne.
28. Aprecierea calității.
29. Prezentarea și servirea.

**Fișă tehnologică Nr.rețete. 286/606 „Bitocuri, Pîrjoale din bovină cu brînză de vaci cu pireu din sfeclă”
pentru dietele nr. pentru dietele nr. 2, 9**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Carne de vită	1030	760
Brînză degresată	300	300
Unt	50	50
Ouă	100	10
Sare	10	10
Unt	50	50
Gramajul	-	1000
Garnitură		1500
Unt		50
Sfeclă roșie	1850	1450
Unt	100	100
Masa gata	-	1550

Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime.
2. Cîntărirea produselor.
3. Prelucrarea primară a materiei prime: (carne de bovină pentru pîrjoale, brînză de vaci, unt, ouă, sfeclă, lapte, făină de grîu)
4. Tăierea cărnii bucăți mici
5. Trecerea cărnii prin mașina de tocat
6. Pasarea brînzei
7. Îmbinarea tocăturii de bovină cu brînză pasată
8. Sărarea tocăturii
9. Trecerea repetată a tocăturii prin mașina de tocat
10. Afinarea tocăturii de carne
11. Spumarea ouălor
12. Îmbinarea tocăturii de carne cu oul spumat
13. Omogenizarea masei
14. Modelarea pîrjoalelor
15. Prăjirea pîrjoalelor prin metoda de bază pe ambele părți
16. Prepararea garniturii –piure de sfeclă
17. Fierberea sfeclei în coajă
18. Curățarea sfeclei
19. Pasarea sfeclei
20. Dregerea pireului de sfeclă cu unt, zahăr și sare
21. Fierberea pireului de sfeclă
22. Aranjarea pîrjoalelor pe platou
23. Stropirea pîrjoalelor cu unt
24. Aranjarea pireului de sfeclă alături de pîrjoale
25. Aprecierea calității.
26. Prezentarea și servirea.

**Fișă tehnologică Nr.rețete. 277 /606 ,, Prepararea zrazelor din pasăre cu omletă”
pentru dietele nr. 1**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Pui broiler carne moale fără piele	2240	740
Pâine	150	150
Lapte	230	230
Sare	10	10
Unt	50	50
Gramajul	-	1170
Pentru tocătură		
Lapte	50	50
Ouă	2,5buc	100
Unt	20	20
Morcov	145	100
Dovlecel	190	100
Gramajul tocăturii	1400	1200
Gramajul garniturii	1500	1500
Unt	50	50
Gramajul zrazelor din pasăre cu tăiței de casă		
Garnitură	1500	1500
Unt	50	50



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime.
2. Cântărirea produselor.
3. Prelucrarea primară a materiei prime: (carne de pasăre, pâine de grâu, lapte, ou, morcov, dovlecei, unt, făină de grâu)
4. Curățirea cărnii de pasăre de piele
5. Scoaterea cărnii de pe carcasă
6. Trecerea cărnii de pasăre prin mașina de tocat
7. Decojirea pâinii de grâu
8. Înmuiera pâinii de grâu în apă
9. Îmbinarea cărnii tocate cu pâinea înmuiată
10. Trecerea repetată a masei prin mașina de tocat
11. Îmbinarea tocăturii cu lapte, sare și unt
12. Omogenizarea masei
13. Prepararea umpluturii
14. Curățarea de coajă a morcovului și dovleceilor
15. Tăierea morcovului și dovleceilor cubușoare
16. Îmbinarea legumelor cu unt
17. Fierberea în apă scăzută, cu unt până la înmuiera legumelor
18. Pasarea legumelor prin sită
19. Modelarea lipiilor cu grosimea de 1 cm din tocătura de pasăre
20. Aranjarea umpluturii în mijlocul lipiei
21. Unirea capetelor lipiei
22. Modelarea zrazelor de formă ovală
23. Fierberea zrazelor la aburi.
24. Aprecierea calității.
25. Prezentarea și servirea.

***Fișă tehnologică Nr.rețetei nr. 553 „ Omletă din albuș de ou la aburi cu carne”
pentru dietele nr. 5,8,9,10***

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Ouă(albuș)	30 buc.	750
Lapte	300	300
Unt	30	30
Carne de bovină	1090	500
Sare	50	50
Gramajul	-	1500



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime.
2. Cântărirea produselor.
3. Prelucrarea primară a materiei prime: ouă, lapte, carne de bovină, unt.
4. Fierberea cărnii de bovină.
5. Curățarea cărnii fierte de tendoane și peliculă.
6. Trecerea cărnii fierte prin mașina de tocat carne cu reșou de 1 mm.
7. Prepararea amestecului de omletă (vezi omleta de mai sus).
8. Îmbinarea masei de omletă cu carnea tocată.
9. Ungerea formelor cu unt.
10. Turnarea amestecului în formele unse.
11. Fierberea la baie de aburi.
12. Aranjarea omletei pe platou.
13. Aprecierea calității.
14. Prezentarea și servirea.

**Fișă tehnologică Nr.rețetei nr..567,, Zraze din brânză cu magiun”
pentru dietele nr. 5,7,10**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă	
Brânză de vaci	1100.	1100	
Făină de grâu	100	100	
Ouă	2buc	80	
Zahăr	100	100	
Magiun	300	300	
Gramajul semifabricatului	-	1700	
Masa gata	-	1500	
Unt	100	100	

Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime.
2. Cântărirea produselor.
3. Prelucrarea primară a materiei prime: brânză, făină, ouă, unt.
4. Pasarea brânzei.
5. Omogenizarea ouălor.
6. Îmbinarea brânzei pasate cu ouă, zahăr și făină.
7. Omogenizarea masei de brânză.
8. Modelarea masei de brânză în formă de lipie cu g = 1,5-2 cm.
9. Umplerea lipiilor cu magiun.
10. Lipirea marginilor lipiei.
11. Modelarea zrazelor.
12. Prăjirea zrazelor prin metoda de bază pe ambele părți.
13. Aranjarea zrazelor pe platou.
14. Aranjarea smântânei alături de zraze.
15. Aprecierea calității.
16. Prezentarea și servirea.

**Fișă tehnologică Nr.rețetei nr.570 „ Mere umplute cu brânză”
pentru dietele nr. 5,8,7,10**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Mere	1715	1200
Brânză de vaci	410	400
Ouă	2buc	80
Zahăr	150	150
Masa gata	-	1500
Unt	100	100

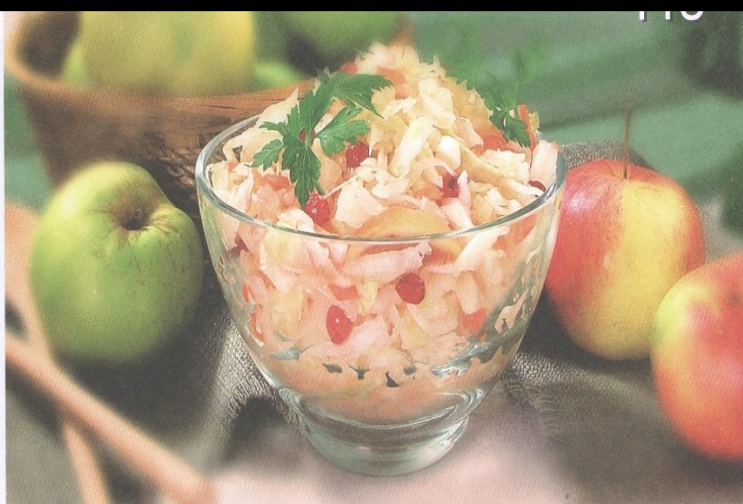


Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime.
2. Cântărirea produselor.
3. Prelucrarea primară a materiei prime: mere, brânză, ouă, zahăr farin.
4. Pasarea brânzei.
5. Curățarea căsuței seminale a merelor cu dispozitivele speciale.
6. Omogenizarea ouălor.
7. Amestecarea brânzei pasate cu ouă și zahăr.
8. Aranjarea merelor umplute în listuri.
9. Turnarea pe list a unei cantități mici de apă.
10. Coacerea merelor la rolă 15-20 minute.
11. Aranjarea merelor coapte pe platou.
12. Presărarea merelor cu zahăr farin.
13. Aprecierea calității.
14. Prezentarea și servirea.

**Fișă tehnologică Nr.rețetei nr. 16 „Varză albă cu mere”
pentru dietele nr. 5,8,7,10**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Mere	1715	1200
Brânză de vaci	410	400
Ouă	2buc	80
Zahăr	150	150
Masa gata	-	1500
Unt	100	100



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime.
2. Cântărirea produselor.
3. Prelucrarea primară a materiei prime: varză, mere, smântână.
4. Tăierea verzei pai mărunț.
5. Condimentarea verzei tocate cu sare.
6. Amestecarea verzei cu sare.
7. Menținerea verzei sărate 30-40 minute.
8. Curățirea mijlocului mărului de semințe.
9. Tăierea merelor felioare mărunte.
10. Amestecarea verzei tocate cu felioare de mere.
11. Dregerea salatei cu smântână și zahăr.
12. Aranjarea salatei pe platou.
13. Aprecierea calității.
14. Prezentarea și servirea.

**Fișă tehnologică Nr.rețetei nr. 60 „Cașcaval în carne”
pentru dietele nr. 1,2**

Denumirea ingredientelor	Masa brută	Masa netă
Carne de vită	770	350
Unt	200	200
Orez	60	270
Sare	10	10
Masa gata	-	800



Tehnologia preparării

1. Determinarea calității materiei prime.
2. Cântărirea produselor.
3. Prelucrarea primară a materiei prime: carne de bovină, unt, orez.
4. Fierberea apei.
5. Îmersarea crupei de orez cu apă fierbinte.
6. Fierberea terciului dens din orez.
7. Condimentarea terciului cu sare.
8. Îmersarea cărnii de vită cu apă fierbinte.
9. Fierberea cărnii (vezi modulul Prepararea bucatelor din carne).
10. Trecerea terciului de orez dens și a cărnii fierte prin mașina de tocat carne de 3 ori.
11. Înmuiera untului.
12. Omogenizarea tocăturii cu unt înmuiat.
13. Afinarea masei pînă la consistență puhavă.
14. Răcirea masei.
15. Aranjarea masei pe platou.
16. Aprecierea calității.
17. Prezentarea și servirea.