**Нормы потерь массы продуктов и блюд**

**при тепловой обработке (%)[[1]](#footnote-1)**

|  |  |
| --- | --- |
| *Блюда* | *Потери при тепловой обработке (%)* |
| **Мясо и мясопродукты** |
| Отварная говядина: |
| Варка крупным куском | **38** |
| Варка мелкими кусками | **37** |
| Мясо, тушеное в соусе | **20** |
| Котлеты (биточки) паровые | **12** |
| Фрикадельки мясные паровые | **15** |
| Фрикадельки мясные отварные | **24** |
| Сосиски, колбаса отварные | **0** |
| **Рыба** |
| Рыба отварная | **18** |
| Суфле рыбное: |
| Припускание | **18** |
| **C:\Users\NS\Desktop\Рисунки\i (30).jpg**Запекание | **15** |
| Рыба, запечённая в соусе: |
| Припускание | **18** |
| Запекание в соусе | **10** |
| Рыба, тушенная в маринаде: |
| Припускание | **18** |
| Тушение | **20** |
| Котлеты (биточки) рыбные паровые: |
| Протирание | **2** |
| Варка на пару | **15** |
| **Творог** |
| Сырники запеченные | **15** |
| Вареники ленивые из жирного творога | **9** |
| Вареники ленивые из п/жирного творога | **5** |

1. Справочник руководителя дошкольного учреждения//№7. 2006. С.60-63 [↑](#footnote-ref-1)