


 Утверждаю  
 Заведующий МДОУ «Рязжский детский сад №10»  
 О.Б. Рубайлова  
 Приказ от «11» января 2016 № 9

**ТАБЛИЦА ВЫХОДА МЯСНЫХ, РЫБНЫХ, ОВОЩНЫХ БЛЮД  
 ПРИ ТЕПЛОВОЙ ОБРАБОТКЕ**  
 (% от массы блюда до тепловой обработки)

Продукты	Процент отхода	Выход блюда в %
Мясо ( <i>говядина</i> ) вареное	38	62
Тушеное	40	60
мелкие куски ( <i>азу, гуляш</i> )	37	63
Котлеты, битки, шницели - жареные	19	81
Тефтели - жареные и тушеные	15	85
Зразы рубленые - жареные	15	85
Рулет с яйцом - жареный	12	88
Куры вареные	28	72
Печень тушеная и жареная	28	72
Рыба: хек - отварной, жареный	18	82
филе хека ( <i>с кожей без костей</i> ) жареное	20	80
припущенное	18	82
треска-отварная	18	82
жареная	20	80
филе трески ( <i>с кожей без костей</i> ) жареное	20	80
припущенное	18	82
Сосиски	2,5	97,5
Колбаса - вареная	3	97
Картофель — вареный ( <i>очищенный</i> ) жареный молодой	3	97
вареный в кожуре с последующей очисткой	31	69
	6	94
	43	57
Морковь - пассерованная вареная в кожуре с последующей очисткой вареная или припущенная дольками ( <i>мелкими кубиками</i> )	32	68
	25	75
	8	92
Свекла отварная с последующей очисткой	27	73
Капуста белокочанная - тушеная	21	79
Лук репчатый - пассерованный для супа	26	74
Для соусов и вторых блюд	50	50
Кабачки - тушеные	22	78