

Смерть немецким оккупантам!



**ПАМЯТКА
ВОЙСКОВОМУ—
ПОВАРУ**

ДЕЙСТВУЮЩАЯ АРМИЯ
1945

library

<http://larec.songkino.ru>

<http://laretz-kulinarniy.narod.ru/>

Смерть немецким оккупантам!

ПАМЯТКА
ВОЙСКОВОМУ
ПОДРАЗДЕЛЕНИЮ

ДЕЙСТВУЮЩАЯ АРМИЯ
1 9 4 5

library

<http://larec.songkino.ru>

<http://laretz-kulinary.narod.ru/>

У К А З

ПРЕЗИДИУМА ВЕРХОВНОГО СОВЕТА СССР

Об утверждении нагрудных знаков «Отличный повар» и «Отличный пекарь»

В целях поощрения особо отличившихся поваров и хлебопеков из числа рядовых и младшего начальствующего состава Красной Армии Президиум Верховного Совета Союза ССР постановляет:

1. Утвердить для первого, младшего начальствующего состава служб продовольственного снабжения Красной Армии образцы нагрудных знаков: „Отличный повар“ и „Отличный пекарь“.

2. Утвердить положения о нагрудных знаках „Отличный повар“ и „Отличный пекарь“.

3. Предоставить право награждения нагрудными знаками „Отличный повар“ и „Отличный пекарь“ командирам полков и соединений, начальникам отделов продовольственного снабжения Армии, начальникам управлений продовольственного снабжения фронтов и военных округов и начальнику Главного Управления продовольственного снабжения Армии.

Председатель Президиума Верховного
Совета СССР М. КАЛИНИН.

Секретарь Президиума Верховного
Совета СССР А. ГОРКИН.

Москва, Кремль. 8 июля 1943 г.

Повар! Приготовление пищи, несмотря на отсутствие постоянных помещений и оборудования, должно производиться с полным соблюдением санитарно-гигиенических требований.

Продукты на кухню принимаются по весу стоящим поваром только в присутствии дежурного по пищеблоку, при этом проверяется качество продуктов.

Закладка продуктов в котел также должна производиться при обязательном присутствии дежурного по кухне.

На кухне обязательно должен иметься журнал снятия проб медицинским работником.

Для того, чтобы боец получал все положенное ему по нормам продовольствия полностью и в хорошо приготовленном виде, повар должен:

Уметь приготовить вкусную пищу;

Знать, какие продукты и в каком количестве полагается на довольствие одного бойца в сутки;

Знать, какими продуктами и по какой норме следует заменять недостающие продукты;

Знать, сколько бойцов довольствуется каждый день с его кухни;

Знать, сколько продуктов положено и сколько получено со склада, согласно меню-раскладки для приготовления пищи довольствующемуся у него личному составу;

Знать продолжительность варки продуктов, выход продуктов после варки, объем котлов и посуды;

Знать, какие санитарно-гигиенические требования предъявляются к повару, и неуклонно выполнять их.

Приготовление и равномерная раздача бойцам вкусной, сытной, разнообразной и богатой витаминами пищи в любых условиях боевой обстановки — благородный воинский долг каждого повара.

Нормы суточной дачи продовольствия личному составу действующей армии (на 1 чел. в грамм.).

Наименование	Норма № 1	Норма № 2
Хлеб для зимнего времени (октябрь—март)	900	800
Хлеб для летнего времени (апрель—сентябрь)	800	700
Муки пшеничной 2 сорта	20	10
Крупа разная	140	120
Макароны—вермишель	30	20
Мясо	180	150
Мука соевая	15	—
Комбижир и сало	30	25
Масло растительное	20	20
Сахар	35	25
Чай	1	1
Соль для приготовления пищи	30	30
Овощи и картофель	820	820
Томат-паста	6	6
Специи	2,8	2,8
Махорка	20	20
Спички (кор. в месяц)	3	3
Курит. бумага (книжек в м-ц)	7	7

По норме № 1. довольствуется личный состав боевых частей.

По норме № 2 довольствуется личный состав тыловых частей (тыла фронта, армии, дивизии, бригады).

Т А Б Л И Ц А **замены некоторых продуктов**

За 100 гр. хлеба	Сухари	— 60 гр.
За 100 гр. мяса говяжьего	Консервы: мясо тушен., мясо варен., мясо со- леное	— 60 гр.
	Консервы: мясогорехов, салобобовые	— 100 гр.
	Консервы мясные им- портные	— 60 гр.
	Бекон американский	— 70 гр.
	Бекон английский	— 90 гр.
	Копчености	— 60 гр.
	Сало-шпиг	— 30 гр.
	Сало-лярд	— 25 гр.
	Сбой 1-й категории	— 100 гр.
	Рыба свежая	— 150 гр.
	„ соленая	— 120 гр.
	„ копченая	— 70 гр.
	Рыбные консервы	— 80 гр.
	Яйца	— 1,5 шт.
	Творог	— 300 гр.
	Птица потрошенная	— 100 гр.
	Колбаса влажностью в 40%	— 70 гр.
За 100 гр. масла сливочного	Сливки	— 400 гр.
	Сметана	— 300 гр.
	Сало-шпиг	— 100 гр.

За 100 гр. комби-
жира и сала
Компаунджир, маргогу-
селинг, компаундойль,
сало топленое, масло
коровье топлен. — 100 гр.
Сало-шниц и смальц,
сало топленое, лярд,
масло коровье сливоч-
ное — 100 гр.
Масло растительное — 150 гр.

За 100 гр. масла
растительного
Компаунджир, комби-
жир, маргогуселин, ком-
паундойль, сало топ-
леное, масло коровье
топленое — 67 гр.

За 100 гр. овощей
и картоф. свеж.
Овощи сушеные и кар-
тофель сушеный — 10 гр.
Капуста квашеная — 100 гр.
Горох, чечевица, пше-
но, крупы: гречневая,
перловая, овсяная, вер-
мишель, макароны, лап-
ша, мука — 20 гр.

Крупы разные, рис, крупа манная, макароны,
вермишель, лапша, мука всех сортов взаимозаме-
няется грамм за грамм.

За 100 гр. сахара Мед — 100 гр.

За 100 гр. чая	Чай суррогатный	— 200 гр.
натурального	Кофе „	— 400 гр.
За 100 гр. томат-	Томат-пюре	— 200 гр.
пасты	Кетчуп	— 150 гр.
	Концентрат суп томат-	
	ный американский	— 75 гр.
100 гр. кон-	Крупа	— 95 гр.
центрат 2 бл.	Жир животный	— 10 гр.
заменяют:	Соль	— 3 гр.
100 гр. кон-	Крупа	— 100 гр.
центрат 1 бл.	Жир животный	— 10 гр.
заменяют:	Соль	— 8 гр.
100 гр. овощ-	заменяют:	
ных концен-	Овощей свежих	— 770 гр.
тратов (щей,	Жира	— 10 гр.
борща, супа кар	Соли	— 8 гр.
тофельного)		
100 гр. супа	заменяют:	
картофельно-	Овощей свежих	— 670 гр.
крупяного или	Жира	— 10 гр.
картофельно-	Соли	— 8 гр.
бобового		
100 гр. бри-	заменяет:	
кетированной	Овощей свежих	— 770 гр.
суповой смеси		

ТЕПЛОВАЯ ОБРАБОТКА ПРОДУКТОВ И ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД:

Тепловая обработка преследует следующие цели:

1. Размягчение продуктов для повышения их усвояемости.

2. Улучшение внешнего вида, вкуса и запаха пищи.

3. Уничтожение вредных микробов, находящихся на сырых продуктах.

Имеются два способа тепловой обработки продуктов: варка и жарение.

Варкой называется нагревание продуктов в воде, бульоне, молоке или на пару.

Варка продуктов с небольшим количеством жидкости, когда продукт погружен в нее более чем на $\frac{1}{3}$ или в собственном соку называется припусканием.

Если продукт припускается с добавлением специй, томата, жира или в соусе, то такая обработка называется тушением. Тушение и пропускание производится в закрытой посуде.

Варка на пару проводится таким образом, что продукт не соприкасается с водой, а нагревается горячим паром.

Жарение: нагревание продуктов с жиром без добавления жидкости (воды, бульона, молока). При жарении продукт покрывается румяной корочкой и приобретает приятный запах и вкус.

Пассерование: пассеруют овощи и муку. Пассерование овощей производят следующим образом: мелко нарезанную морковь, петрушку, сельдерей закладывают слоем не более 5—6 см. в противень, неглубокую кастрюлю или котелок с разогретым жиром и нагревают при помешивании минут 10—15, затем кладут лук и продолжают нагревание 5—10 минут. В конце прибавляют томат-пасту, разведенную во избежание пригорания бульоном или водой и нагревают все еще минут 5 до равномерного окрашивания жира.

Пассерование производится при открытой крышке посуды.

Во время пассерования ароматические вещества из лука и корней переходят в жир и задерживаются им. Если бы эти овощи закладывались в супы не пассерованными, то ароматические вещества во время варки улетучились бы с водяным паром.

При закладке в котел пассерованных овощей аромат их сохраняется.

Морковь и томат, кроме того, окрашивают жир в оранжевый цвет, что улучшает внешний вид блюда.

Кроме овощей пассеруют подболточную муку.

Ее насыпают слоем 1—2 см. на противень и при постоянном помешивании нагревают до желтоватого или коричневого цвета.

Пассерование в стационарных условиях производят на плите, а в полевых на костре.

При закладке в котел подболточную муку всегда предварительно разводят небольшим количеством воды или бульона.

Супы: Супы варят на мясном, рыбном бульоне или вегетарианские.

При варке супов продукты закладывают обязательно в кипящий бульон или воду последовательно в соответствии с продолжительностью их варки.

Закладка в кипящую воду уменьшает разрушение витамина «С».

С появлением зелени для витаминизации супов могут быть использованы петрушка, укроп, крапива, ботва свеклы и редиски, шпинат—30 гр., люцерна, листья березы и смородины—20 гр. в день на человека.

Петрушка, укроп используются в сыром виде для посыпания готового блюда при раздаче, оставшая зелень закладывается в котел одновременно с подболточной мукой.

Витаминные препараты (порошки), выдаваемые при отсутствии или недостатке свежих овощей, закладываются в котел непосредственно перед раздачей пищи.

Мясной бульон. В стационарных условиях мясо варят после предварительной его обвалки.

В котел сначала закладывают нарубленные кости, а поверх — куски мякоти, заливают холодной водой и варят до готовности (2—2¹/₂ часа).

Затем мясо вынимают, а кости продолжают варить еще 2—3 часа.

Готовый бульон процеживают, доводят до кипения и используют для приготовления супов.

Можно бульон варить и из одних костей, причем для более полного извлечения из них питательных веществ их следует подвергать двухкратной выварке по 4—5 часов.

В полевых условиях мясо варят до готовности (2¹/₂—3 часа) не обваленным.

Барку мяса во всех случаях следует вести таким образом, чтобы не было бурного кипения бульона, так как от этого качество его ухудшается благодаря частичному разложению жира. Всплывающий на поверхность бульона жир следует снимать и использовать для пассерования овощей.

Вынутое из бульона мясо не должно быть переваренным, иначе оно будет сильно крошиться при резке на порции.

Резка вареного мяса на порции должна производиться на специальной доске, используемой только для этой цели. Резать вареное мясо на той же доске, на которой режется сырое, нельзя.

Основание: Циркуляр № 5 1943 г. Нач. ГУПС КА.

Соевые муку и крупу следует расходовать в следующих количествах (на одну порцию):

Супы овощные	5—10 гр.
» крупяные	15—20 гр.
» из мучных изделий	15—20 гр.
Вторые блюда	10—15 гр.

Соевую крупу рекомендуется применять для каши и каш.

Санитарно-гигиенические требования к повару.

1. Соблюдай личную гигиену, у повара ногти должны быть коротко острижены.

Перед началом работы и при переходе от одной работы к другой руки тщательно мой с мылом. Работай всегда в чистой спецодежде, перед раздачей пищи надевай свежий комбинезон.

2. Пищу готовить из вполне доброкачественных продуктов и из хорошей питьевой воды. В случае сомнения в доброкачественности продуктов немедленно заяви врачу или фельдшеру.

3. Никогда не пользуйся водой из непроверенных источников. Воду в котел наливай обязательно через марлю или сито.

4. Общищай пищу на всех стадиях хранения и обработки от грязи, пыли и мух.

5. Сырое и вареное мясо и рыбу обрабатывай только на специальных досках. Обработка сырого и

вареного мяса на одной доске, хотя и с разных сторон, категорически воспрещается.

6. В котел закладывая мясо кусками не более 1 кг., после тщательной промывки в холодной воде.

7. Пищевые продукты хорошо проваривай, особенно мясо и рыбу.

8. Следи за целостью полуды котла, в особенности медно-луженого.

Котлы должны быть вылужены чистым оловом с содержанием свинца не более 1%.

9. Пищу раздавать в горячем виде равномерно по объему и густоте—в особенности первые блюда, для чего наливай пищу в котелок в два приема, зачерпывая ее сначала из нижней, а затем из верхней части котла.

10. Жир, полагающийся по раскладке, после прогревания его с разведенным бульоном не закладывая в котел, а распределяй ложкой по котелкам во время раздачи.

Порции мяса выдавай только куском. Раздача мяса крошенкой запрещается.

11. Пищу, оставленную для отсутствующих бойцов (расход), храни в холодном месте и не более 2-х часов. Перед выдачей расхода—прогревай.

12. По окончании раздачи пищи котел немедленно освобождай от остатков пищи, вымой горячей водой, очисти снаружи и сейчас же заправь кухню (котел наполни водой, в топку заложь дрова).

Соскребать ножом, приставшую к стенке котла пищу, нельзя; для этого пользуйся щеткой.

13. Пищу отпускай только в чистые котелки. Не допускай остатков пищи после раздачи больше заявленного расхода.

14. Участок, где расположена кухня, должен быть чисто убран, свободен от всякого рода загрязнений. Повозки с продуктами и коновязи должны быть на удалении не ближе 50 мт. от кухни. Ямы для отбросов устраивай не ближе 25 мт. от кухни и повозок с продуктами.

ИСПОЛЬЗУЙ ДИКОРАСТУЩУЮ ЗЕЛЕНЬ И БОТВУ ОГОРОДНЫХ РАСТЕНИЙ ДЛЯ ОБОГАЩЕНИЯ ПИЩИ ВИТАМИНОМ «С».

З а п о м н и:

В 100 гр. клевера	содерж. витам. «С»	115-200 мггр.
В 100 гр. люцерны	„ „	20—40 „
В 100 гр. щавеля	„ „	небольш. кол-во
В 100 гр. ботвы моркови	„ „	102 мггр.
В 100 гр. „ редиски	„ „	117 „
В 100 гр. „ тыквы	„ „	112 „
В 100 гр. „ брюквы	„ „	126 „
В 100 гр. „ репы	„ „	136 „

Зелень может быть использована для заправки супов и для приготовления зеленых щей.

При изготовлении супов хорошо промытая и мелко нарезанная зелень закладывается в котел за 10—20 мин. до окончания варки супа.

На 1 порцию супа берут 15—20 гр. зелени.

При изготовлении зеленых щей в кипящий бульон (мясной или рыбный) закладывают картофель, варят 15 мин., затем добавляют хорошо промытую, мелко нарубленную зелень, смешанную с мукой, пассерованной на жире, лук, перец, лавровый лист, соль и варят до готовности.

Для зеленых щей на одну порцию следует брать 200 грамм зелени, из которых 100—150 гр. щавеля.

Собранную зелень храни в прохладном месте не более 12 часов.

Для сохранения витамин «С» — зелень промой и измельчай только перед варкой, не допускай хранения в нарубленном состоянии — закладывай для варки в кипящий бульон.

Не храни долго пищу, приготовленную из зелени.

Предолжительность варки продуктов.

№№ п/п	Название продуктов	Время варки
1.	Рыба	20—25 мин.
2.	Рыба до полного размягч. костей	1,5—2 часа
3.	Макароны-лапша	20—25 мин.
4.	Вермишель	12—15 мин.
5.	Горох нелущеный	1,5—2 час.
6.	Горох лущеный	30—40 мин.
7.	Свекла нарезанная для борща	40—50 мин.
8.	Капуста квашеная	50—60 мин.
9.	Картофель крупнонарезанный	20—25 мин.
10.	Овощи сушеные	40—50 мин.
11.	Морковь свежая	20—30 мин.
12.	Пшено в супе	25—30 мин.
13.	Пшено для вязкой каши	40—50 мин.
14.	Перловая крупа для жидкого блюда	40—50 мин.
15.	» » каши вязкой	60—90 мин.
16.	Гречневая крупа для жидкого блюда	20—30 мин.

17. » » каши вязкой 50—60 мин.
 18. » » (поджареная для рассыпчатой каши) 3—4 часа
 19. Ячневая крупа для каши 40—50 мин.
 20. Капуста свежая в супе 30—35 мин.
 21. Мясо при варке 1,5—2 кг. 2—2,5 час.
 22. Мясо кусочками 20—30 гр.
 1 ч. 15 м. — 1 ч. 30 м.

Таблица выхода мяса и мясных продуктов после варки

Наименование продуктов	Выход готовых порций в процентах
Говядина и баранина	45—47%
Солонина	44—45%
Свинина мясная разрубочная	49—50%
Сосиски консервированные	98,5%

Примечание: 1. Выход порций указан по мясу и солонине в ‰ к весу сырого мяса с костями, по консервированным сосискам в ‰ к весу Нетто консерв.

2. При переводе американских единиц веса в метрические принимать: один англофунт равным 454 гр. и одну унцию — 28,3 гр.

Нормы отходов при обработке продуктов и нормы расхода готовых изделий

№№ п-п.	Наименование продуктов	Отход при хо- лодной обраб. в проц. к брут.	Потеря в весе при тепловой обр. в проц. к весу полуфаб.	Вес готовых издел. в проц. к брутто
1.	Мясо вареное	26	38	46
2.	Котлеты рубленые	26	19	93
3.	Солонина говяжья	30	37	44
4.	Свинина вареная	15	40	51
5.	Куры вареные 2 сорта	33	25	51
6.	Судак в вареном виде	38	20	50
7.	Картофель отварной	25	3	73
8.	Картофель жареный	25	31	52
9.	Картоф. отварн. молод.	15	—	85
10.	Свекла вареная	23	5	73
11.	Капуста варен. белая	20	8	74

Перечень основных предметов к походным кухням

№№ п-п:	Наименование	Кухня кавал. образ.	Кухня пехот.- артил. образ.	Кухня двух- котельная	Кухня трех- котельная
1.	Пила поперечная	1	1	1	1
2.	Разводка для пилы	1	1	1	1
3.	Щетка для чистки котла	1	1	1	1
4.	Напильник трехгранный	1	1	1	1
5.	Черпак	1	1	1	1
6.	Вилка для выним. мяса	1	1	1	1
7.	Кухонный нож	1	1	1	2
8.	Ножи для чистки овощей	1	2	2	2
9.	Весы с разновесом	1	1	1	1
10.	Топор-колун	1	1	1	1
11.	Брусек для точки ножей	1	1	1	1
12.	Свечной ящик со свечами	1	1	1	1
13.	Термос	2	2	2	2
14.	Ключ гаечный	1	1	1	1
15.	Сальница с колес. мазью	1	1	1	—
16.	Разводная чека с развод- ным кольцом	1	1	1	—
17.	Ведро для воды железное	1	1	1	1
18.	Фонарь	1	1	1	1

**Перечень основных предметов
к походным кухням**

№№ п.п.	Наименовани	Кухня кавал. образ.	Кухня пешот- artil. образ.	Кухня двух- котельная	Кухня трех- котельная
19.	Лопатка для разд. каши	1	1	1	1
20.	Весло для размешивания каши	1	1	1	1
21.	Противень для пассеров- ки лука	1	1	1	1
22.	Кружка мерная в 0,5 л.	1	1	1	1
23.	Бидон для жира	1	1	1	2
24.	Миска для растаплива- ния жиров	1	1	1	2
25.	Лопата саперная	1	1	1	1
26.	Таз мясной	1	1	1	2
27.	Тазики (бачки для мытья посуды)	2	2	2	3
28.	Разделочные доски	5	5	5	5
29.	Сито	1	1	1	1
30.	Ложка алюминиевая	1	1	1	2
31.	Умывальник				1

Данные о емкости котлов походных кухонь

№№ п.п.	Наименование кухонь	Емкость котлов в литр.	
		в том числе	
		Общая емкость	Полезная емкость
1.	Кухня кавалерийск. образ.	210	150
2.	„ „ пехотн. артил. „	307	250
3.	Двухкотельная кухня:		
	а) Котел для первых блюд	190	160
	б) Кашный котел	130	100
4.	Трехкотельная кухня:		
	а) Котел для первых блюд	190	160
	б) Кашный котел	130	100
	в) Кипяточный котел	145	110
5.	Горно-вьючная кухня (два котла)	50	40
6.	Термос-кухня	25	22

Нормы расхода воды, соли на 1 кг. крупы

Наименование круп	Каши рас- сыпчатые				Каши вязкие				Кашцы			
	вода в лт.	соль в гр.	продолжен. варки в час	вых. в кгр.	вода в лт.	соль в гр.	продолжен. варки в мин	вых. в кгр.	вода в лт.	соль в гр.	продолжен. варки в мин	вых. в кгр.
Гречневая .	1.3	22	3.0	2.1	3.5	35	50	4.25	5	55	50	5.5
Пшено .	1.7	27	2.5	2.5	3.5	35	40	4.25	5	55	30	5.5
Перловая .	2.2	30	2.5	3.0	4.0	40	60	4.50	5	55	60	5.5
Ячневая .	2.2	30	2.5	3.0	4.0	40	40	4.5	5	55	30	5.5
Овсяная .	2.3	30	2.0	3.1	5.0	55	60	5.5	—	—	—	—
Пшеничная .	2.0	30	1.5	3.0	4.0	45	40	4.5	5	55	30	5.5

Таблица емкости посуды по некоторым продуктам

Наименование продуктов	П о с у д а			
	Термос ведро 12 лит.	Круглый ар- мейский коте- лок 2-х лит.	Стакан гра- ненный 0,2 лит.	Ложка столо- вая алюмин.
Крупа гречневая	9,5 кг.	1,7 кг.	162 гр.	—
Пшено	10,3 кг.	1,76 к.	176 гр.	—
Крупа ячневая	7,5 кг.	1,5 кг.	145 гр.	—
Крупа перловая средняя	10,8 кг.	1,8 кг.	184 гр.	—
Сахар-песок	—	—	185 гр.	—
Мука пшеничная	—	1,0 кг.	125 гр.	—
Жиры	—	1,95 к.	188 гр.	20 гр.
Томат-паста	—	2,0 кг.	200 гр.	30 гр.
Соль крупная	—	2,2 кг.	210 гр.	25 гр.

Пищу по котелкам дели равномерно, — из котла в котелок и термос наливай в два приема, зачерпывая ее сначала из нижней, а затем из верхней части котла.

Таблица емкости чугунных котлов

Диаметр котла в сантим.	Емкость котла в литрах	Количество порций		Расход дров на варку в кг.
		Жидкие блюда	Густые блюда	
51	50	50—70	55—100	—
56	60	60—80	70—120	—
62	80	80—100	90—160	15—20
70	100	100—140	110—200	25—30
75	150	150—200	160—300	35—40
82	200	200—280	220—400	45—50
90	250	250—350	280—500	—
98	300	300—420	330—600	60—65
105	350	350—500	390—700	—
110	400	400—570	440—780	—
126	500	500—700	550—980	—

**Таблица перевода английских единиц веса
в метрические**

Меры английские	Меры метрические
Фунты	Граммы
6	2721
2,5	1134
2,0	907
1,5	680
1,0	454
Унции	Граммы
15,5	440
12,0	340
11,5	326
1,0	28,3

Простейшие признаки доброкачественности продуктов

Наименование продуктов	Признаки доброкачественности
Мука, крупа, макаронные изделия, су- хие овощи.	Сухие, с нормальным цветом, вкусом и запахом, без горечи, затхлости, запаха плесени, горьковатого, кисловатого или каких-либо других посторонних привкусов. В пшене допускается наличие слабого горьковатого привкуса.
Мясо остывшее	Покрывается светлой сухой пленкой и не прилипает к пальцам. Углубление, образующееся при надавливании, быстро выравнивается. Запах — характерный мясной. Никакого кислого неприятного запаха не чувствуется. Мясо подозрительной свежести в сухую погоду покрыто темной корочкой, а в сырую имеет ослизлую поверхность и прилипает к пальцам. Запах мяса слегка кисловатый. Углубление от надавливания выравнивается медленно.

Простейшие признаки доброкачественности продуктов

Наименование продуктов	Признаки доброкачественности
Солонина	Плотная, сероватого или красноватого цвета. Отсутствие на разрезе в средних частях куска темных, желтоватых или зеленоватых пятен, служащих признаком недосола. Рассол чистый, темнокрасного цвета.
Колбасы	Отсутствие плесени на поверхности. У копченых и полукопченых сортов допускается незначительная заплесневелость, не проникающая сквозь оболочку. На разрезе — нормальный свойственный данному сорту вид без полостей. Запах и вкус — нормальные.
Консервы	Донышки — плоские или несколько втянутые внутрь, но не вздутые. Вздутие, поддающееся выправлению надавливанием без повторного выпячивания, не служит признаком порчи. Содержимое банок должно иметь нормальные вкус и запах.

Простейшие признаки доброкачественности продуктов

Наименование продуктов	Признаки доброкачественности
Рыба парная	Свежий рыбный запах, выпуклые глаза с прозрачной роговой оболочкой, яркокрасные жабры без неприятного запаха, плотное упругое тело, гладкая, блестящая, плотно прилегающая чешуя, нормальное, невздутое брюшко. Рыба подозрительной свежести имеет неприятный запах сырости, впавшие мутные глаза, потускневшую чешую, сероватые жабры.
Соленая рыба	Плотное мясо, естественная окраска чешуи и нормальный цвет на разрезе. Соленая рыба является подозрительной по качеству, если у нее имеется загар (потемнение мяса у позвоночника) и ржавчина.
Сало и комбижир	Нормальный вкус и запах без посторонних оттенков.

Простейшие признаки доброкачественности продуктов

Наименование продуктов	Признаки доброкачественности
Масло подсол- нечное и хлопковое	Запах и вкус свойственные дан- ному виду масла, без горечи и посторонних оттенков. Цвет масла — желтый, различных оттенков.

ОСНОВАНИЕ: Циркуляр ГУПС КА
№ 12 1942 г.

ПРИМЕРНАЯ МЕ

на пять дней при трехразовом пи

		Наименование			
		Хлеб	Мясо	Крупа пшен.	Крупа пер- ловая
Завтрак	Суп крупяной				
	с мясом	250	80	—	40
Обед	Чай				
	Суп с макар.	300	100	—	—
Ужин	Каша пшенная			90	
	Картоф. пюре	250			
Чай					
Итого:		800	180	90	40

		Наименование			
		Хлеб	Мясо	Крупа пер- ловая	Мука пшенич.
Завтрак	Суп-пюре горо-				
	хов. из конц.	250	—	—	—
Обед	Чай				
	Щи из концен.	300	—	—	20
Ужин	Каша с мясом		90	70	—
	Картоф. пюре	250	90	—	—
Чай					
Итого:		800	180	70	20

НЮ-РАСКЛАДКА

тании горячей пищей (норма № 1)

п р о д у к т о в								Калорийность
Макаронны лапша	Мука пше-ничн.	Мука сое-вая	Жир живот-ный	Картофель	Соль специ	Сахар	Чай	
—	10	—	5	200	По вкусу	35	0,5	1074,5
30	—	5	8	200		—	—	1405,5
		10	15					985,2
			15,4	520			0,5	
30	10	15	43,4	920		35	1,0	3465,2

п р о д у к т о в							Калорийность
Кон-центр. 1 бл.	Кон-центр. щи	Мука сое-вая	Жир живот-ный	Картофель	Сахар	Чай	
75	—	—	5	—	—	—	896,7
—	—	—	—	—	35	0,5	
—	40	10	10	100	—	—	
—	—	5	6,8	—	—	—	1240,0
—	—	—	10	537	—	—	966,5
						0,5	
75	40	15	31,8	637	35	1,0	3103,2

		Н а и м е		
		Хлеб	Мясо	Крупа перловая
Завтрак	Суп крупяной с соевой мукой Ч а й	250	—	—
О б е д	Суп с мясными консервами Картофельное пюре	300	(60 гр. конс. мясных)	
У ж и н	Каша перловая вязкая с мясом Ч а й	250	80	90
Итого:		800	140	90

		Н а и м е		
		Хлеб	Мясо	Мука пшен.
Завтрак	Суп карт, крупян. из концентрат. Ч а й	250	—	—
О б е д	Суп мясной с клец. Картофельное пюре с мясом	300	90	50
У ж и н	Каша с конц. 2 бл. Ч а й	250	90	
Итого:		800	180	50

нование продуктов							Калорийность
Крупа гречн.	Макароны лапша	Мука соев.	Жир животный	Картофель	Сахар	Чай	
40	—	15	15	200	35	0,5	1089,0
—	30		18,3	250 520			1431,7
—	—	—	10,0	—		0,5	928,9
40	30	15	433	97,0	35	1,0	3449,6

нование продуктов							Калорийность
Конц. 2 бл.	Конц. карт. круп.	Жир животный	Картофель	Мука соев.	Сахар	Чай	
—	60	10	100	5	35	0,5	986,0
		5	100				1420,0
100		12,3	440	10		0,5	875,0
100	60	27 3	640	15	35	1,0	3281,0

		Н а и м е		
		Хлеб	Мясо	Крупа гречн.
Завтрак	Суп картофель-			
	ный с мясом	250	90	—
	Ч а й			
О б е д	Суп макаронный с			
	мясом	300	90	—
	Картофельн. пюре			
У ж и н	Каша гречневая с			
	соевой мукой	250		90
	Ч а й			
Итого:		800	180	90

нование продуктов							Калорийность
Макароны лапша	Мука пшен. 2 с.	Мука соев.	Жир животный	Картофель	Сахар	Чай	
—	20	—	10	350	35	0,5	1076,1
30	—	—	5 18,3	200 520			1425,2
		15	10		—	0,5	916,7
30	20	15	43,3	1070	35	1,0	3418,0