

**ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИЙ ІНСТИТУТ
ДЕРЖАВНОГО ТОРГОВЕЛЬНО-ЕКОНОМІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ**

**Кафедра харчових технологій, готельно-ресторанного і туристичного
сервісу**

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

**на тему «Удосконалення технології та дослідження якості гарнірів»
на матеріалах ресторану «Allure Inn Grill»**

Студента 2 курсу, 217 групи,
галузі знань 18 «Виробництво
та технології»
спеціальності 181 «Харчові
технології»
Освітньої програми «Харчові
технології»

_____ Онуфрійчука Миколи Івановича

Науковий керівник
док. техн. наук, доцент

_____ Борук Сергій Дмитрович

Завідувач кафедри
канд. техн. наук, доцент

_____ Паламарек Каріна Вікторівна

**Чернівці
2025**

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ТЕХНОЛОГІЇ ГАРНІРІВ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЇХ ВИРОБНИЦТВА У ЗАКЛАДАХ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА.....	5
1.1 Аналітичний огляд літератури щодо існуючих технології гарнірів.....	5
1.2 Обґрунтування параметрів виробництва гарнірів у закладах ресторанного господарства України	13
РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ГАРНІРІВ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЇХ ВИРОБНИЦТВА У РЕСТОРАНІ «ALLURE INN GRILL».....	22
2.1. Загальна характеристика ресторану «Allure Inn Grill».....	22
2.2. Аналіз технологічної і проєктної діяльності ресторану «Allure Inn Grill»..	25
2.3. Організація виробництва технології гарнірів ресторану «Allure Inn Grill»..	26
РОЗДІЛ 3. УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ГАРНІРІВ	28
3.1 Обґрунтування вибору сировини, необхідної для приготування гарнірів ...	28
3.2. Вимоги до оформлення та відпуску готової продукції	33
3.3. Розроблення схеми технологічного процесу гарнірів	35
3.4. Розрахунок поживної цінності нових гарнірів.....	36
ВИСНОВКИ ТА ПРОПОЗИЦІЇ	41
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	43
ДОДАТКИ.....	46

ВСТУП

Індустрія ресторанного господарства України, попри виклики, залишається однією з найбільш динамічних та стійких галузей економіки. Її головна мета — не лише задовольнити базові потреби у харчуванні, пропонуючи широкий асортимент страв, а й забезпечити естетичну насолоду та високий рівень сервісу. Для досягнення цих цілей закладам необхідно постійно розвиватися, зокрема, через впровадження інноваційних підходів у розробці нових страв.

Традиційно гарніри розглядалися як просте доповнення до основної страви, але сучасні тенденції вимагають переосмислення цієї ролі. Нові гарніри повинні стати не просто супроводом, а повноцінним, функціональним елементом трапези, що збагачує раціон клієнтів.

Таким чином, інноваційна розробка гарнірів, з акцентом на їхню поживну цінність та різноманітність, є ключовим напрямком для підприємств ресторанного господарства. Це дозволить не лише підвищити якість продукції та культуру обслуговування, а й зміцнити позиції на ринку, задовольняючи зростаючий попит на збалансовані та функціональні страви.

Мета кваліфікаційної роботи: удосконалення технології та дослідження якості гарнірів на матеріалах ресторану «Allure Inn Grill».

Відповідно до мети поставлено наступні **завдання кваліфікаційної роботи:**

- провести аналітичний огляд літератури щодо існуючих технологій гарнірів;
- обґрунтувати параметри виробництва гарнірів;
- провести загальну характеристику ресторану «Allure Inn Grill»;
- проаналізувати технологічну і проєктну діяльність ресторану «Allure Inn Grill»;
- дослідити організацію виробництва технології гарнірів;
- удосконалити технологію гарнірів у ресторану «Allure Inn Grill»;

- розробити нормативну документацію та удосконалити гарнірів.

Об'єкт дослідження: технологічні та організаційні засади впровадження технології гарнірів у ресторані «Allure Inn Grill».

Предмет дослідження: гарніри, картопляне пюре, протеїни: соєвий, гороховий, сироватковий.

Інформаційна база. Основними інформаційними джерелами, що були використані в процесі виконання кваліфікаційної роботи є матеріали наведені в вітчизняній та закордонній літературі, законодавчих та нормативних актах, наукових працях вітчизняних та зарубіжних вчених та мережі Інтернет, статистичні дані, інтернет-сайти закладів ресторанного господарства.

Наукова новизна одержаних результатів полягає в тому, що:

- розроблено нові технології картопляного пюре із підвищеним вмістом білка.

Практичне значення одержаних результатів.

Розроблено рецептуру і технологію картопляного пюре із підвищеним вмістом білку. Розроблено проєкт нормативної документації на дані кулінарні страви: техніко-технологічну карту.

Структура роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та пропозицій, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ТЕХНОЛОГІЇ ГАРНІРІВ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЇХ ВИРОБНИЦТВА У ЗАКЛАДАХ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

1.1 Аналітичний огляд літератури щодо існуючих технологій гарнірів

Гарніри – це кулінарні страви, які подаються як доповнення до основної страви (зазвичай м'яса, риби чи білкових продуктів) з метою покращення її смаку, поживної цінності, кольорового контрасту та загального зовнішнього вигляду страви.

Гарніри посідають важливе місце в структурі традиційного харчування українців, виконуючи не лише функцію доповнення до основної страви, але й виступаючи як самостійний компонент кулінарної системи. Вони забезпечують організм необхідними поживними речовинами, зокрема вуглеводами, клітковиною, вітамінами та мінералами, сприяючи формуванню збалансованого раціону. Гарніри створюють смакову рівновагу страви, регулюють її калорійність, покращують засвоєння білкових продуктів та беруть участь у процесах травлення, зокрема завдяки високому вмісту харчових волокон у крупах та овочах [1].

Традиційна українська кухня характеризується широким використанням сезонних продуктів, що зумовлює значну варіативність гарнірів упродовж року. В осінньо-зимовий період переважають гарніри з картоплі, капусти, буряка, моркви та інших коренеплодів, тоді як у весняно-літній сезон частіше вживаються свіжі та тушковані овочі, зелень, бобові культури. Однією з характерних рис української кулінарної традиції є також поєднання гарнірів із підливами, засмажками або соусами, що підсилює смакові властивості страви та підвищує її енергетичну цінність.

Серед найбільш поширених гарнірів у національній кухні можна виокремити страви з картоплі (вареної, смаженої, печеної, у вигляді пюре), різноманітні каші (гречана, пшоняна, рисова, перлова), макаронні вироби, а

також овочеві гарніри (тушковані, варені або печені овочі). Бобові культури, зокрема квасоля та горох, також посідають помітне місце, особливо в пісний період, коли вони слугують альтернативним джерелом білків [2].

Таким чином, гарніри в українській кухні мають багатофункціональний характер: вони забезпечують поживну, кулінарну та естетичну складову страви, а також відображають історичні, географічні та соціокультурні особливості українського народу.

Класифікація гарнірів базується на різних критеріях: за походженням продуктів, способом приготування, харчовим складом і функціональним призначенням у страві. Такий поділ дає змогу краще зрозуміти кулінарну роль гарнірів у харчуванні, а також систематизувати знання про їх використання в різних типах раціону [3]. В залежності від основної сировини, способу приготування та поживної цінності гарніри поділяють згідно класифікації наведеної на рис. 1.1.

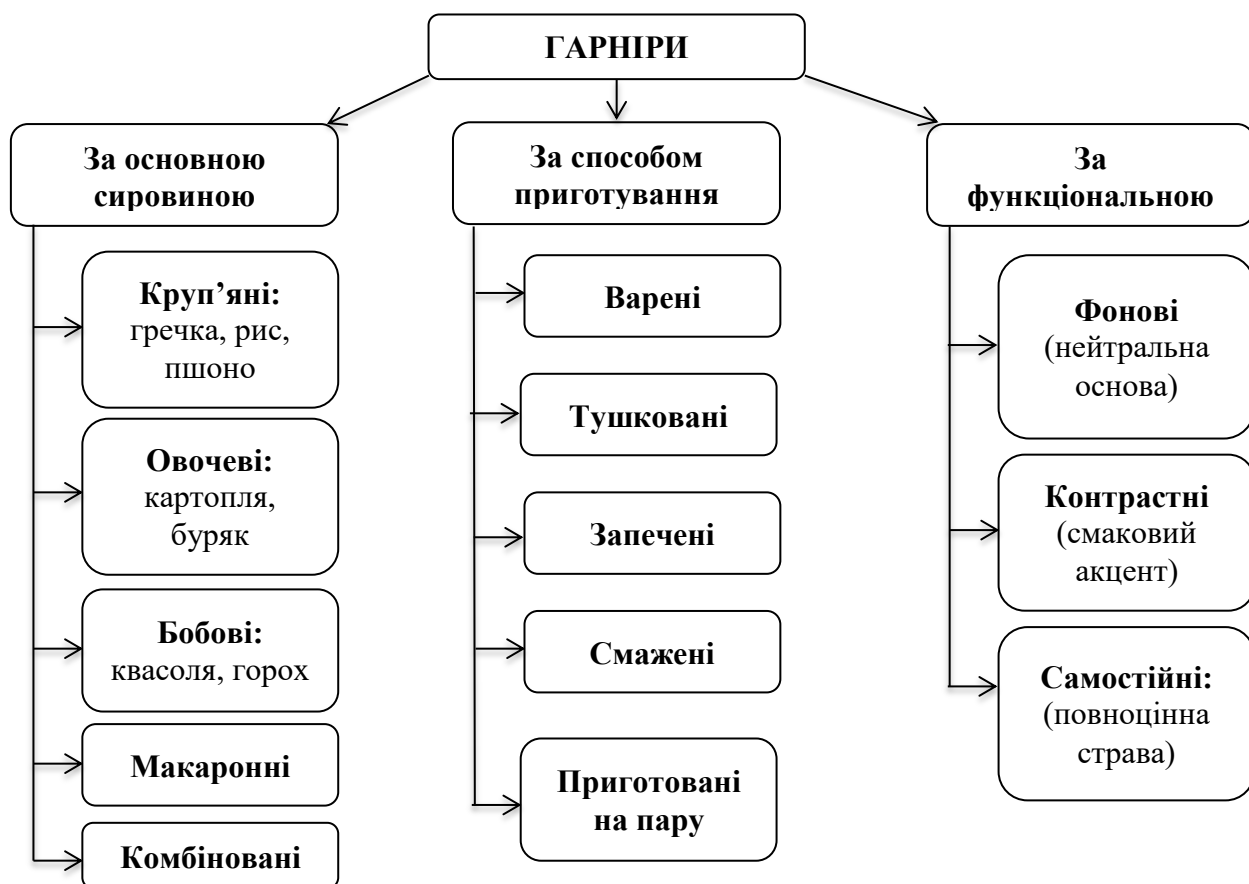


Рис. 1.1 – Класифікація гарнірів

Класифікація гарнірів дозволяє ефективно організувати харчування, враховуючи як кулінарну традицію, так і сучасні дієтологічні потреби. У сучасному українському харчуванні гарніри на овочевій основі демонструють зростаючу популярність, що зумовлено як історичними традиціями, так і сучасними тенденціями здорового способу життя.

Упродовж XIX-XX століть основу гарнірного раціону українців становили картопля (особливо у вигляді вареної, смаженої або пюре), а також крупи – гречка, пшоно, рис, перлова крупа. Згідно з даними Інституту харчування НААН України, станом на початок 2000-х років частка картоплі серед гарнірів у середньостатистичному українському раціоні становила понад 40%, круп'яних виробів – близько 30%. Основними стримувальними факторами були сезонність овочевої продукції, відносно складні технології її приготування, а також менша калорійність, що не відповідала високим енергетичним потребам сільського населення [4].

Проте вже впродовж останнього десятиліття спостерігається суттєвий зсув у бік вживання овочевих страв. Згідно з аналітичним звітом Держстату України за 2023 рік, рівень споживання овочів на душу населення сягнув 160 кг на рік, що на 12% більше, ніж у 2015 році. Частка овочевих гарнірів у повсякденному раціоні зросла до 25%, а серед мешканців великих міст – до 30%. Основними овочами для гарнірів залишаються картопля, капуста, морква, буряк, кабачки, баклажани та перець [5].

Зростання популярності овочевих гарнірів зумовлюється низкою чинників. По-перше, це тенденції здорового харчування, які передбачають зниження вживання тваринних жирів і швидких вуглеводів, на користь продуктів, багатих на клітковину, вітаміни та мікроелементи. Овочі, особливо приготовані на пару або запечені, відповідають цим вимогам. По-друге, поширення вегетаріанства та постійне зростання кількості осіб, що дотримуються постів або тимчасово виключають м'ясо з раціону, сприяє активному використанню овочевих страв як повноцінного гарніру або навіть основної страви. За опитуванням Української школи здорового харчування (2022), понад 42% респондентів

регулярно вживають овочі як гарнір, тоді як ще 18% зазначають, що овочеві гарніри є для них основним типом супровідної страви [6].

Ще одним важливим чинником є локальність та сезонність овочевої продукції, що робить її доступною для широких верств населення. Вирощування овочів в особистих підсобних господарствах або на дачах знижує витрати на харчування й сприяє поширенню тушкованих, запечених і салатних варіантів гарнірів у домашній кулінарії.

Таким чином, овочеві гарніри, хоч і мають довгу історію в українській кухні, сьогодні отримують нове переосмислення – як корисний, легкий і повноцінний елемент збалансованого раціону. За умов збереження тренду на здорове харчування, частка овочевих гарнірів і надалі зростатиме, витісняючи класичні картопляні й макаронні страви в раціоні сучасного українця.

Згідно з аналізом шести популярних закладів ресторанного господарства в місті Чернівці, гарніри займають важливе місце в структурі супровідних страв основного меню. Варіативність гарнірів, способи приготування та органолептичні характеристики залежать від концепції закладу, його цільової аудиторії та кулінарного спрямування. Результати аналізу ринку гарнірів у закладах міста Чернівці представлено в табл. 1.1 [7-12].

Таблиця 1.1

Аналізу ринку гарнірів у закладах ресторанного господарства м. Чернівці

Заклад	Гарнір	Коротка характеристика
Versal Steak House	Картопляне пюре	Вершкове, ніжне, класичне доповнення до м'яса
	Гірчично-медова картопля	Смажена з солодко-пряним соусом, з легкою карамелізацією
	Картопля смажена	Традиційна, хрустка ззовні, м'яка всередині
	Картопля фрі	Глибокосмажена, подається як універсальний гарнір
	Овочі гриль	Локальні овочі, запечені до легкої скоринки, без олії
	Рис з овочами	Легкий вегетаріанський гарнір, ароматизований травами

Продовження таблиці 1.1

Заклад	Гарнір	Коротка характеристика
ShoSho Pizza	Картопляне пюре	Просте, домашнього типу, з використанням молока або масла
	Картопляні діпи з сиром	Скибочки картоплі з сирним соусом, сприятні до піци та м'яса
	Картопля фрі	Стандартне фрі, подається як гарнір або закуска
	Тушкована картопля	Приготована з м'ясом/овочами, має м'який смак і соковитість
Chalet	Картопляне пюре	Повітряне, збалансоване за смаком, з домашнім характером
	Батат фрі	Солодкуватий присмак, ніжна текстура, оригінальна подача
	Спаржа	Легка та дієтична, часто припарена або грильована
	Шпинат	Соте або відварений, джерело заліза, подається з лимоном
	Картопля по-селянськи	Смажена з часником та спеціями, хрустка скоринка
	Картопля по-французьки	Запечена з сиром і соусом бешамель, кремова консистенція
Fayno	Картопляне пюре з маслом	Насичене, з вершковим смаком, адаптоване до традицій
	Картопляні книші	Запечене картопляне пюре у тісті, з підсмаженою скоринкою
	Фасоля з цибулею	Товчена квасоля з обсмаженою цибулею, високобілкова страва
Terrasa	Картопляне пюре	Легке, подається як додаток до грильованого м'яса
	Броколі (гриль/пара)	Зберігає текстуру, зелений колір і корисні властивості
	Овочі гриль	Болгарський перець, цукіні, баклажани – подаються без соусів
	Хрустка картопля	Скибочки або клинці, запечені до золотистості

Продовження таблиці 1.1

Заклад	Гарнір	Коротка характеристика
	Картопляні слайси	Дуже тонко нарізані, смажені або запечені, подібні до чипсів
Panska Huralnya	Картопля по-селянськи	З часником і травами, смажена на салі або олії
	Гречка	Традиційна, відварена, подається до м'ясних і грибних страв
	Овочі	Як правило, сезонні тушковані або квашені, до основних страв

У ресторані Versal Steak House (вул. Хотинська, 45Б) картопляне пюре подається як класичний гарнір об'ємом 200 г за вартістю 130 грн. За смаковими властивостями пюре є вершковим, ніжної текстури, і слугує універсальним доповненням до стейків та інших м'ясних страв. У цьому закладі також представлені інші види гарнірів, серед яких гірчично-медова картопля, смажена картопля, картопля фрі, овочі гриль і рис з овочами, що свідчить про багатокomпонентність гарнірного ряду та орієнтацію на різноманітні гастрономічні вподобання клієнтів [7].

У мережі закладів ShoSho Pizza картопляне пюре подається в кількості 200 г за 40 грн.. Його особливістю є універсальність подачі: як окремий гарнір або як складник страви з яловичим язиком, грибами, сиром пармезан та мікрозеленню, що розширює його функціональну цінність у рамках ресторанного меню. Окрім пюре, ShoSho пропонує картопляні діпи з сирним соусом, фрі, а також тушковану картоплю у складі комплексних гарячих страв [8].

У ресторані Chalet (с. Шипинці, вул. Лесі Українки, 21) картопляне пюре коштує 95 грн. за 200 г. Воно вирізняється м'якістю текстури та збалансованістю смаку, що підвищує його популярність серед відвідувачів. Заклад також пропонує оригінальні гарніри – батат фрі, спаржу, шпинат, картоплю по-селянськи, а також картоплю у французькому стилі під сирним

соусом. Така різноманітність свідчить про спрямування ресторану на вдосконалення класичних форм подачі гарнірів [9].

У ресторації Fauno (вул. Головна, 48) картопляне пюре з маслом представлено як самостійна позиція вагою 200 г і вартістю 80 грн. Технологічно страва передбачає додавання вершкового масла, що забезпечує приємну текстуру та легку жирність, відповідну до страв національної української кухні. Інші гарніри, картопляні книші та толочена з цибулею фасоль, репрезентують домашню кухню та мають високу етнокультурну цінність [10].

У ресторані Terrasa (вул. О. Кобилянської, 47а) картопляне пюре є частиною гриль-меню, подається в порції 150 г за 60 грн. Його особливістю є поєднання з продуктами, приготованими на відкритому вогні, що формує збалансовану смакову композицію. Серед інших гарнірів – броколі, овочі гриль, хрустка картопля та картопляні слайси, що відповідає концепції ресторану середземноморського спрямування з локальними акцентами [11].

У Panska Huralnya (вул. Головна, 124) картопляне пюре в явному вигляді у відкритому меню не представлено, проте за традиційною подачею страв та характером кухні можна припустити його наявність. Гарніри здебільшого представлені картоплею по-селянськи, гречкою та овочами, що свідчить про домінування елементів української та центральноєвропейської кулінарної традиції [12].

Найчастіше серед гарнірів фігурує картопляне пюре, яке виступає універсальним компонентом до м'ясних, рибних та вегетаріанських страв. Його смакова характеристика, залежно від закладу, варіюється від класичного вершкового з м'якою текстурою (Versal Steak House, Fauno) до ресторанного варіанту з підвищеною органолептичною якістю (Chalet), або ж бюджетного домашнього типу, як у ShoSho Pizza. Наявність пюре у більшості закладів свідчить про його стабільну популярність та відповідність гастрономічним очікуванням різних категорій споживачів. Поряд із пюре, значну частку становлять інші види картопляних гарнірів – картопля по-селянськи, фрі, смажена, тушкована, запечена з сиром (у французькому стилі), картопляні діпи

та слайси. Вони вирізняються як способом обробки (смаження, запікання, тушкування), так і кулінарною спрямованістю – від простих традиційних форм до інноваційних страв із соусами, авторськими подачами або акцентом на текстурі. Це підкреслює високу технологічну варіативність картоплі як гарніру та її універсальність у національній кухні. Окрему групу складають овочеві гарніри, представлені запеченими або грильованими овочами (перець, баклажани, кабачки, морква, броколі), а також тушкованими сезонними сумішами. У сучасних закладах (зокрема Terrasa, Chalet) спостерігається зростаюча увага до легких овочевих страв як до повноцінного альтернативного гарніру, що відображає тенденції здорового харчування, популяризацію вегетаріанства, а також загальне переосмислення гастрономічної культури. Такий зсув акцентів відповідає й загальнонаціональній динаміці споживання, яку підтверджують звіти Держстату України.

Круп'яні гарніри, попри свою традиційність, трапляються рідше, зокрема гречка у Panska Huralnya, що свідчить про збереження елементів сільської кухні та етнокулінарного спадку. Проте їхня частка в меню суттєво нижча порівняно з картопляними або овочевими варіантами, що пояснюється як сучасними споживчими смаками, так і особливостями ресторанного позиціонування страв.

Загалом гарніри в чернівецьких закладах формують багатокомпонентну й адаптивну систему, яка відображає:

1. синтез традиційної української гастрономії з елементами сучасної ресторанної культури;
2. індивідуалізацію підходу до клієнта – через широку палітру смаків, текстур і кулінарних технік;
3. інтеграцію дієтичних і здоров'язбережувальних практик у процес харчування (зростання ролі овочів, зниження жирності, перевага до натуральних інгредієнтів).

Таким чином, можна стверджувати, що гарнір як елемент страви в сучасному ресторанному середовищі набуває значно ширших функцій, ніж просто харчове доповнення, він стає індикатором концепції закладу, носієм

регіональної або національної кулінарної ідентичності та важливою складовою гастрономічного досвіду споживача.

1.2 Обґрунтування параметрів виробництва гарнірів у закладах ресторанного господарства України

Серед усього розмаїття гарнірів в українській кухні, спираючись зокрема на наведений вище аналіз ринку, картопляні страви займають провідне місце. Їх популярність обумовлена універсальністю картоплі, можливістю її приготування в різний спосіб, поживністю та гармонійним поєднанням із м'ясними, рибними, овочевими та бобовими стравами. У повсякденному харчуванні українців найчастіше використовуються такі картопляні гарніри, як відварна картопля, картопляне пюре, смажена картопля, печена картопля, а також тушкована картопля з овочами або підливою. Кожен із цих гарнірів має свої кулінарні особливості, технологічні відмінності та поживні характеристики.

Картопля є однією з найважливіших сільськогосподарських культур України, що відіграє провідну роль у формуванні структури повсякденного раціону населення. Її виняткова популярність серед гарнірів зумовлена цілою низкою чинників: високою врожайністю в українських кліматичних умовах, універсальністю у кулінарному використанні, значною енергетичною цінністю та здатністю задовольняти потреби повсякденного харчування. З точки зору харчової хімії, картопля має комплексний і цінний склад. Середній вміст води становить від 75 до 80%, що зумовлює її соковиту консистенцію в сирому вигляді. Основним джерелом енергії в картоплі є вуглеводи – переважно крохмаль, частка якого коливається в межах 15-20%, залежно від сорту. У складі також присутні білки (приблизно 1,5-2,5 г на 100 г продукту), які хоча й не належать до повноцінних за амінокислотним складом, все ж містять ряд незамінних амінокислот. Жирів у бульбах картоплі практично немає (0,1-0,4 г), що робить її низькожировим продуктом. Крім того, картопля є джерелом

харчових волокон (1,5-2 г), які стимулюють перистальтику кишечника та сприяють нормалізації травлення. Особливе значення мають вітаміни, зокрема вітамін С (аскорбінова кислота), концентрація якого може сягати 25 мг на 100 г у свіжозібраний картоплі, проте істотно зменшується в процесі зберігання та термічної обробки. До складу також входять вітаміни групи В, фолієва кислота, мікроелементи – калій (до 600 мг), фосфор, магній, залізо, цинк [13].

Істотною характеристикою, що визначає придатність картоплі для приготування гарнірів, є її кулінарний тип, або так зване технологічне призначення сорту. В українській практиці поширено класифікувати картоплю на чотири основні типи за вмістом крохмалю та властивостями м'якоті під час теплової обробки, дані табл. 1.2 [14].

Таблиця 1.2

Класифікація картоплі

Тип	Назва типу	Вміст крохмалю	Використання	Приклади сортів
A	Салатний	10–12%	Твердий, не розварюється — для варіння в мундирі, салатів	Артемід, Беллароза
B	Універсальний	13–15%	Помірно розварюється — для пюре, тушкування, смаження	Рів'єра, Скарб
C	Розсипчастий	16–18%	Добре розварюється — для пюре, запіканок, дерунів	Слов'янка, Явир
D	Дуже розсипчастий	понад 18%	Розварюється в кашу — не використовується для гарнірів	технічні сорти

Порівняння хімічного складу за типами картоплі наведено в табл. 1.3.

Таблиця 1.3

Хімічний склад картоплі

Показник	Тип А (салатний)	Тип В (універсальний)	Тип С (розсипчастий)
Вміст крохмалю (%)	~11	~14	~17
Щільність м'якоті	Висока	Середня	Низька

Продовження таблиці 3.1

Показник	Тип А (салатний)	Тип В (універсальний)	Тип С (розсипчастий)
Вітамін С (мг)	15–20	18–22	22–25
Енергетична цінність	~75 ккал	~80 ккал	~85 ккал

Кожен із зазначених типів має свої особливості при кулінарній обробці. Наприклад, для приготування смаженої картоплі рекомендовано використовувати сорти типу А або В, оскільки вони зберігають форму і не перетворюються на пюре під час смаження. Для картопляного пюре, навпаки, найкраще підходять сорти типу С із високим вмістом крохмалю, які забезпечують м'яку, однорідну структуру. При цьому важливо враховувати, що вміст поживних речовин, зокрема вітаміну С, змінюється залежно від способу приготування: при варінні у воді частина вітамінів втрачається, тоді як при запіканні зберігається більше мікронутрієнтів.

У контексті харчування українського населення картопля не тільки слугує основою для традиційних гарнірів, а й відіграє роль у формуванні харчової безпеки, особливо в умовах економічної нестабільності, коли доступ до м'ясної продукції є обмеженим. Картопляний гарнір забезпечує значну частину добової норми вуглеводів, калію, вітаміну С і енергії при відносно низькій собівартості. Це пояснює її виняткову поширеність у всіх регіонах країни.

Підсумовуючи, можна стверджувати, що картопля, як сировина для приготування гарнірів, поєднує в собі доступність, універсальність, високу поживну цінність і гнучкість у кулінарному використанні. Знання про її види, хімічний склад та технологічні особливості дозволяє оптимально обирати сорти залежно від типу страви та забезпечити максимальну користь для здоров'я споживача.

Обробка картопляної сировини при приготуванні гарнірів є важливим етапом у технологічному процесі кулінарного виробництва та включає низку послідовних операцій, що забезпечують збереження харчової цінності,

органолептичних властивостей і санітарно-гігієнічної безпеки готового продукту.

Початковим етапом є сортування сировини за якістю, розміром і ступенем пошкодження. Використовується здебільшого картопля середнього розміру з тонкою шкіркою та мінімальною кількістю дефектів. Після сортування проводиться миття картоплі з метою видалення механічних забруднень. Залежно від подальшого способу обробки картоплі, вона може піддаватися очищенню вручну або за допомогою механічних очисників.

Далі здійснюється нарізання, форма якого залежить від виду гарніру: кубиками, скибками, брусочками, пюреобразне подрібнення тощо. Цей процес має бути швидким і рівномірним для забезпечення одночасного термічного оброблення та збереження текстури. На цьому етапі можливе короткочасне зберігання підготовленої сировини у підкисленій або підсоленій воді для запобігання потемнінню внаслідок окислення поліфенолів.

Термічна обробка картоплі виконується шляхом варіння, смаження, запікання або тушкування залежно від рецептури. Варіння може здійснюватися у воді, парі або вакуумі з урахуванням збереження максимального вмісту біологічно активних речовин, зокрема вітаміну С. Під час смаження важливим є контроль температурного режиму для запобігання надмірному утворенню акриламідів та збереження привабливого кольору та хрусткої скоринки.

Готовий гарнір оцінюється за органолептичними показниками (смак, запах, консистенція, зовнішній вигляд), а також перевіряється відповідність санітарно-гігієнічним нормам. При зберіганні готових картопляних гарнірів необхідно враховувати обмежену стійкість до мікробіологічного псування, особливо у продукції без консервантів або з високим вмістом вологи.

Таким чином, технологічні особливості обробки картопляної сировини передбачають дотримання послідовності операцій, що забезпечують високу якість та безпечність готової страви з урахуванням властивостей сировини, вимог технології та кулінарного призначення гарніру.

Відварна картопля – один із найпростіших та найпоширеніших гарнів, який зазвичай готують шляхом варіння очищених або неочищених (у «мундирі») бульб у підсолений воді. Такий гарнір зберігає природний смак картоплі, містить відносно невелику кількість калорій (близько 85-90 ккал на 100 г), зберігає до 70% мінеральних речовин, зокрема калію, фосфору та магнію. При варінні «в мундирі» значно краще зберігається вітамін С. Цей гарнір поєднується з вершковим маслом, кропом, смаженою цибулею, а також використовується в салатах або подається до риби й м'яса.

Картопляне пюре є гарніром м'якої консистенції, який готують із розварених бульб шляхом розминання з додаванням вершкового масла, молока або сметани. У традиційній українській кулінарії пюре часто доповнюють смаженою цибулею або шкварками. Пюре має більш високу калорійність (до 110-120 ккал/100 г), але водночас є легкозасвоюваним, тому рекомендується в дієтичному та дитячому харчуванні. У порівнянні з відварною картоплею, пюре втрачає більше вітамінів, особливо при тривалому варінні, але виграє в текстурі та кулінарній пластичності. Гармонійно поєднується з м'ясними стравами (котлети, биточки, підлива з печінки) та овочевими соусами.

Смажена картопля – один із найулюбленіших, хоча й менш корисних гарнів. Готується на сковороді або в фритюрі з додаванням олії чи сала, часто зі смаженою цибулею або шкварками. За смаковими якостями цей гарнір вважається найбільш «апетитним», оскільки в процесі смаження відбувається карамелізація крохмалю та утворення рум'яної скоринки. Проте він має найвищу калорійність серед усіх картопляних гарнів – до 180-220 ккал на 100 г, залежно від способу приготування та кількості жиру. Через це смажену картоплю не рекомендують до щоденного вживання, особливо особам із захворюваннями шлунково-кишкового тракту та серцево-судинної системи. Водночас вона часто подається як святкова або сезонна страва, наприклад, у поєднанні з грибами в осінній період.

Печена картопля – гарнір, який готують шляхом запікання бульб у духовці або на вугіллі. Залежно від технології, картоплю запікають цілою,

половинками, скибками або в фользі. У процесі приготування зберігається більшість мікронутрієнтів, зокрема вітаміни групи В і калій. Калорійність печеної картоплі помірна – близько 95-110 ккал на 100 г, але зростає при додаванні масла, соусів або сиру. Такий гарнір особливо популярний у сільській місцевості та в умовах польового харчування. Запечена картопля має характерний аромат і смак, добре поєднується з молочними соусами, зеленню, сиром, м'ясом та грибами.

Тушкована картопля з овочами – більш складний гарнір, який за складом часто межує з повноцінною стравою. До неї додають моркву, цибулю, перець, іноді капусту або баклажани. Картоплю тушкують у невеликій кількості рідини (води, бульйону, томатного соку) до м'якості. Такий гарнір має високу біологічну цінність, завдяки поєднанню картопляного крохмалю з харчовими волокнами овочів. Калорійність залежить від кількості доданого жиру, але в середньому становить 100-120 ккал/100 г. Це улюблений гарнір у зимовий та пісний період, а також в меню закладів громадського харчування, шкіл, лікарень.

Отже, найбільш популярні картопляні гарніри в українській кухні не тільки різноманітні за технологією приготування, але й суттєво відрізняються за енергетичною цінністю, засвоюваністю та кулінарними властивостями. Усі вони мають своє обґрунтоване місце в щоденному харчуванні, і вибір конкретного гарніру залежить від цілей дієти, особистих смакових уподобань та супровідної основної страви. Завдяки своїй універсальності та поживній цінності, картопля залишається незмінно актуальним і незамінним компонентом української гастрономічної культури.

Порівняння хімічного складу найпоширеніших картопляних гарнірів наведена в табл. 1.4. Це допоможе зрозуміти, як саме змінюється поживна цінність залежно від способу приготування.

Судячи з даних таблиці варена картопля – найлегший і найбільш дієтичний варіант. Містить мало калорій і практично не має жирів. Зберігає чимало калію

й вітаміну С, якщо варити в шкірці. Добре підходить для здорового харчування та дітей.

Таблиця 1.4

Хімічний склад картопляних гарнірів

Показник	Варена	Печена	Пюре	Смажена	Фрі / Чипси
Калорійність (ккал)	80	90	110	180	300-550
Вода (г)	75-80	70-75	70	60-65	~5-10
Вуглеводи (г)	16-18	18-20	14-16	20-22	50-60
— з них крохмаль (г)	15	16-17	13	17	50
Білки (г)	1,5-2	2	2	2-2,5	5
Жири (г)	0,1	0,1-0,3	4-6	8-10	30-35
Клітковина (г)	1,5	2	1,2	1,5	3
Калій (мг)	420	440	390	400	500
Вітамін С (мг)	15-20	18	10	~8	Майже немає

Печена картопля (в мундірі або очищена) трохи калорійніша, але зберігає більше поживних речовин, особливо калію й клітковини (якщо не знімати шкірку). Має виразніший смак, часто рекомендована для дієтичного харчування.

Картопляне пюре має м'якшу текстуру, приємний смак завдяки додаванню молока та вершкового масла. Поживна цінність зростає, особливо вміст жирів. Зменшується кількість вітаміну С та клітковини. Підходить для дітей і літніх людей, але в міру.

Смажена картопля має привабливий смак і хрустку текстуру, але значно багатша на жири й калорії. Втрачає більшість вітамінів через термообробку. Підходить як епізодична страва, але не для щоденного вживання.

Картопля фрі/чипси – найбільш калорійні, з надзвичайно високим вмістом жирів і майже повною відсутністю вітамінів. Часто містять трансжири та акриламід – шкідливі речовини, що утворюються при смаженні у фритюрі. Варто обмежити споживання або замінити на запечені варіанти.

З метою забезпечення високих органолептичних та фізико-хімічних показників готової страви, технологічний процес виробництва картопляного пюре в умовах закладу ресторанного господарства передбачає чітке дотримання регламентованих етапів.

Первинна обробка бульб включає ретельне сортування з метою видалення пошкоджених екземплярів, інтенсивне промивання проточною водою для видалення поверхневих забруднень, та механізоване або ручне очищення від шкірки з мінімізацією втрат субперидермальних шарів, що містять значну кількість поживних речовин.

Подальша підготовка передбачає повторне промивання очищених бульб для видалення залишків шкірки та подрібнення на фрагменти оптимального розміру (зазвичай кубики зі стороною 2-3 см) для оптимізації процесу термообробки. З метою запобігання ферментативному потемнінню, подрібнену картоплю рекомендується тимчасово занурювати у холодну воду.

Термічна обробка здійснюється методом варіння у підсоленій воді при температурі 100°C до досягнення повної кулінарної готовності, що визначається за легкою проникністю кулінарної голки в товщу бульби. Тривалість варіння варіюється залежно від сорту та розміру фракцій і становить орієнтовно 20-30 хвилин. Контроль ступеня готовності є критично важливим для забезпечення оптимальної консистенції готового пюре.

Після завершення варіння здійснюється зливання відвару. Гарячі варені бульби піддаються механічному розминанню з використанням спеціалізованого обладнання або ручним способом до отримання однорідної маси без грудочок.

На етапі фінішної обробки до пюре поступово вводяться підігріте пастеризоване молоко або вершки жирністю не менше 10% та вершкове масло з масовою часткою жиру не менше 72,5%. Введення молочних продуктів здійснюється при безперервному інтенсивному перемішуванні для досягнення гомогенної, повітряної консистенції та збагачення органолептичних характеристик готової страви. За необхідності проводиться корекція смаку шляхом додавання кухонної солі.

Готове картопляне пюре повинно мати однорідну, ніжну, повітряну консистенцію без ознак непротертих фрагментів, кремовий колір та характерний смак і аромат вареної картоплі з молочно-вершковими нотами. Температура подачі готової страви повинна відповідати встановленим санітарним нормам.

Картопляне пюре, у своїй сутності, являє собою приклад простої, але водночас витонченої кулінарної технології, де ключовими факторами є якість вихідної сировини, ретельність термообробки та збалансоване введення молочних компонентів. Акцент робиться на збереженні природного смаку картоплі, досягненні оптимальної текстури та високій засвоюваності готового продукту. Кінцевий результат – страва з м'яким, вершковим смаком, що гармонійно поєднується з різноманітними основними стравами. Такий продукт має значну харчову цінність завдяки вмісту вуглеводів та мінеральних речовин, і є важливим елементом збалансованого раціону.

РОЗДІЛ 2. ДОСЛІДЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ГАРНІРІВ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ЇХ ВИРОБНИЦТВА У РЕСТОРАНІ «ALLURE INN GRILL»

2.1. Загальна характеристика ресторану «Allure Inn Grill»

Ресторан «Allure Inn Grill» є частиною готельного комплексу «Allure Inn Hotel and Spa» у місті Чернівці по вулиці Руська 2, заклад розмістився у чудовій старовинній будівлі 19 століття. «Allure Inn Grill» представляється як універсальний ресторан, що пропонує різноманітне меню з акцентом на гриль, якісне обслуговування та зручне розташування, будучи частиною престижного готельного комплексу. Це робить його привабливим місцем як для туристів, так і для місцевих жителів Чернівців.

Ресторан функціонує в конкурентному середовищі центральної частини м. Чернівці, поруч з іншими популярними закладами, такими як «Панська гуральня», «Джорджина», «VINARIUM», «Траторія Gorno», «ДІМ 18», що свідчить про насиченість ринку та необхідність підтримки високих стандартів.

Інтер'єр ресторану вирізняється елегантним, класичним стилем. Переважають світлі (кремові, бежеві, білі) тони, м'які меблі з каретною стяжкою, кришталеві люстри та ошатна сервіровка. Це створює вишукану, затишну та респектабельну атмосферу, ідеальну для різних подій – від романтичних вечерь до ділових зустрічей.



Рис. 2.1 Дизайнерське рішення ресторану «Allure Inn Grill»

Ресторан «Allure Inn Grill» функціонує щодня, без вихідних, що гарантує стабільну доступність для відвідувачів. Проте, його робота поділена на два чіткі етапи, кожен з яких орієнтований на певні потреби гостей.

1. Сніданковий період: 08:00 – 11:00 (щодня). У цей часовий проміжок ресторан повністю зосереджений на наданні послуг сніданку. Це означає, що меню буде адаптовано спеціально під ранкову трапезу, пропонуючи типові сніданкові страви.

Цільова аудиторія:

- Гості готелю: Це першочергова аудиторія. Зручність сніданку безпосередньо в готелі є ключовим фактором для комфортного перебування.
- Ділові зустрічі: Можливість провести ранкову зустріч за сніданком.
- Місцеві жителі: Ті, хто бажає смачно поснідати поза домом перед початком робочого дня або у вихідний.

Основний режим роботи ресторану: 11:00 – 22:00 (щодня). З 11:00 ранку ресторан «Allure Inn Grill» переходить у повноцінний режим ресторану. Це означає, що буде доступне основне меню, включаючи страви на грилі, основні страви, закуски, салати, десерти та повний асортимент напоїв. Це час для обідів та вечерь.

Цільова аудиторія:

- Обідні відвідувачі: Туристи, місцеві офісні працівники, ділові люди, які шукають місце для бізнес-ланчу або зустрічі.
- Вечірні відвідувачі: Широкий спектр клієнтів – від романтичних пар до сімей, компаній друзів, які прийшли на вечерю або відсвяткувати особливу подію.
- Гості готелю: Які бажають пообідати чи повечеряти в закладі.

Обраний роботи ресторану «Allure Inn Grill» демонструє організований та ефективний підхід до обслуговування клієнтів. Розділення на сніданковий та основний ресторанний час дозволяє максимально оптимізувати пропозицію та сервіс під конкретні потреби відвідувачів протягом усього дня. Це підкреслює

гнучкість закладу та його готовність задовольняти різноманітні запити гостей готелю та місцевих мешканців.

Ресторан «AllureInn Grill» вирізняється вишуканою європейською кухнею, де ключову роль відіграє унікальний гриль Big Green Egg. Саме на ньому готуються соковиті м'ясні та рибні страви, а також ароматні овочі, зберігаючи їхній природний смак та надаючи неповторний аромат. Для найменших відвідувачів «AllureInn Grill» дитяче меню. Також в ресторані діє меню сніданків – це смачні та поживні страви, які дадуть заряд енергії на весь день.

Меню додаток А складається з кількох розділів, що охоплюють основні категорії страв:

1. Основні м'ясні страви: Індичка су-від з мандариновим крем-батонем, гелем із ківі та сальсою (398 грн), Качка з морквяно-абрикосовим пюре та чорничним соусом (478 грн), Курячий стейк з сиром і спілим томатом (330 грн), Шашлик курячий (на вагу) (128 грн), Яловича вирізка (на вагу) з пюре і броколі, стукасовою квасолею та соусом барбекю (330 грн), Стейк Чікаго (на вагу) з овочами гриль, сиром пармезан та соусом барбекю (550 грн), Свиняча вирізка в базиліковій паніровці (410 грн).

2. Салати: Грецький (125 грн), Овочевий гриль (158 грн), "Капрезе" (185 грн), Теплий салат "Ольстер" (225 грн), Салат зі свининою (255 грн), Салат з печінкою (240 грн).

3. Десерти: Теплий смоквинний фондан (100 грн), Наполеон Пломбір (72 грн), Панна Котта (100 грн), Три шоколада (145 грн), Шоколадний фондан (142 грн), Сирники зі сметаною та малиновим соусом (98 грн).

Для ефективного просування своїх послуг та взаємодії з аудиторією, «Allure Inn Grill» активно використовує цифрові канали комунікації. Ресторан просуває свої пропозиції через власну інтернет-сторінку та соціальні мережі, що забезпечує широкий охоплення потенційних клієнтів та оперативне інформування про новини, акції та оновлення меню.

2.2. Аналіз технологічної і проєктної діяльності ресторану «Allure Inn Grill»

Ресторан «Allure Inn Grill» є прикладом закладу ресторанного господарства, що реалізує повний виробничий цикл. Це передбачає виконання всіх стадій технологічного процесу: від первинної обробки сировини до фінальної реалізації готової продукції. Для забезпечення ефективності та якості, виробництво структуровано за цехами з організацією як універсальних, так і спеціалізованих робочих місць.

Структурно-технологічна схема організації виробництва ресторану «Allure Inn Grill» наведена на рис.2.2.



Рис.2.2. Структурно-технологічна схема організації виробництва ресторану «Allure Inn Grill»

Технологічний процес виготовлення кулінарної продукції в ресторані «Allure Inn Grill» організовано за цеховою системою, що охоплює доготівельний, гарячий та холодний цехи.

1. Доготівельний цех. У цьому цеху здійснюється обробка м'яса, птиці, риби та овочів, а також виробництво напівфабрикатів з них, причому все це відбувається в одному приміщенні. Організовані робочі місця для підготовки м'ясо-рибної сировини (розморожування, розробляння, зачищення, доочищення та нарізання порційних напівфабрикатів). Також передбачені робочі місця для обробки овочевої сировини (для перебирання, сортування, миття овочів та фруктів, доочищення та нарізання).

2. Гарячий цех. У гарячому цеху готуються супи, основні страви та напівфабрикати. Оскільки в ресторані широкий вибір гриль передбачено окрему лінію для їх приготування.

3. Холодний цех. Цей цех відповідає за виготовлення широкого асортименту холодних страв і закусок, солодких страв, а також соків-фреш відповідно до меню.

Виробничі цехи ресторану «Allure Inn Grill» працюють з 06:00 до 23:00 години, що відповідає потребам готелю у забезпеченні харчування протягом більшої частини доби. Для забезпечення безперервної роботи використовується двозмінний графік персоналу. Загальним виробничим процесом керує шеф-кухар, його обов'язком, відповідно до виробничої програми, контролюється залежно від термінів їхньої реалізації для гарантування свіжості та якості продукції для гостей готелю.

2.3. Організація виробництва технології гарнірів ресторану «Allure Inn Grill»

Гарніри – це додаткові страви або компоненти, які подаються разом з основною стравою, також її споживають і як самостійну страву. Гарніри ресторані «Allure Inn Grill» представлені: картопляним пюре, картоплею по

селянськи, сирні кульки, рис з овочами, овочі смажені на грилі, лаваш з сиром. На основі наведеного аналізу в першому розділі роботи та меню для подальшого дослідження обрано картопляне пюре.

У таблиці 2.3 представлено детальний базової рецептури.

Таблиця 2.3

Аналіз базової рецептури картопляного пюре

Найменування рецептурних компонентів	Вимоги до рецептурних компонентів	Вміст, %	Механічна кулінарна обробка
Картопля	Картопля повинна бути однорідною за формою та кольором, свіжою, без сторонніх запахів чи присмаків, пошкоджень та залишків землі. Бульби мають бути цілими, чистими, сухими, здоровими, непророслими та незів'ялими.	80	Сортування, миття, чищення, дочищення, промивання та нарізування.
Молоко	Однорідна рідина білого кольору без пластівців білка та осаду	11	-
Масло вершкове	Консистенція: щільна, однорідна, пластична. Смак добре виражений вершковий	8	-
Сіль	Кристалічний сипкий продукт білого кольору, солена без стороннього присмаку, запах відсутній	1	-
Всього		100	

Картопляне пюре подають як окремий гарнір так і додаток до м'ясних страв.

РОЗДІЛ 3. УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ГАРНІРІВ

3.1 Обґрунтування вибору сировини, необхідної для приготування гарнірів

Глобальна соціально-економічна проблема забезпечення повноцінного харчування населення потребує узгоджених зусиль на міжнародному, державному та регіональному рівнях. Експертні оцінки Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) свідчать про значний вплив способу життя, зокрема харчування, на стан здоров'я людини. Результати наукових досліджень підтверджують, що незбалансований раціон є одним з ключових факторів ризику розвитку серцево-судинних та онкологічних захворювань, цукрового діабету, остеопорозу, карієсу та інших патологій.

Проблема харчування населення є надзвичайно актуальною і для України. За даними Державної служби статистики, харчовий раціон пересічного українця зазнав суттєвих змін. Відзначається зниження якості харчування, зумовлене зменшенням доходів населення та переважним споживанням дешевих продуктів з низькою біологічною цінністю, але високою енергетичною щільністю, що забезпечує калорійність раціону.

Порушення структури харчування значної частини населення України викликане кількома основними факторами, що впливають на якість та збалансованість щоденного раціону:

- Недостатнє споживання продуктів тваринного походження: Це призводить до дефіциту повноцінних білків, які містять усі незамінні амінокислоти, а також важливих мікроелементів, таких як залізо та вітамін В12. Ці нутрієнти критично важливі для підтримки м'язової маси, імунітету та загального метаболізму.
- Недостатнє включення до раціону рослинної сировини: Обмежене споживання овочів, фруктів, бобових та цільнозернових культур призводить до браку харчових волокон, вітамінів, мінералів та антиоксидантів. Ці компоненти життєво необхідні для нормального функціонування травної системи, профілактики хронічних захворювань та підтримки імунітету.

- Надмірне споживання насичених жирів тваринного походження: Переважання в раціоні насичених жирів, що містяться у великій кількості у червоному м'ясі, вершковому маслі та деяких молочних продуктах, може сприяти підвищенню рівня холестерину, збільшуючи ризик розвитку серцево-судинних захворювань.

- Висока частка хлібобулочних та борошняних виробів: Надмірне споживання цих продуктів, особливо з рафінованого борошна, часто призводить до надлишку "швидких" вуглеводів. Це може сприяти набору ваги, порушенням обміну речовин та недостатньому споживанню більш поживних продуктів.

Ці фактори в сукупності створюють дисбаланс у харчуванні, що може мати довгострокові негативні наслідки для здоров'я населення.

Необхідним нутрієнтом в харчування людини є білок, тому доцільно розробити страву збагачену білковим продуктом. На основі аналізу літературних джерел для збагачення картопляним пюре обрано протеїни, табл. 3.1.

Таблиця 3.1

Хімічний склад протеїнів

Характеристика	Соевий протеїн	Гороховий протеїн	Сироватковий протеїн
Вміст білка (%)	85-90	75-85	80-90
Амінокислотний профіль	Повний	Неповний (низький метіонін)	Повний
Біологічна цінність	Висока, всі амінокислоти	Висока, але дефіцит метіоніну	Дуже висока, швидка абсорбція
Основні особливості	Нейтральний смак, добрі зв'язувальні властивості, гіпоалергенний (потребує контролю для алергіків на сою)	Гарна водозв'язуваність, легкий гороховий присмак, гіпоалергенний	Цінний, швидкий, але дорожчий, не для веганів, добре розчиняється

Виходячи з розглянутої інформації, інтеграція додаткових протеїнів у

технологію приготування картопляного пюре є високодоцільним та виправданим рішенням. Це дозволяє значно підвищити поживну цінність страви, збагачуючи її високоякісним білком. Це особливо актуально для тих, хто прагне збільшити споживання білка в раціоні: спортсменів, вегетаріанців або людей, що контролюють вагу.

Крім поживної цінності, протеїни також можуть відігравати функціональну роль, впливаючи на текстуру та консистенцію пюре. Вони здатні покращити водозв'язувальні властивості, роблячи пюре більш однорідним, кремовим та менш водянистим, а також допомагають рівномірно розподіляти жири, запобігаючи розшаруванню.

З метою збагачення смако-ароматичних характеристик картопляного пюре під час його приготування було використано листя свіжого естрагону. Естрагон відомий своїми вираженими антиоксидантними властивостями, хімічний склад листя естрагону включає: вітаміни групи B, PP та D, мінерали калій, залізо, селен, магній та фосфор.

Розроблено модельні композиції картопляного пюре з додаванням соєвого протеїну (табл. 3.2).

Таблиця 3.2

Модельні композиції картопляного пюре з додаванням соєвого протеїну

Сировина	Контроль	МК1	МК 2	МК 3
Картопля	80	79	79	70
Молоко	12	10	8	6
Масло вершкове	8	8	8	8
Соєвий протеїн		2	4	6
Листя естрагона		1	1	1
Всього	100	100	100	100

Для визначення оптимальної кількості сировини в дослідних зразках, була проведена органолептична оцінка. Модельна композиція №2 в якій 4 % молоко замінено на соєвий протеїн отримала найкращі показники рис 3.1.

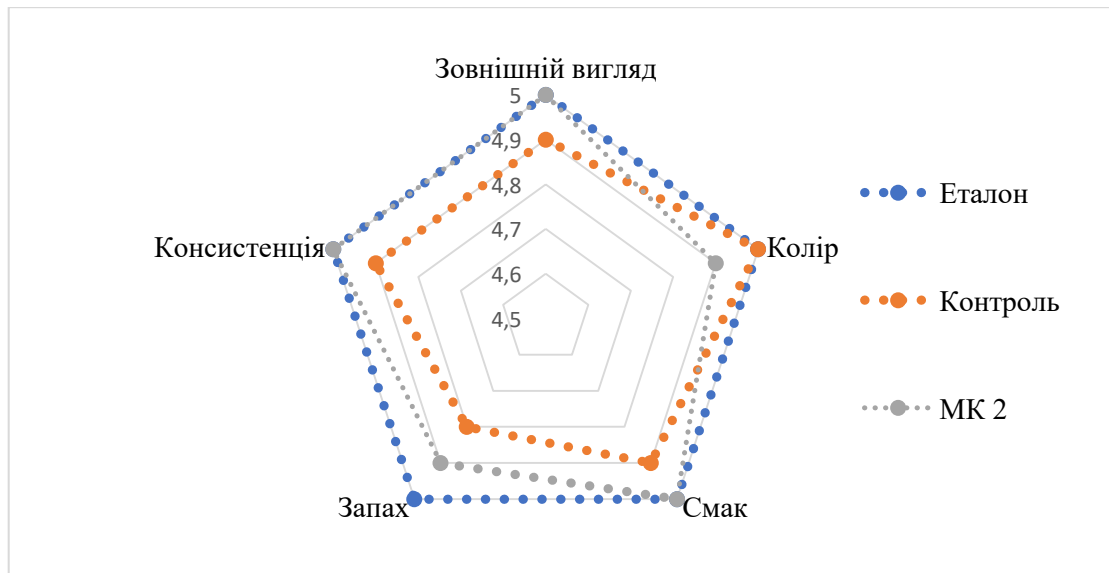


Рис. 3.1 Профілограма органолептичної оцінки пюре картопляного з соєвим протеїном

Додавання протеїну вплинуло на текстуру пюре. У даній композиції, завдяки водозв'язувальним властивостям соєвого протеїну, пюре набуло більш кремової, однорідної та повітряної текстури. Воно не стало надмірно щільним, що часто буває при надмірному додаванні білкових концентратів. Навпаки, пюре зберегло свою ніжність, ставши при цьому стійким до розшарування.

У табл. 3.3 було розроблено модельні композиції картопляного пюре з додаванням горохового протеїну.

Таблиця 3.3

Модельні композиції картопляного пюре з додаванням гороховим протеїну

Сировина	Контроль	МК1	МК 2	МК 3
Картопля	80	79	79	70
Молоко	12	10	8	6
Масло вершкове	8	8	2	0
Гороховий протеїн		3	6	8
Листя естрагона		1	1	1
Всього	100	100	100	100

За результатами проведеного сенсорного аналізу, модельна композиція №2 виявилася найбільш вдалою серед усіх протестованих варіантів. Її

відмінність полягала в тому, що 6% традиційного молока було замінено на гороховий протеїн рис 3.2.

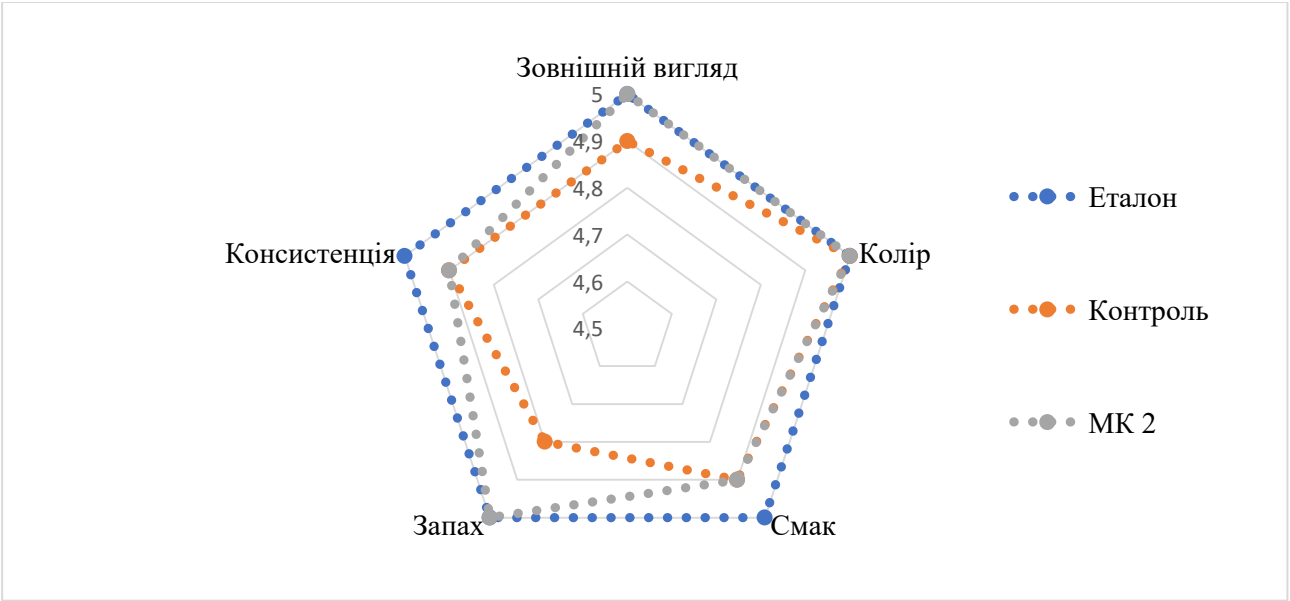


Рис. 3.2 Профілограма органолептичної оцінки пюре картопляного з гороховим протеїном

Розроблено модельні композиції картопляного пюре з додаванням сироваткового протеїну (табл. 3.4).

Таблиця 3.4

Модельні композиції картопляного пюре з додаванням сироваткового протеїну

Сировина	Контроль	МК1	МК 2	МК 3
Картопля	80	79	79	70
Молоко	12	10	8	6
Масло вершкове	8	8	8	8
Сироватковий протеїн		3	3	6
Листя естрагона		1	1	1
Всього	100	100	100	100

Під час розробки картопляного пюре критично важливим етапом стало проведення органолептичної оцінки дослідних зразків. Метою було не лише підвищити поживну цінність страви, але й гарантувати, що вона збереже свої високі смакові якості. Модельна композиція №2 з 3% сироваткового протеїну отримала найкращий показник за результатами органолептичної оцінки рис 3.3.

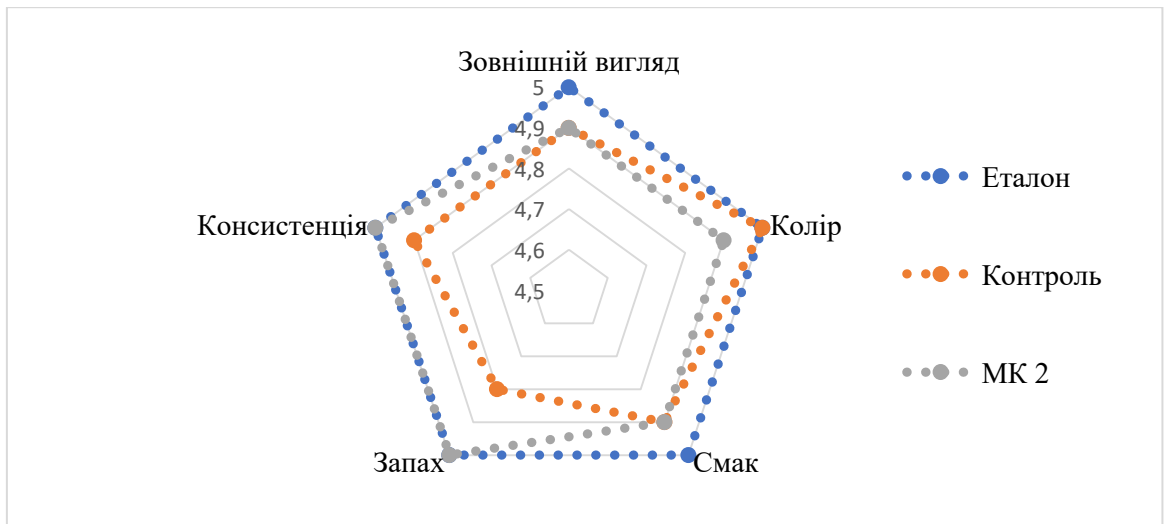


Рис. 3.3 Профілограма органолептичної оцінки пюре картопляного з сироватковим протеїном

Розробка модельних композицій картопляного пюре з додаванням різних видів протеїну (соєвого, горохового, сироваткового) дозволила визначити оптимальні співвідношення для створення збагаченого білком продукту, що зберігає високі органолептичні якості. Оптимальні концентрації:

- Для соєвого протеїну найкращі органолептичні показники досягнуто при заміні 4% молока. Це забезпечило нейтральний смак, покращену кремову текстуру та суттєве збільшення білка без сторонніх присмаків.
- Для горохового протеїну оптимальною виявилася композиція із заміною 6% молока. Вона дозволила збагатити пюре білком, зберігши приємну консистенцію та мінімізувавши вплив на смак, що є важливою перевагою для гіпоалергенного продукту.
- Для сироваткового протеїну оптимальний результат отримано при заміні 3% молока. Це підтвердило його високу ефективність у підвищенні білкової цінності та позитивний вплив на текстуру без шкоди для звичного смаку пюре.

3.2. Вимоги до оформлення та відпуску готової продукції

Розроблене картопляне пюре, збагачене протеїном, має відповідати низці якісних органолептичних показників табл. 3.5.

Таблиця 3.5

Вимоги до якості картопляного пюре з протеїном

Принципи	Характеристика
Зовнішній вигляд	Поверхня: гладка, з можливим легким глянцем від масла, без ознак підсихання, присутні дрібні зелені вкраплення естрагону
Консистенція	Однорідна без грудочок нерозім'ятої картоплі чи нерозчиненого протеїнового порошку, присутні дрібні зелені вкраплення естрагону Ніжна, кремова, пухка, еластична, легко формується. Не повинно бути надмірної густини.
Запах	Характерний для свіжоприготовленого картопляного пюре з вершковим маслом і молоком
Смак	Характерний для картопляного пюре з приємним вершковим присмаком та нотками молока. Відсутність гіркоти, кислотності, надмірної солоності. Доданий протеїн, особливо соєвий або сироватковий, не повинен надавати вираженого білкового або порошкового присмаку. Якщо використовується гороховий протеїн, його легкий присмак має бути делікатно інтегрований у загальний смаковий букет і не викликати дискомфорту.
Колір	Світлий, рівномірний: Від білого до світло-кремового, характерний для класичного картопляного пюре. Колір має бути однорідним по всій масі, без потемніння, сірих чи інших небажаних вкраплень, що свідчить про якість сировини та дотримання технології. Доданий протеїн не повинен істотно змінювати природний колір пюре.

Подача розроблених пюре як самостійної страви так і з гарніром наведено на рис. 3.4.

**Рис. 3.4 Розроблені пюре з протеїном**

Впровадження протеїно збагаченого картопляного пюре дозволяє створювати більш збалансовані та корисні страви для сучасного споживача.

3.3. Розроблення схеми технологічного процесу гарнірів

На розроблені картопляне пюре з протеїном (соевим, гороховим, сироватковим) сформовано технологічні карти, дод. Б, В та Г. Технологічна приготування пюре наведена на рис. 3.5.

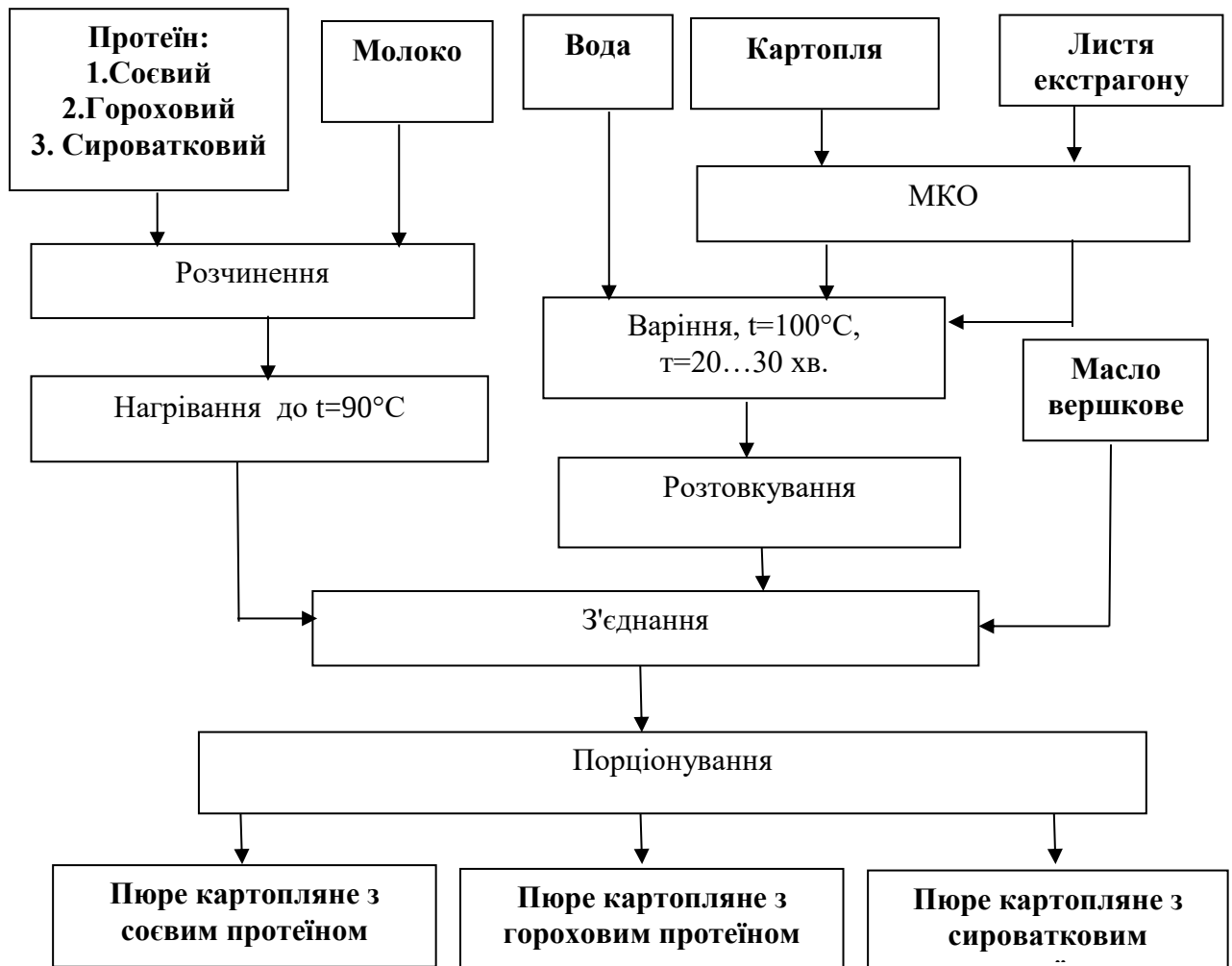


Рис. 3.5 Технологічна схема приготування пюре картопляного з протеїном

Картоплю очистити від шкірки та нарізати, помістити в каструлю, залити гарячою водою так, щоб вона лише покривала картоплю, додати сіль та листя екстрагону. Та варити до готовності, приблизно 20-30 хвилин, залежно від розміру шматочків. З'єднати протеїн та молоко і довести до кипіння

температура 80-90 °С. З готової картоплі повністю злити воду та подрібнити, поступово, невеликими порціями, влити гарячу протейново-молочну суміш, постійно перемішуючи товкачем, додати вершкове масло і продовжувати розминати до повного його розчинення та отримання однорідної, пухкої та повітряної маси. Відпускати картопляне пюре при $t = 65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

3.4. Розрахунок поживної цінності нових гарнірів

Досліджено поживну цінність розробленого картопляного пюре з соєвим протейном. Хімічний склад розраховано на 100 г продукту та порівняно з контрольним зразком рис. 3.6.

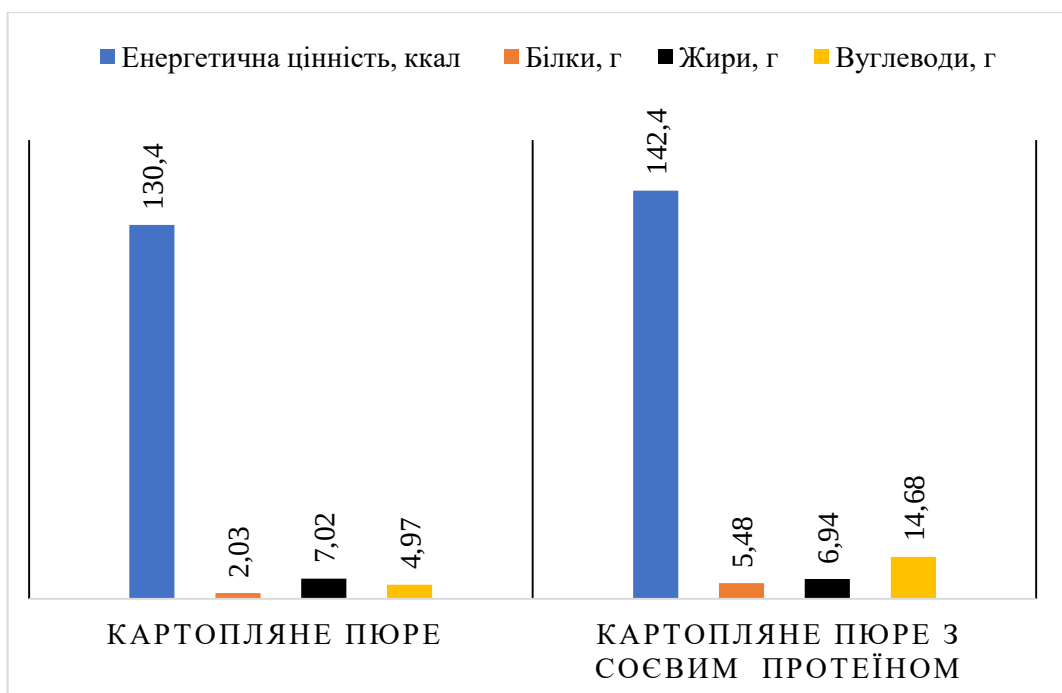


Рис. 3.6 Характеристика хімічного складу традиційного картопляного пюре та картопляного пюре з соєвим протейном на 100 г

Дослідження показало, що розроблене картопляне пюре з соєвим протейном має значно покращений білковий профіль порівняно з традиційним контрольним зразком. При цьому вдалося зберегти практично незмінним вміст жирів та вуглеводів, а також помірно збільшити загальну калорійність.

В таблиці 3.6 наведено вміст незамінних амінокислот в розробленому пюре із соєвим протейном, більшість незамінних амінокислот значно перевищують еталонний рівень понад 100%.

Таблиця 3.6

Вміст амінокислот в картопляному пюре із соєвим протеїном

Незамінна Амінокислота	Картопляне пюре із соєвим протеїном мг/1г білка	Еталон (ВООЗ/ФАО) мг/1г білка	Амінокислотний Скор (%)
Ізолейцин	34,27	30	114,2
Лейцин	59,32	59	100,5
Лізин	48,06	45	106,8
Метіонін + Цистеїн	18,76	22	85,3
Фенілаланін + Тирозин	60,72	38	159,8
Треонін	29,03	23	126,2
Триптофан	8,47	6	141,2
Валін	36,65	39	93,9
Гістидин	18,18	15	121,2

На рис. 3.7 наведено розрахунок хімічного складу розробленого картопляного пюре з гороховим протеїном, на 100 г. страви рис. 3.5.

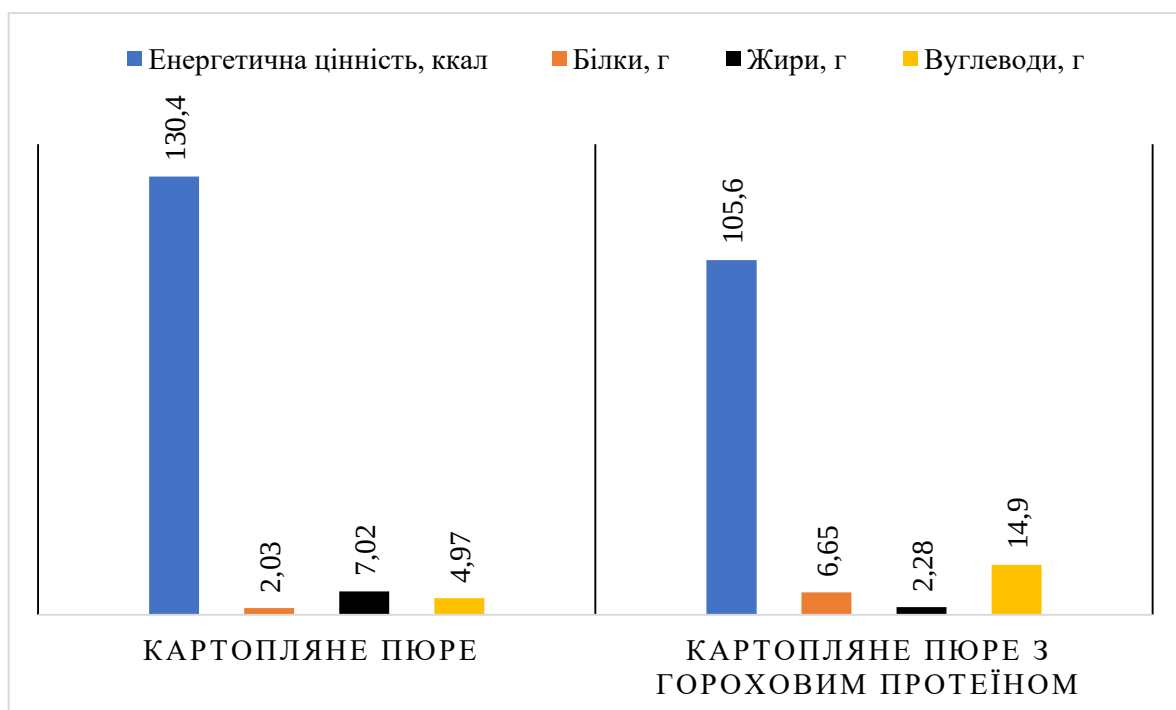


Рис. 3.7 Характеристика хімічного складу традиційного картопляного пюре та картопляного пюре з гороховим протеїном на 100 г

В розробленому картопляному пюре із гороховим протеїном в порівнянні із контрольним зразком збільшився вміст білка майже в 3,3 рази (з 2,03 г до 6,65 г на 100 г продукту). Таким чином, розроблене пюре з гороховим протеїном є значно більш дієтичним та білково-збагаченим варіантом картопляного пюре порівняно з традиційною версією, при цьому зберігаючи приблизно той же рівень вуглеводів.

У таблиці 3.7 представлено детальний амінокислотний профіль розробленого картопляного пюре, збагаченого гороховим протеїном. Аналіз цього профілю виявив високу біологічну цінність продукту.

Таблиця 3.7

Вміст амінокислот в картопляному пюре із гороховим протеїном

Незамінна амінокислота	Картопляне пюре з гороховим протеїном мг/1г білка	Еталон (ВООЗ/ФАО) мг/1г білка	Амінокислотний скор (%)
Ізолейцин	30,74	30	102,5
Лейцин	85,13	59	144,3
Лізин	65,96	45	146,6
Метіонін + Цистеїн	18,55	22	84,3
Фенілаланін + Тирозин	56,97	38	149,9
Треонін	28,03	23	121,9
Триптофан	9,04	6	150,7
Валін	32,55	39	83,5
Гістидин	18,08	15	120,5

Отже згідно аналізу таблиці 3.7, було встановлено, що більшість незамінних амінокислот у нашому розробленому пюре значно перевищують еталонний рівень (100%), рекомендований світовими організаціями охорони здоров'я. Це свідчить про те, що білок у цьому пюре є високоякісним і добре збалансованим для потреб організму людини.

На рис. 3.8 представлено детальний розрахунок хімічного складу розробленого картопляного пюре, збагаченого сироватковим протеїном, у перерахунку на 100 грамів готової страви. Цей аналіз дозволяє оцінити, як додавання сироваткового протеїну впливає на основні поживні показники пюре порівняно зі базовим зразком.

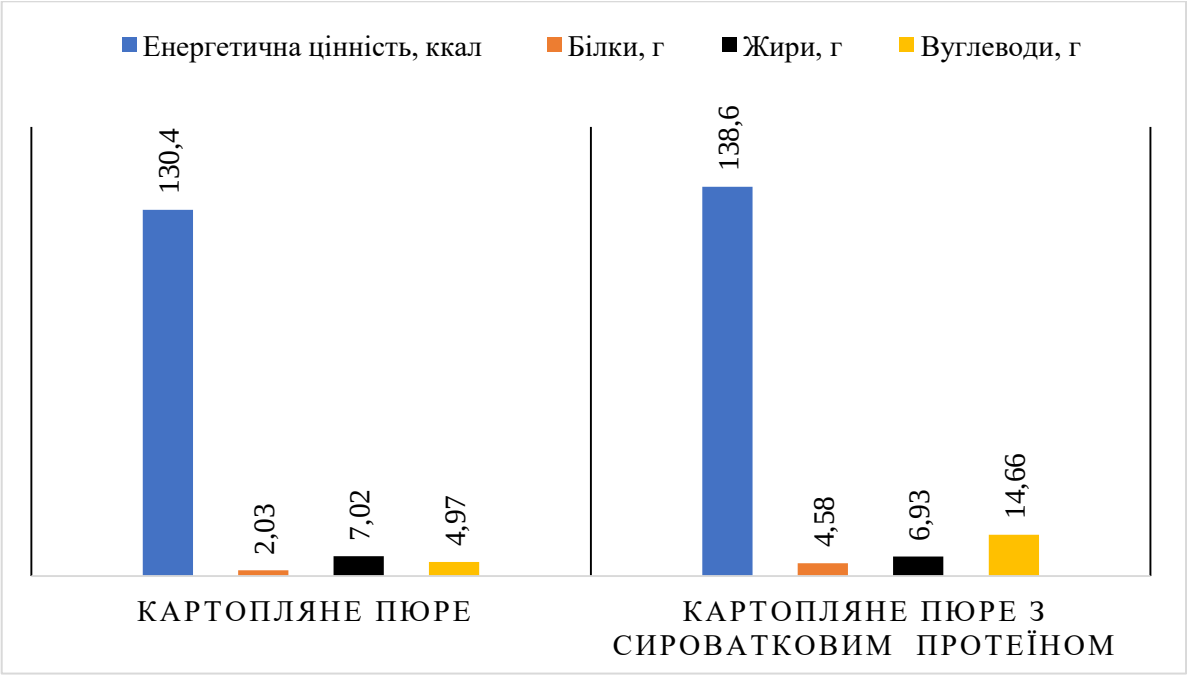


Рис. 3.8 Характеристика хімічного складу традиційного картопляного пюре та картопляного пюре з сироватковим протеїном на 100 г

Згідно рис. 3.5 додавання сироваткового протеїну, збільшує вміст білка в на 125% (з 2,03 г до 4,58 г на 100 г продукту), це робить пюре значно більш поживним і цінним джерелом білка.

У таблиці 3.8 наведено розрахунок вмісту амінокислот в розробленому картопляному пюре із сироватковим протеїном.

Таблиця 3.8

Вміст амінокислот в картопляному пюре із сироватковим протеїном

Незамінна Амінокислота	Картопляне пюре із сироватковим протеїном мг/1г білка	Еталон (ВООЗ/ФАО) мг/1г білка	Амінокислотний Скор (%)
Ізолейцин	39,73	30	132,4
Лейцин	65,14	59	110,4

Продовження таблиці 3.8

Незамінна Амінокислота	Картопляне пюре із сироватковим протеїном мг/1г білка	Еталон (ВООЗ/ФАО) мг/1г білка	Амінокислотний Скор (%)
Лізин	56,23	45	124,9
Метіонін + Цистеїн	30,98	22	140,8
Фенілаланін + Тирозин	37,55	38	98,8
Треонін	37,59	23	163,4
Триптофан	10,36	6	172,7
Валін	37,99	39	97,4
Гістидин	12,60	15	84,0

Отже, згідно аналізу таблиці 3.8 більшість інших незамінних амінокислот значно перевищують 100% скору, що свідчить про високу якість білка в розробленому пюре, сироватковий протеїн ефективно збагачує пюре, роблячи його повноцінним і біологічно цінним джерелом білка для організму.

Розроблені варіанти картопляного пюре з додаванням рослинних (горохового, соєвого) та тваринного (сироваткового) протеїнів є успішними функціональними продуктами. Вони пропонують значно вищу поживну цінність за рахунок збагачення білком, зберігаючи при цьому оптимальний баланс жирів та вуглеводів. Це робить їх чудовим вибором для розширення раціону харчування, підвищення його якості та підтримки здорового способу життя.

ВИСНОВКИ ТА ПРОПОЗИЦІЇ

Кваліфікаційна робота розроблена відповідно до затвердженої теми: «Удосконалення технології та дослідження якості гарнірів» на матеріалах ресторану «Allure Inn Grill».

В роботі наведено аналітичний огляд літератури щодо технології гарнірів. Серед найбільш поширених гарнірів у національній кухні можна виокремити страви з картоплі (вареної, смаженої, печеної, у вигляді пюре), різноманітні каші (гречана, пшоняна, рисова, перлова), макаронні вироби, а також овочеві гарніри (тушковані, варені або печені овочі). Бобові культури, зокрема квасоля та горох, також посідають помітне місце, особливо в пісний період, коли вони слугують альтернативним джерелом білків.

Класифікація гарнірів базується на різних критеріях: за походженням продуктів, способом приготування, харчовим складом і функціональним призначенням у страві. Такий поділ дає змогу краще зрозуміти кулінарну роль гарнірів у харчуванні, а також систематизувати знання про їх використання в різних типах раціону.

Згідно з аналізом шести популярних закладів ресторанного господарства в місті Чернівці, гарніри займають важливе місце в структурі супровідних страв основного меню. Варіативність гарнірів, способи приготування та органолептичні характеристики залежать від концепції закладу, його цільової аудиторії та кулінарного спрямування.

В роботі проаналізовано роботу ресторану «Allure Inn Grill». Ресторан є частиною готельного комплексу «AllureInn Hotel and Spa» у місті Чернівці по вулиці Руська 2, заклад розмістився у чудовій старовинній будівлі 19 століття. «Allure Inn Grill» представляється як універсальний ресторан, що пропонує різноманітне меню з акцентом на гриль, якісне обслуговування та зручне розташування, будучи частиною престижного готельного комплексу. Це робить його привабливим місцем як для туристів, так і для місцевих жителів Чернівців.

Ресторан «AllureInn Grill» вирізняється вишуканою європейською кухнею, де ключову роль відіграє унікальний гриль Big Green Egg. Для найменших відвідувачів «AllureInn Grill» дитяче меню. Також в ресторані діє меню сніданків – це смачні та поживні страви, які дадуть заряд енергії на весь день.

Для ефективного просування своїх послуг та взаємодії з аудиторією, «Allure Inn Grill» активно використовує цифрові канали комунікації. Ресторан просуває свої пропозиції через власну інтернет-сторінку та соціальні мережі.

В 3 розділі кваліфікаційної роботи було розглянуто можливість удосконалення картопляного пюре за рахунок заміни молока на протеїн: соєвого на 4%, горохового на 6% та сироваткового на 3%. Проведене дослідження продемонструвало суттєве підвищення поживної цінності картопляного пюре шляхом його збагачення різними видами протеїнів. Аналіз хімічного складу удосконалених зразків у порівнянні з контрольним підтвердив ефективність застосованого підходу.

Ключовим результатом є збільшення вмісту білка в усіх розроблених композиціях, що перетворює традиційне картопляне пюре з переважно вуглеводного продукту на джерело високоякісного білку. Зокрема, варіант з гороховим протеїном показав найвище зростання білка - 220%, тоді як соєвий та сироватковий протеїни також забезпечили значне збагачення -120%. При цьому важливо, що додавання протеїну не призвело до суттєвого підвищення калорійності чи небажаних змін у вмісті жирів та вуглеводів, що є критично важливим для розробки функціональних продуктів здорового харчування.

Оцінка амінокислотного скору підтвердила високу біологічну цінність білка в удосконалених пюре. Більшість незамінних амінокислот у розроблених композиціях значно перевищують рекомендовані еталонні рівні ВООЗ/ФАО, що свідчить про їхню повноцінність та високу засвоюваність.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Національна українська кухня/ Сумський національний аграрний університет. – URL: <https://library.snau.edu.ua/wp-content/uploads/2019/08/Національна-Українська-Кухня.pdf> library.snau.edu.ua (дата звернення: 19.05.2025).
2. Формування і розквіт української кухні URL: https://www.medved.kiev.ua/web_journals/arhiv/nutrition/2008/1-2_08/str63.pdf medved.kiev.ua (дата звернення: 19.05.2025).
3. Оригінальні гарніри для українських страв – смачні і традиційні рецепти URL: <https://fact-news.com.ua/originalni-garniri-dlya-ukrainskix-strav-smachni-i-traditsijni-retsepti/> (дата звернення: 22.05.2025).
4. Національний науковий центр «Інститут аграрної економіки» Національний науковий центр «Інститут аграрної економіки». Аналітичні матеріали з аграрної політики та харчування населення URL: <http://iae.org.ua> (дата звернення: 19.05.2025).
5. Державна служба статистики України Державна служба статистики України. Офіційний сайт [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ukrstat.gov.ua> (дата звернення: 21.05.2025).
6. Міністерство охорони здоров'я України Міністерство охорони здоров'я України. Рекомендації щодо здорового харчування URL: <https://moz.gov.ua> (дата звернення: 21.05.2025).
7. Меню Versal Steak House URL: <https://oddmenu.com/uk/p/versal-steak-house/cloy6acff1213544demp5dqt9k7v>. (дата звернення: 19.05.2025).
8. Гарячі страви та гарніри – ShoSho Pizza URL: Режим доступу: <https://shosho.pizza/category/garyachi-stravi-ta-garniri> (дата звернення: 19.05.2025).
9. Гарніри – меню ресторану Chalet URL: <https://menu.chalet.cv.ua/menu->

<category/%D0%B3%D0%B0%D1%80%D0%BD%D1%96%D1%80%D0%B8/>

(дата звернення: 23.05.2025).

10. Меню доставки ресторації Fayno URL: P<https://fayno.rest/chernivtsi-luzhany> (дата звернення: 27.05.2025).

11. Меню ресторану Terrasa [Електронний ресурс] // Terrasa.ace.cv.ua. – Режим доступу: <https://terrassa.ace.cv.ua/menu.html> (дата звернення: 19.05.2025).

12. Головна сторінка ресторану Panska Huralnya Tripadvisor.com URL:https://www.tripadvisor.com/Restaurant_Review-g298062-d11638564-Reviews-Panska_Huralnya-Chernivtsi_Chernivtsi_Oblast.html (дата звернення: 25.05.2025).

13. Картопля: хімічний склад, калорійність, корисні властивості// Довідка.biz.ua. –URL: <https://dovidka.biz.ua/kartoplya-himichniy-sklad-kaloriynist-korisni-vlastivosti/> (дата звернення: 20.05.2025).

14. Як вибрати правильний сорт картоплі для смачних страв URL:: <https://svitroslyn.ua/ua/articles/kak-vybrat-pravilnyy-sort-kartofelya-dlya-vkusnykh-blyud.html> (дата звернення: 24.05.2025).

15. Gorbach D. A., Sakhno T. V. Важливість білка в життєдіяльності людини. Протеїн як спортивна добавка // Полтавський державний аграрний університет. – 2022. – С. 4–6.

16. Gibson R. A., Makrides M. Soy protein, bioactive peptides, and isoflavones: A review of their health benefits // Food Research International. – 2023. – Vol. 162. – Article 112074. – DOI: 10.1016/j.foodres.2022.112074 (дата звернення: 19.05.2025).

17. Кернеш В. П., Омельченко Н. М., Коновал В. П. Біологічна повноцінність протеїну та її роль при годівлі сільськогосподарських тварин // Корми і кормовиробництво. – 2023. – Вип. 95. – С. 172–176.

18. Messina M., Rogero M. M., Fisberg M., Waitzberg D. Health effects of soy: A reference guide for health professionals // Frontiers in Nutrition. – 2022. – Vol. 9. – Article 970364. – DOI: 10.3389/fnut.2022.970364 (дата звернення: 22.05.2025).

19. Young S. S., Kindzierski W. B., Hawkins D., Fogel P., Meyer T. Case Study: Evaluation of a meta-analysis of the association between soy protein and cardiovascular disease // arXiv preprint arXiv:2112.03945. – 2021.
20. Flaxseed (*Linum usitatissimum*); phytochemistry, pharmacological characteristics and functional food applications // Food Chemistry Advances. – 2024. – Vol. 4. – Article 100573. – DOI: 10.1016/j.focha.2023.100573 (дата звернення: 27.05.2025).
21. Bioactive Lignans from Flaxseed: Biological Properties and Patented Recovery Technologies // Molecules. – 2022. – Vol. 27, No. 3. – Article 105. – DOI: 10.3390/molecules27030105 (дата звернення: 19.05.2025).
22. Про затвердження Норм фізіологічних потреб населення України в основних харчових речовинах і енергії Наказ № 1073 від 03.09.2017
23. Лабораторний практикум із загальних технологій харчової промисловості: навчальний посібник / за ред. В. Ф. Доценка. - Київ: Кондор-Видавництво, 2016. - 380 с.
24. Білок у продуктах: таблиця із вмістом протеїну в 100 г [URL:https://belok.ua/blog/ua/bilok-u-produktah-tablyczya-iz-vmistom-proteyinu-v-100-g/#bilok-v-molochnih-produktah](https://belok.ua/blog/ua/bilok-u-produktah-tablyczya-iz-vmistom-proteyinu-v-100-g/#bilok-v-molochnih-produktah) (дата звернення: 25.05.2025).
25. Foodpairing URL: <https://inspire.foodpairing.com/> (дата звернення: 26.05.2025).

ДОДАТКИ

МЕНЮ РЕСТОРАНУ «ALLURE INN GRILL»

Суправи з птиці



ІНДИЧКА СУ-ВІД з мандариновим крем-бататом, гелем з ківі та сальсою	180/100/50/50 г	398
КАЧКА з морквяно-абрикосовим пюре та чорничним соусом	180/100/50 г	478
КУРЯЧИЙ СТЕЙК з спаржею та сиром подається з шпинатно-картопляним пюре та соусом дзадзикі	230/180 г	330
ШАШЛИК КУРЯЧИЙ (на вагу)	100 г	128

Суправи з м'яса

ЯЛОВИЧА ВИРІЗКА (на вагу) з пюре з броколі, стручковою квасолею та соусом барбекю	100 г	330
СТЕЙК ЧИКАГО (на вагу) з овочами гриль, сиром пармезан та соусом барбекю	100 г	190
СВИННА ВИРІЗКА в базиліковій паніровці подається з морквяним пюре та овочевим соусом	250/100/50 г	410
ОШІЙОК СВИННИЙ з картоплею під сиром пармезан та соусом дзадзикі	250/180/30 г	390
ШАШЛИК ІЗ СВИНИНИ (на вагу)	100 г	148
ГАМБУРГЕР котлета із телятини та свинини, сир, огірок солений, помідор свіжий, цибулеві кільця, мікс салату, соус слов'янський, подається з картоплею фрі	250/150/30 г	235
АСОРТІ СТЕЙКІВ телятина, свинина, курка, печериці та кабачок, помідори черрі, соуси барбекю та вишневі	800/400/90/30/30 г	1400
АСОРТІ З ТРЬОХ ВИДІВ М'ЯСА свинина, курка, м'ягтеї, лаваші з сиром сулугуні, квашена капуста та огірки, помідори черрі мариновані, соуси барбекю та слов'янський	750/300/500/30/30 г	1300

Десерти



ТЕПЛИЙ СИРНИК з медом та горіхами	120 г	100
КОФІТЕЛЬ	130 г	87
НАПОЛЕОН ПЛОМБІР	180 г	100
ПАННА КОТТА	150 г	72
ТРИ ШОКОЛАДА	150 г	145
ШОКОЛАДНИЙ ФОНДАН	150 г	142
СИРНИКИ з сметаною та малиновим соусом	200/30/30 г	98
МОРОЗИВО в асортименті	150 г	100

Allure INN

Салати



САЛАТ «ГРЕЦЬКИЙ» огірок, помідор, перець болгарський, сир фета, масляни, оливки, мікс-салат, цибуля кримська	200 г	125
САЛАТ З ОВОЧАМИ ГРИЛЬ броколі, кабачок, перець болгарський, печериці, кунжут, мікс-салат, соус барбекю	200 г	158
САЛАТ «КАПРЕЗЕ» сир моцарела, помідор, помідори черрі, шпинат, кедрові горіхи, цибуля кримська, соус песто	220 г	185
САЛАТ «ЦЕЗАР» курка, бекон, сир пармезан, помідор черрі, ромен, гріссіні, мікс грінки, соус цезар	180 г	215
САЛАТ З ІНДИЧКОЮ індикка, сир брі панірований, виноград, яблуко, курма, шпинат, мікс-салат, арахіс, олія оливкова, бальзамічний соус	220 г	238
САЛАТ З ТУНЦЕМ тунець консервований, авокадо, кіноа, яйця перепелині, помідори черрі, селера, чіпси з тунця, цибуля кримська, мікс-салат, соус мохіто	270 г	275

САЛАТ «ВЕНЕЦІЯ» креветки, лосось, авокадо, сир пармезан, яйця перепелині, помідор черрі, мікс-салат, соус «Парміджано»	180 г	325
---	-------	-----

ТЕПЛИЙ САЛАТ «ОЛЬСТЕР» телятина, сир дорблю, огірок, помідор, перець болгарський, мікс-салат, цибуля ріпчаста, гранат, гранатовий соус	200 г	225
---	-------	-----

САЛАТ З СВИНИНОЮ свинина, бекон, корнішони, помідори черрі, горіхи кедрові, мікс-салат, цибуля кримська, салатна заправка, соус медово-гірничний	200 г	235
---	-------	-----

САЛАТ З ПЕЧІНКОЮ печінка куряча, ананас, груша, мандарин, кабачок, мигдалеві пелюстки, ягідний та медово-гірничний соуси	320 г	248
---	-------	-----



Продовження додатку А



Сніданки закуски

СИРИ БРІ ТА ПАРМЕЗАН з медом та виноградом	160 г	185
СИРИ ДОРБЛЮ ТА ЕМЕНТАЛЬ з медом та грушею	160 г	185
БРУСКЕТА з лососем, каперсами та огірком	110 г	138
БРУСКЕТА з авокадо, помідорами черрі, оливками та сиром пармезан	110 г	110
ДОШКА ДО ПИВА ковбаски в'ялені, бастурма, сир сулугуні, чіпси Pringles, арахіс	120 г	145
САЛО З ГРІНКАМИ ТА ЧАСНИКОМ	100 г	98

БОРЩ УКРАЇНСЬКИЙ з грінками та салом	250 г	110
КРЕМ-СУП з броколі та кіноа	220 г	110
ГАРБУЗОВИЙ КРЕМ-СУП «АДАЖІО» з насінням гарбуза та шафраном	220 г	88
БУЛЬЙОН КУРЯЧИЙ з птїтимом та перепелиним яйцем	250 г	92
СОЛЯНКА з грінками та салом	250 г	125
КРЕВЕТОЧНИЙ БІСК з мідіями та судаком	250 г	225



Супи



Гарніри

КАРТОПЛЯ ПО-СЕЛЯНСЬКИ з бринзою	200 г	68
КАРТОПЛЯНЕ ПЮРЕ з вершковим маслом	200 г	52
ШПИНАТНО-КАРТОПЛЯНЕ ПЮРЕ	180 г	59
СИРНІ КУЛЬКИ	160 г	185
РИС З ОВОЧАМИ	180 г	68
ОВОЧІ СМАЖЕНІ НА ГРИЛІ перець, баклажан, печериці, кабачок	200 г	128
ЛАВАШ З СИРОМ СУЛУГУНІ	220 г	110
РІЗОТТО БАЗИЛІКОВЕ	180 г	148
ПТІТИМ з шпинатом та печерицями	200 г	89

ЗАПЕЧЕНИЙ СІР КАМАМБЕР подається з ягідним соусом та ягідним морозивом	200 г	298
КУРЯЧІ СЕРДЕЧКА «ПО-ТАЙСЬКИ» курча, сердечка, кабачки, перець болгарський, імбир, часник	170 г	200
КАБАЧКОВІ ОЛАДКИ з лососем слабосоленим та крем сиром	300 г	295
ДЕРУНИ з соусом «Дорблєю»	300/50 г	168
БАЛУШ з білими грибами та бринзою	350 г	357
БАЛУШ «4 сири» бринза, моцарела, дорблєю, фета	320 г	150
ТОРНЕДОС РУБЛЕНИЙ з овочами та томатами яловичина, цибуля порей, перець болгарський, помідори пелаті, морква, часник, яйце куряче	380 г	310
ТЕЛЯЧИЙ ЯЗИК під вершковим соусом з картопляним пюре та французькою гірчицею	320 г	395
ВАРЕНИКИ на фреші з петрушки з картоплею, грибним соусом та сметаною	200/80/30 г	95
ПАСТА КАРБОНАРА	250 г	235
ПАСТА ПАЛЕРМО з індичкою	300 г	330



Гарніри страви



Страви з риби

СКОВОРІДКА РИБНА З ОВОЧАМИ судак, броколі, кабачок, помідори черрі, масляні, оливки, часник, імбир	270 г	450
МОРСЬКІ ГРЕБІНЦІ з базиліковим ризотто	250 г	423
КРЕВЕТКИ запечені з зеленим маслом та соусом дзадзикі	150 г	385

СТЕЙК З ЛОСОСЯ (на вагу) з броколі та пармезаном	100 г	385
СУДАК з стручковою квасолею та печерицями під вершковим соусом	200/70/50/50 г	550
ДОРАДА (на вагу) з кабачковими рулетиками з фетою і кунжутом та шпинатним соусом	100 г	320



Продовження додатку А

Ailure INN

АПЕРОЛЬ	Aperol	350 ml/ml	152
ігристе вино 6/8, сироп "Апероль", апельсин, тонік Aperol syrup, orange, tonic			
МОХІТО	Mojito	250 ml/ml	92
лайм, м'ята, тростинний цукор, тонік lime, mint, cane sugar, tonic			
МОХІТО полуничне	Strawberry Mojito	200 ml/ml	98
полуниця, сироп, лайм, тонік, м'ята strawberry, syrup, lime, tonic, mint			
МОХІТО kivi	Kiwi Mojito	200 ml/ml	92
kivi, сироп, лайм, тонік, м'ята kivi, syrup, lime, tonic, mint			
КРИЖАНА МАРАКУЙЯ	Ice passion fruit	250 ml/ml	118
маракуйя, сік апельсиновий, сиропи кокосовий та блю кюрасао, тонік, апельсин passion fruit, orange juice, coconut and blue curacao syrups, tonic, orange			
САНГРІЯ	Sangria	250 ml/ml	110
ЛИМОНАД	Lemonade	250 ml/ml	70
ЛИМОНАД обліпиховий	Sea Buckthorn Lemonade	250 ml/ml	78
ЛИМОНАД манговий	Mango Lemonade	250 ml/ml	108
Холодний ФРУКТОВИЙ ЧАЙ	Ice fruit tea	250 ml/ml	58

non-alcoholic
Cocktails

БЕЗАЛКОГОЛЬНІ
КОКТЕЙЛІ

Milkshakes
МОЛОЧНІ
КОКТЕЙЛІ

БЕЗАЛКОГОЛЬНІ НАПОЇ	Soft drinks		
СІК в асортименті	Assorted juices	250 ml/ml	35
ФРУКТОВИЙ НАПІЙ	Fruit drink	250 ml/ml	20
увар/компот в асортименті stewed fruit or compote			
ПЕПСІ	Pepsi	300/500 ml/ml	40/47
МІНЕРАЛЬНА ВОДА	Mineral water		
Моршинська	Morshynska	500 ml/ml	47
негазована/слабогазована noncarbonated/slightly carbonated			
Боржомі	Borjomi	500 ml/ml	77
газована carbonated			
Поляна квасова	Polyana kvasova	500 ml/ml	72
газована carbonated			
Сан-Пеллегріно	S.Pellegrino	500 ml/ml	170
газована carbonated			

Fresh
juices
ФРЕШІ

ЯБЛУЧНИЙ	Apple	200 ml/ml	55
МОРКВЯНИЙ	Carrot	200 ml/ml	78
АПЕЛЬСИНОВИЙ	Orange	200 ml/ml	98
ГРЕЙПФРУТОВИЙ	Grapefruit	200 ml/ml	108
ЛИМОННИЙ	Lemon	200 ml/ml	98
АНАНАСОВИЙ	Pineapple	200 ml/ml	180

КАВА БЕЗ КОФЕЇНУ	Coffee without caffeine	40
РІСТРЕТО	Ristretto	15 ml/ml 40
ЕСПРЕСО	Espresso	30 ml/ml 40
ЕСПРЕСО ЛУНГО	Espresso Lungo	40 ml/ml 40
ЕСПРЕСО МАКІЯТО	Espresso Macchiato	40 ml/ml 45
ДОПІО	Doppio	30 ml/ml 80
АМЕРИКАНО	Americano	100 ml/ml 40
КАПУЧІНО	Cappuccino	120 ml/ml 50
ЛАТЕ	Latte	250 ml/ml 55
ЛАТЕ З СИРОПОМ на вибір	Latte with syrup to choose	250 ml/ml 60
МОРКВЯНЕ ЛАТЕ	Carrot Latte	250 ml/ml 82
ЛАВАНДОВЕ АЙС ЛАТЕ	Lavender Ice Latte	250 ml/ml 60
ФЛЕТ ВАЙТ	Flat White	300 ml/ml 80
ЕСПРЕСО-ТОНІК	Espresso Tonic	130 ml/ml 65

Coffee
КАВА

БАМБЕЛ КАВА	Bumble coffee	150 ml/ml 87
допю, апельсиновий сік doppio, orange juice		
РАФ	Raf	200 ml/ml 80
ГЛЯСЦЕ	Cafe Glace	215 ml/ml 90
КАВА ФРАППЕ	Frappe Coffee	250 ml/ml 40
КАВА «ПО-ВІДЕНСЬКИ»	Vienna coffee	100 ml/ml 55
кава, вершки coffee, cream		
НЕСКВІК з молоком	Nesquik with milk	200 ml/ml 40
КАКАО з молоком	Cocoa with milk	200 ml/ml 40
МОЛОКО	Milk	50 ml/ml 10
МОЛОКО РОСЛИННЕ в асортименті	Plant-based milk in assortment	50 ml/ml 20

Чай в асортименті	Tea in assortment	400 ml/ml 55
ІМБИРНИЙ ЧАЙ	Ginger tea	400 ml/ml 65
БУКОВИНСЬКИЙ ЧАЙ	Bukovinian tea	400 ml/ml 58
ЧАЙ ЦИТРУСОВИЙ	Citrus tea	400 ml/ml 68
ЧАЙ ОБЛІПХОВИЙ	Sea buckthorn tea	250 ml/ml 65

ГЛІНТВЕЙН
Mulled wine 300 ml/ml 110

ПІВО в асортименті
Beer in assortment

Якщо Ви бажаєте пити алкогольні напої в нашому закладі, Ви можете принести алкогольні напої з собою і скористатися послугою cork fee (корк фі – оплата за відкриття/закриття). Вартість послуги cork fee становить 100 грн на компанію. Обов'язкова наявність чеку придбання алкогольних напоїв.

If you want to drink alcoholic beverages in our restaurant, you can bring alcoholic beverages and use the cork fee service - payment for uncorking. The cost of the cork fee service is 100 UAH per company. A receipt confirming the purchase of alcoholic beverages is mandatory.

ЗАТВЕРДЖЕНО

Керівник _____

/найменування суб'єкта господарювання
у закладі ресторанного господарства/

/ власне ім'я, прізвище /

« ____ » _____ 2025 р.

М.П. _____

(підпис)

ТЕХНОЛОГІЧНА КАРТА

КАРТОПЛЯНЕ ПЮРЕ ІЗ СОЄВИМ ПРОТЕЇНОМ

Найменування сировини	Витрати сировини, г		Технологічні вимоги до якості сировини
	брутто	нетто	
Картопля	1053	790	Відповідно до вимог нормативної документації
Молоко (3,2% жирності)	80	80	
Масло вершкове (82% жиру)	80	80	
Соевий протеїн	40	40	
Листя естрагону (свіжі)	10	10	
Вихід		1000	

Технологія приготування

Картоплю очистити від шкірки та нарізати, помістити в каструлю, залити гарячою водою так, щоб вона лише покривала картоплю, додати сіль та листя екстрагону. Та варити до готовності, приблизно 20-30 хвилин, залежно від розміру шматочків. З'єднати соєвий протеїн та молоко і довести до кипіння температура 80-90 °С. З готової картоплі повністю злити воду та подрібнити, поступово, невеликими порціями, влити гарячу протеїново-молочну суміш, постійно перемішуючи товкачем, додати вершкове масло і продовжувати розминати до повного його розчинення та отримання однорідної, пухкої та повітряної маси. Відпускати картопляне пюре при $t = 65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Вимоги до якості виробів та оформлення

Зовнішній вигляд: однорідна, повітряна, пишна маса, без грудочок нерозім'ятої картоплі. Колір від світло-жовтого до кремового, характерний для картопляного пюре. присутні дрібні зелені вкраплення естрагону.

Консистенція: ніжна, м'яка, однорідна, повітряна.

Смак та запах: характерний для картопляного пюре, вершковий, з легким, приємним трав'яним ароматом естрагону. Допускається ледь помітний нейтральний відтінок соєвого протеїну. Смак солоний в міру

Мікробіологічні показники для даного виду страви

Кількість мезофільних аеробних мікроорганізмів (МАФ) в 1 г - не більше 10^3

Бактерії групи кишкової палички (БГКП) в 1 г - не допускається.

Патогенні мікроорганізми в 1 г - не допускається.

Автор страви (виробу): _____
(прізвище, ім'я та по-батькові)

Карту склав: _____
(посада) (підпис) (прізвище, ім'я та по-батькові)

ЗАТВЕРДЖЕНО

Керівник _____
/найменування суб'єкта господарювання
у закладі ресторанного господарства/

/ власне ім'я, прізвище /
« ____ » _____ 2025 р.

М.П. _____ (підпис)

ТЕХНОЛОГІЧНА КАРТА
КАРТОПЛЯНЕ ПЮРЕ ІЗ ГОРОХОВИМ ПРОТЕЇНОМ

Найменування сировини	Витрати сировини, г		Технологічні вимоги до якості сировини
	брутто	нетто	
Картопля	1053	790	Відповідно до вимог нормативної документації
Молоко (3.2% жирності)	80	80	
Масло вершкове (82% жиру)	80	80	
Гороховий протеїн (ізолят)	60	60	
Листя естрагону (свіжі)	10	10	
Вихід		1000	

Технологія приготування

Картоплю очистити від шкірки та нарізати, помістити в каструлю, залити гарячою водою так, щоб вона лише покривала картоплю, додати сіль та листя екстрагону. Та варити до готовності, приблизно 20-30 хвилин, залежно від розміру шматочків. З'єднати гороховий протеїн та молоко і довести до кипіння температура 80-90 °С. З готової картоплі повністю злити воду та подрібнити, поступово, невеликими порціями, влити гарячу протеїново-молочну суміш, постійно перемішуючи товкачем, додати вершкове масло і продовжувати розминати до повного його розчинення та отримання однорідної, пухкої та повітряної маси. Відпускати картопляне пюре при t - 65 °С.

Вимоги до якості виробів та оформлення

Зовнішній вигляд: однорідна, повітряна, пишна маса, без грудочок нерозім'ятої картоплі. Колір від світло-жовтого до кремового, характерний для картопляного пюре. Присутні дрібні зелені крапління естрагону.

Консистенція: ніжна, м'яка, однорідна, повітряна.

Смак та запах: характерний для картопляного пюре, вершковий, з легким, приємним трав'яним ароматом естрагону. Допускається ледь помітний нейтральний відтінок горохового протеїну. Смак солоний в міру.

Мікробіологічні показники для даного виду страви

Кількість мезофільних аеробних мікроорганізмів (МАФ) в 1 г - не більше 10^3

Бактерії групи кишкової палички (БГКП) в 1 г - не допускається.

Патогенні мікроорганізми в 1 г - не допускається.

Автор страви (виробу): _____
(прізвище, ім'я та по-батькові)

Карту склав: _____
(посада) (підпис) (прізвище, ім'я та по-батькові)

ЗАТВЕРДЖЕНО

Керівник _____

/найменування суб'єкта господарювання
у закладі ресторанного господарства/

/ власне ім'я, прізвище /

«____» _____ 2025 р.

М.П. _____

(підпис)

ТЕХНОЛОГІЧНА КАРТА**КАРТОПЛЯНЕ ПЮРЕ ІЗ СИРОВАТКОВИМ ПРОТЕЇНОМ**

Найменування сировини	Витрати сировини, г		Технологічні вимоги до якості сировини
	брутто	нетто	
Картопля	1053	790	Відповідно до вимог нормативної документації
Молоко (3.2% жирності)	80	80	
Масло вершкове (82% жиру)	80	80	
Сироватковий протеїн	30	30	
Листя естрагону (свіжі)	10	10	
Вихід		1000	

Технологія приготування

Картоплю очистити від шкірки та нарізати, помістити в каструлю, залити гарячою водою так, щоб вона лише покривала картоплю, додати сіль та листя екстрагону. Та варити до готовності, приблизно 20-30 хвилин, залежно від розміру шматочків. З'єднати сироватковий протеїн та молоко і довести до кипіння температура 80-90 °С. З готової картоплі повністю злити воду та подрібнити, поступово, невеликими порціями, влити гарячу протеїново-молочну суміш, постійно перемішуючи товкачем, додати вершкове масло і продовжувати розминати до повного його розчинення та отримання однорідної, пухкої та повітряної маси. Відпускати картопляне пюре при $t = 65\text{ }^{\circ}\text{C}$.

Вимоги до якості виробів та оформлення

Зовнішній вигляд: однорідна, повітряна, пишна маса, без грудочок нерозім'ятої картоплі. Колір від світло-жовтого до кремового, характерний для картопляного пюре. Присутні дрібні зелені вкраплення естрагону.

Консистенція: ніжна, м'яка, однорідна, повітряна.

Смак та запах: характерний для картопляного пюре, вершковий, з легким, приємним трав'яним ароматом естрагону. Допускається ледь помітний нейтральний відтінок сироваткового протеїну. Смак солоний в міру.

Мікробіологічні показники для даного виду страви

Кількість мезофільних аеробних мікроорганізмів (МАФ) в 1 г - не більше 10^3

Бактерії групи кишкової палички (БГКП) в 1 г - не допускається.

Патогенні мікроорганізми в 1 г - не допускається.

Автор страви (виробу): _____
(прізвище, ім'я та по-батькові)

Карту склав: _____
(посада) (підпис) (прізвище, ім'я та по-батькові)