

Технологическая карта № 1

Наименование изделия: **Рассольник ленинградский со сметаной**

Номер рецептуры: 76.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет Брутто, г	с 1-3 лет Нетто, г	с 3-7 лет Брутто, г	с 3-7 лет Нетто, г
Картофель	80	60	100	75
Крупа (перловая, или рисовая)	6	6	7	7
Морковь	10	8	12	10
Лук репчатый	5	4	6	5
Огурцы соленые	16	14,4	20	18
Масло растительное	2,4	2,4	3	3
Масло сливочное	2,4	2,4	3	3
Бульон или вода	152	152	190	190
<i>Выход</i>	-	200	-	250
Сметана 15%	4	4	6	6
<i>Выход</i>		200/4		250/6

Химический состав данного блюда на 204 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
1,69	0,00	4,69	13,68	103,88	6,04	0,077	0,054	23,48	0,748

Химический состав данного блюда на 256 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
2,15	0,00	6,01	17,14	148,61	7,55	0,097	0,066	30,23	0,942

Технология приготовления

Крупу закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. Соленые огурцы от кожицы и при необходимости, удаляют семена. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве бульона или воды 10-15 минут.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, доводят до кипения, а через 5-10 мин добавляют пассерованные овощи и припущенный огурцы. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сметану и кипятят.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части рассольника - огурцы без кожицы и семян, нарезанные ромбиками или соломкой, картофель - брусочками, коренья - соломкой

Консистенция: овощей, мяса - мягкая, сочная; огурцов - слегка хрустящая; перловая крупа хорошо разварена, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: жира на поверхности - желтый, овощей - натуральный

			ккал					
4,1	7,16	20,93	145	29,69	1,07	0,11	0,07	8,2

Технология приготовления

Мясо дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенный картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3,5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куску на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Крупы закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. Соленые огурцы очищают от кожицы и при необходимости, удаляют семена. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве бульона или воды 10-15 минут.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, доводят до кипения, а через 5-10 мин добавляют пассерованные овощи и припущенный огурцы. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель – брусочками, коренья – соломкой.

Консистенция: овощей, мяса – мягкая, сочная; огурцов – слегка хрустящая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: желтый, жира на поверхности – желтый, овощей – натуральный.

Вкус: острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

Запах: огуречного рассола, приятный – овощей.

Технологическая карта № 3

Наименование изделия: **Суп крестьянский со сметаной**

Номер рецептуры: **37**

Наименование сборника рецептов: Методические указания г.Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях», Москва, 2007 г.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет Брутто, г	с 1-3 лет Нетто, г	с 3-7 лет Брутто, г	с 3-7 лет Нетто, г
Картофель				
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	93	56	75	70
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	80	56	100	70
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	86	56	108	70
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	94	56	117	70
Морковь красная				
до 01.01 х/о – 20%	16	13	20	16
с 01.01 х/о – 25%	17	13	21	16
Лук репчатый (х/о – 16%)	10	8	13	11
Пшено	8	8	10	10
Масло растительное	2,4	2,4	3	3
Масло сливочное	2,4	2,4	3	3
<i>Выход</i>	-	200	-	250
Сметана 15%	4	4	6	6
<i>Выход со сметаной</i>		200/4		250/6

Химический состав данного блюда на 204 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
2,47	0,00	1,65	13,46	93,92	7,22	0,102	0,061	38,96	0,94

Химический состав данного блюда на 256 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
3,1	0,00	2,07	16,9	117,86	9,06	0,128	0,077	48,9	1,17

Технология приготовления

Крупу пшеничную перебрать и тщательно промыть. Заложить в кипящую воду (3л на 1кг крупы) и сварить до полуготовности, воду слить. Очищенный картофель нарезать кубиками или брусочками. Морковь и репчатый лук мелко шинковать. В кипящий бульон положить подготовленную крупу, нарезанный картофель, варить 7-10 минут, добавить овощи, соль и варить до готовности. В готовый суп добавить сметану и прокипятить.

Требования к качеству

Консистенция: крупа и картофель мягкие

Цвет: светло-желтый

Вкусы: свойственные продуктам с ароматом овощей.

Технологическая карта № 4

Наименование изделия: **Суп картофельный с бобовыми с мясом**

Номер рецептуры: 67

Наименование сборника рецептур: : «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Перевалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет Брутто, г	с 1-3 лет Нетто, г	с 3-7 лет Брутто, г	с 3-7 лет Нетто, г
Горох	17	16	21	20
или горошек консервированный	31	20	39	25
Или фасоль консервированная	37	24	43	28
Картофель				
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	93	56	75	70
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	80	56	100	70
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	86	56	108	70
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	94	56	117	70
Морковь красная				
до 01.01 х/о – 20%	16	13	20	16
с 01.01 х/о – 25%	17	13	21	16
Лук репчатый (х/о – 16%)	10	8	13	11
Бульон или вода	8	8	10	10
Масло растительное	2,4	2,4	3	3
Масло сливочное	2,4	2,4	3	3
Говядина отварная	-	8	-	10
Выход	-	200/8	-	250/10

Химический состав данного блюда на 200г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
6,99	0,00	4,19	19,17	142,78	13,42	0,218	0,095	41,9	2,03

Химический состав данного блюда на 250г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
8,74	0,00	5,24	23,96	178,47	16,78	0,273	0,12	52,37	2,53

Технология приготовления

Готовое мясо нарезают на кусочки поперек волокон, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Горох подготавливают: перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа. Если вода не горчит, варят в той же воде до размягчения без соли. Подготовленный горох кладут в бульон или

воду, доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, припущенные со сливочным маслом морковь и бланшированный пассерованный лук и варят до готовности.

Зеленый горошек закладывают в суп вместе с припущенными овощами.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи +60...+65° С

Требования к качеству

Консистенция: коренья и картофель нарезаны кубиками, картофель частично может быть разварен, часть гороха разварена

Цвет: бульон желтоватый, немного мутный, блестки жира желтого цвета

Вкус и запах: вареного гороха и пассерованных овощей

Технологическая карта № 5

Наименование изделия: **Суп картофельный с бобовыми**

Номер рецептуры: **67**

Наименование сборника рецептур: : «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Перевалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет Брутто, г	с 1-3 лет Нетто, г	с 3-7 лет Брутто, г	с 3-7 лет Нетто, г
Горох	17	16	21	20
или горошек консервированный	31	20	39	25
Картофель				
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	93	56	75	70
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	80	56	100	70
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	86	56	108	70
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	94	56	117	70
Морковь красная				
до 01.01 х/о – 20%	16	13	20	16
с 01.01 х/о – 25%	17	13	21	16
Лук репчатый (х/о – 16%)	10	8	13	11
Бульон или вода	8	8	10	10
Масло растительное	2,4	2,4	3	3
Масло сливочное	2,4	2,4	3	3
Выход	-	200	-	250

Химический состав данного блюда на 200г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
4,75	0,00	3,89	19,13	130,91	13,38	0,212	0,079	40,87	1,84

Химический состав данного блюда на 250г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
5,94	0,00	4,86	23,91	163,64	16,73	0,265	0,1	51,09	2,3

Технология приготовления

Горох подготавливают: перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа. Если вода не горчит, варят в той же воде до размягчения без соли. Подготовленный горох кладут в бульон или воду, доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, припущенные со сливочным маслом морковь и бланшированный пассерованный лук и варят до готовности.

Зеленый горошек закладывают в суп вместе с припущенными овощами.

Температура подачи +60...+65° С

Требования к качеству

Консистенция: коренья и картофель нарезаны кубиками, картофель частично может быть разварен, часть гороха разварена

Цвет: бульон желтоватый, немного мутный, блестки жира желтого цвета

Вкусизапах: вареного гороха и пассерованных овощей

Технологическая карта № 6

Наименование изделия: **Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной**

Номер рецептуры: 56

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет		с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная	55	40	63	50
Картофель				
с 01.09-31.10	32	24	40	30
с 31.10-31.12	34	24	43	30
с 31.12-28.02	37	24	46	30
с 29.02-01.09	40	24	50	30
Морковь				
До 1 января	10	8	15	12
С 1 января	14	10	16	12
Лук репчатый	10	8	12	10
Томатное пюре	2	2	3	3
Масло коровье сладкосливочное	3	3	4	4
Бульон или вода	160	160	200	200
Выход		200		250
Сметана с м. д.ж. не более 15%	6	6	8	8
Выход с мясом и со сметаной		200/5		250/7

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,95	4,8	6,87	94,49	37,48	0,68	0,05	0,03	15,54

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,68	7,07	8,58	118	46,81	0,85	0,06	0,04	19,41

Технология приготовления

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную капусту нарезанную шашками, доводят до кипения, вводят морковь, нарезанную соломкой и припущенную со сливочным маслом, затем бланшированный и пассерованный репчатый лук и варят 10 минут, добавляют картофель, соль и варят до готовности всех овощей. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют пассерованное томатное пюре. В конце варки добавляют сметану, доводят до кипения. Настаивают 10-12 минут.

В щи можно положить чеснок (2 гр. на 1 кг.щей), растертый с солью

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части щей капуста, нарезанная шашками, морковь и лук репчатый, нарезанные соломкой, картофель - дольками. Капуста и овощи не переварены.

Консистенция: коренья и лук мягкие, капуста – упругая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: желтый, жира на поверхности – оранжевый, овощей - натуральный.

Вкус и запах: капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый.

	г	г	ценность, ккал					
2,95	4,8	6,87	94,49	37,48	0,68	0,05	0,03	15,54

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,68	7,07	8,58	118	46,81	0,85	0,06	0,04	19,41

Технология приготовления

Мясо дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При обработке белокачанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куса на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Капусту нарезают шашками, картофель – дольками.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют пассерованное томатное пюре, сметану и кипятят.

При приготовлении щей из ранней капусты, ее закладывают после картофеля.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части щей капуста, нарезанная шашками, морковь и лук репчатый, нарезанные соломкой, картофель - дольками. Капуста и овощи не переварены.

Консистенция: коренья и лук мягкие, капуста – упругая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: желтый, жира на поверхности – оранжевый, овощей - натуральный.

Вкус и запах: капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый.

Технологическая карта № 8

Наименование изделия: **Свекольник со сметаной**

Номер рецептуры: **65**

Наименование сборника рецептур: : «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Перевалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет Брутто, г	с 1-3 лет Нетто, г	с 3-7 лет Брутто, г	с 3-7 лет Нетто, г
Свекла	48	33	60	41
Картофель				
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	80	60	100	75
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	85	60	107	75
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	90	60	115	75
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	95	60	125	75
Морковь красная				
до 01.01 х/о – 20%	7,5	6	9,5	7,5
с 01.01 х/о – 25%	8	6	10	7,5
Лук репчатый (х/о – 16%)	10	8	13	11
Бульон или вода	150	150	188	188
Масло растительное	2,4	2,4	3	3
Масло сливочное	2,4	2,4	3	3
Соль	1	1	1,2	1,2
Сметана	8	8	10	10
Выход	-	200/8	-	250/10

Химический состав данного блюда на 200г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
13,36	0,00	7,13	15,79	183,41	17,68	0,122	0,375	42,9	3,35

Химический состав данного блюда на 250г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
16,7	0,00	8,91	19,74	229,26	22,1	0,153	0,469	53,63	4,19

Технология приготовления

Свёклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, чистят, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый - полукольцами. Морковь и лук пассеруют при температуре 110°C, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон кладут нарезанный картофель, варят до полуготовности, закладывают пассерованные морковь и лук, варят 10 минут. Затем кладут свёклу, пассерованный томат-пюре или раствор лимонной кислоты, чтобы сохранилась окраска свёклы и супа, варят до готовности. За 5 минут до готовности вводят соль, сахар.

В готовый свекольник добавляют сметану, мелко рубленую зелень, доводят до кипения.

Температура подачи – 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: на поверхности свекольника блёстки жира

Консистенция: свёклы слегка хрустящая

Цвет: жидкой части от ярко - до тёмно-малинового

Вкус: сладковатый

Запах: приятный, припущенных кореньев, лука

Технологическая карта № 9

Наименование изделия: Борщ с капустой и картофелем со сметаной

Номер рецептуры: 27

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла				
До 1 января	40	32	50	40
С 1 января	43	32	53	40
Капуста свежая	20	16	25	20
Картофель				
с 01.09-31.10	21	16	27	20
с 31.10-31.12	23	16	29	20
с 31.12-28.02	25	16	31	20
с 29.02-01.09	27	16	33	20
Морковь				
До 1 января	13	10	16	13
С 1 января	14	10	17	13
Лук репчатый	5	4	6	5
Масло коровье сладкосливочное	3	3	4	4
Сахар	2	2	2,5	2,5
Бульон или вода	150	150	188	188
Выход		200		250
Сметана с м. д.ж. не более 15%	6	6	8	8
Выход супа со сметаной		200/5		250/7

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,82	4,79	7,83	93,69	34,54	0,87	0,04	0,02	7,8

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность,	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C

			ккал					
3,52	5,98	9,78	117	43,14	1,09	0,05	0,03	9,74

Технология приготовления

Картофель нарезают брусочками, остальные овощи – соломкой, лук полукольцами или мелкой рубкой. Свеклу отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь и лук пассеруют при температуре 110° С с добавлением бульона.

В кипящий бульон закладывают свежую тонко нашинкованную капусту и доводят до кипения, варят 10 минут, затем закладывают картофель и подготовленную свеклу, лук, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности борщ заправляют солью, сахаром. За 1-2 минуты добавляют сметану, доводят до кипения.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части борща овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель – брусочками).

Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая – упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: малиново – красный, жира на поверхности - оранжевый.

Вкус: кисло – сладкий, умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

	г	г	ценность, ккал					
3,52	5,98	9,78	117	43,14	1,09	0,05	0,03	9,74

Технология приготовления

Готовое мясо кур нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Картофель нарезают брусочками, остальные овощи – соломкой, лук полукольцами или мелкой рубкой. Свеклу отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь и лук пассеруют при температуре 110° С с добавлением бульона.

В кипящий бульон закладывают свежую тонко нашинкованную капусту и доводят до кипения, варят 10 минут, затем закладывают картофель и подготовленную свеклу, лук, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности борщ заправляют солью, сахаром. За 1-2 минуты добавляют сметану, доводят до кипения.

Отпускают суп с мясом

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части борща овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель – брусочками).

Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая – упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: малиново – красный, жира на поверхности - оранжевый.

Вкус: кисло – сладкий, умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

Технологическая карта № 11

Наименование изделия: Суп «Харчо» на мясном бульоне

Номер рецептуры: 101

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель				
С 1.09 по 31.10	80	60	100	75
С 1.11 по 31.12	86	60	107	75
С 1.01 по 8-29.02	92	60	116	75
С 1.03	100	60	125	75
Крупа рисовая	10	10	15	15
Морковь				
До 1 января	8	6	10	8
С 1 января	9	6	11,3	8
Лук репчатый	8	6	10	8
Томатное пюре	2	2	3	3
Чеснок	3,2	2,8	4	3,5
Масло коровье сладкосливочное	2	2	3	3
Бульон или вода	150	150	188	188
Выход		200		250

Химический состав данного блюда (для детей с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,93	4,9	16,84	120,88	6,84	0,97	0,08	0,02	7,12

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,97	6,19	21,3	152,84	21,3	1,23	0,1	0,02	9

Технология приготовления

В кипящий бульон кладут предварительно замоченную крупу рисовую, доводят до кипения и варят до полуготовности, добавляют картофель, пассерованные лук репчатый, морковь и томатное пюре и варят до готовности. За 5 минут до окончания варки суп заправляют толченым чесноком.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части морковь, лук репчатый, картофель, соответствующая крупа. Овощи, крупа не переварены.

Консистенция: овощей и крупы - мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Крупа не разваренная.

Цвет: желтый, жира на поверхности – оранжевый, овощей - натуральный.
Вкус и запах: соответствующих овощей и крупы, умеренно соленый.

Технологическая карта № 12

Наименование изделия: Суп с клецками с мясом кур

Номер рецептуры: 42

Наименование сборника рецептур: Методические указания г.Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях», Москва, 2007 г.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет Брутто, г	с 1-3 лет Нетто, г	с 3-7 лет Брутто, г	с 3-7 лет Нетто, г
Картофель				
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	38	28	47	35
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	40	28	50	35
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	43	28	54	35
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	46	28	58	35
Морковь красная				
до 01.01 х/о – 20%	16	13	20	16
с 01.01 х/о – 25%	17	13	21	16
Лук репчатый (х/о – 16%)	10	8	13	11
Бульон куриный	240	240	300	300
Масло растительное	2,4	2,4	3	3
Масло сливочное	2,4	2,4	3	3
Соль йодированная	0,4	0,4	0,5	0,5
Клецки				
Мука пшеничная	20	20	25	25
Яйцо куриное	0,125	5	0,1	6
Вода	32	32	40	40
Соль йодированная	0,1	0,1	0,1	0,1
Мясо кур	16	10	20	12
Выход	-	200/10	-	250/12

Химический состав данного блюда на 200 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
6,6	0,00	3,32	18,3	140,7	4,24	0,12	0,12	35,2	1,04

Химический состав данного блюда на 250 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
8,18	0,00	3,64	18,58	174,36	5,3	0,15	0,15	44	1,3

Технология приготовления

Приготовить бульон из курицы, процедить. Готовое мясо кур нарезают на кусочки поперек волокон, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Положить в бульон нарезанный кубиками или дольками картофель, варить до полуготовности. Через 7-10 минут ввести нарезанную кубиками морковь.

Клецки: в воду ввести соль, сырые яйца. Смесь размешать и постепенно соединить с просеянной мукой. Приготовить густое тесто, раскатать колбаской, нарезать на кусочки 1-1,5 см и засыпать в кипящий бульон. Варить в бульоне 5-10 минут.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи +60...+65° С

Требования к качеству

Консистенция: клецки не разваренные

Цвет: светло-желтый, прозрачный

Вкус и запах: свойственные набору продуктов

Технологическая карта № 13

Наименование изделия: **Суп картофельный с крупой (гречневый) с мясом кур**

Номер рецептуры 80

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет Брутто, г	с 1-3 лет Нетто, г	с 3-7 лет Брутто, г	с 3-7 лет Нетто, г
Картофель				
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	93	56	75	70
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	80	56	100	70
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	86	56	108	70
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	94	56	117	70
Морковь красная				
до 01.01 х/о – 20%	16	13	20	16
с 01.01 х/о – 25%	17	13	21	16
Лук репчатый (х/о – 16%)	10	8	13	11
Крупа гречневая	8	8	10	10
Масло растительное	2,4	2,4	3	3
Масло сливочное	2,4	2,4	3	3
Бульон или вода	150	150	188	188
Мясо кур отварное	16	10	20	12
Выход	-	200/10	-	250/12

Химический состав данного блюда на 200 г

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
3,17	0,00	3,74	11,43	92,24	6,74	0,094	0,052	20,48	0,9

Химический состав данного блюда на 250 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
3,96	0,00	4,68	14,29	115,3	8,43	0,117	0,065	25,6	1,12

Технология приготовления

Лук мелко шинкуют, морковь нарезают мелкими кубиками и припускают. Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа - картофель и овощи, нарезанные кубиками, крупа - хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму.

Консистенция: овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа.

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.

Вкус: картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый.

Запах: продуктов, входящих в суп.

Технологическая карта № 14

Наименование изделия: Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом кур

Номер рецептуры: 38

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель				
с 01.09-31.10	53	40	67	50
с 31.10-31.12	57	40	72	50
с 31.12-28.02	62	40	77	50
с 29.02-01.09	67	40	84	50
Макаронные изделия	8	8	21	20
Морковь				
До 1 января	13	10	16	13
С 1 января	14	10	17	13
Лук репчатый	10	8	12	10
Масло коровье сладкосливочное	3	3	4	4
Бульон или вода	140	140	175	175
Выход супа		200		250
Мясо кур отварное		10		12
Выход с мясом птицы		200/10		250/12

Химический состав данного блюда (для детей с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,3	3,9	17,51	105,6	28,44	1,03	0,17	0,06	4,83

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,45	5,16	21,92	148,87	35,62	1,29	0,21	0,08	6,05

Технология приготовления

В кипящий бульон или воду кладут картофель, припущенные со сливочным маслом морковь, бланшированный репчатый лук и варят 10-15 мин, затем добавляют макаронные изделия и варят еще

15 минут. Макароны закладывают до овощей, лапшу одновременно с картофелем, а вермишель за 10-15 минут до готовности супа.

Отпускают суп с мясом птицы.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель, макаронные изделия и овощи.

Консистенция: картофель, коренья, макаронные изделия мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.

Вкус: умеренно соленый, картофеля, пассерованных овощей.

Запах: овощей.

Технологическая карта № 15

Наименование изделия: Суп рыбный из консервов

Номер рецептуры: 42

Наименование сборника рецептур: Методические указания г.Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях», Москва, 2007 г.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет Брутто, г	с 1-3 лет Нетто, г	с 3-7 лет Брутто, г	с 3-7 лет Нетто, г

Консервы рыбные	32	32	40	40
Картофель				
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	93	56	75	70
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	80	56	100	70
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	86	56	108	70
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	94	56	117	70
Морковь красная				
до 01.01 х/о – 20%	16	13	20	16
с 01.01 х/о – 25%	17	13	21	16
Лук репчатый (х/о – 16%)	10	8	13	11
Пшено	8	8	10	10
Масло растительное	2,4	2,4	3	3
Масло сливочное	2,4	2,4	3	3
Выход	-	200	-	250

Химический состав данного блюда на 200 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
8,14	0,00	2,08	13,32	120,68	86,34	1,04	0,08	0,08	6,4

Химический состав данного блюда на 250 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
10,18	0,00	2,6	16,65	150,85	107,93	1,3	0,1	0,1	8,03

Технология приготовления

Очищенный картофель нарезают кубиками, крупу перебирают, промывают, морковь и лук мелко шинкуют. В кипящую воду закладывают подготовленную крупу (рис или пшено), варят 15 минут, вводят картофель, овощи и варят еще 10-15 минут, затем в кипящий бульон добавляют подготовленные консервы, солят и продолжают варить 10-15 минут.

Требования к качеству

Консистенция: крупа и картофель мягкие

Цвет: светло-оранжевый

Вкусы: свойственные рыбным консервам

Технологическая карта № 16

Наименование изделия: **Макароны отварные с сыром**

Номер рецептуры 206.

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса отварных макарон №204	-	125	-	175
Масло сливочное	4	4	5	5
Сыр	18	16	22	20
<i>Выход</i>	-	<i>150</i>	-	<i>200</i>

Химический состав данного блюда на 150 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
9,29	4,59	10,01	22,71	218,00	0,14	0,05	0,07	104,60	1,14

Химический состав данного блюда на 200 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
11,17	4,59	10,28	31,78	264,00	0,14	0,07	0,07	106,00	1,51

Технология приготовления

Макароны отваривают (рец. №204), заправляют прокипяченным сливочным маслом, посыпают тертым сыром непосредственно перед подачей.

Требования к качеству

Внешний вид: макароны уложены горкой, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга, посыпаны тертым сыром

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная

Цвет: белый с кремовым оттенком

Вкус: свойственный отварным макаронам, солоноватый от сыра

Запах: отварных макарон с ароматом сыра

Технологическая карта № 17

Наименование изделия: Тефтели мясо-крупяные (ёжики)**Номер рецептуры:174****Наименование сборника рецептур:**Методические указания г.Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях», Москва, 2007 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке-26,4%)	83	61	110	81
Крупа рисовая	10	10	14	14
Масса рисовой рассыпчатой каши		28		39
Лук репчатый	9	8	12	10
Яйцо	0,09	4	0,125	5
Соль йодированная	0,1	0,1	0,2	0,2
Масса полуфабриката		100		135
Масло растительное	3	3	4	4
Т/о – 12%				
Выход		90		120

Химический состав данного блюда (90гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	В ₁	В ₂	С
11,38	8,54	5,82	151,86	8,13	1,79	0,045	0,108	0,72

Химический состав данного блюда (120гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	В ₁	В ₂	С
15,17	11,39	7,76	202,48	10,84	2,39	0,06	0,144	0,96

Технология приготовления

Мясо, защищенное от грубой соединительной ткани, пропускают через мясорубку. Рис отваривают. Мясной фарш соединяют с рисом, мелко нарезанным луком и сырым яйцом (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин2.3.6.1079-01), перемешивают и формируют тефтели в виде шариков по 2-3 штуки на порцию, укладывают на противень, смазанный маслом, заливают водой и варят до готовности.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, пропитаны соусом

Консистенция: тефтелей в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: тефтелей - коричневый, соуса - светло-коричневый.

Вкус и запах: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Технологическая карта № 18

Наименование изделия: **Котлеты, биточки, шницели из говядины**

Номер рецептуры: 161

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	85	60	100	70
Или говядина 1 категории бескостная	67	60	78	70
Лук репчатый	5	4	7	6
Яйца	1/13 шт.	3	1/10 шт.	4
Хлеб пшеничный	8	8	9	9
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 % или вода	14	14	16	16
Масса полуфабриката		74		86
Масло растительное	3	3	4	4
Масса готовых изделий		60		70
Выход		60		70

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
8,43	6,87	6,14	119,25	23,17	0,74	0,03	0,04	0,69

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
9,84	8,02	7,16	139,13	27,03	0,86	0,04	0,06	0,81

Технология приготовления

Измельченное на мясорубке мясо соединяют с пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно замоченным в молоке или воде, добавляют соль, репчатый лук, яйцо и перемешивают. Из готовой котлетной массы разделяют изделия котлеты - овально-приплюснутой формы с заостренным концом, биточки овально-приплюснутой формы или шницели плоскоовальной формы, панируют в сухарях. Котлеты, биточки, шницели запекают без предварительного обжаривания при температуре 250-280 град. Св течение 20-25 мин. При отпуске изделия поливают соусом.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма котлет - овально-приплюснутая с заостренным концом или биточков овально-приплюснутая или шницели плоскоовальной формы, сбоку подлит соус и уложен гарнир.

Консистенция: пышная, сочная, однородная

Цвет: корочки - коричневый, на разрезе – светло-серый.

Вкус и запах: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба.

Технологическая карта № 19

Наименование изделия: **Голубцы ленивые с отварным мясом**

Номер рецептуры: **92**

Наименование сборника рецептур: Методические указания г.Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях», Москва, 2007 г.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Куры (грудка) (х/о - 13%, т/о – 28%)	54	45	70	60
Масса отварного мяса	-	31	-	43
Морковь (х/о-20%)	6	5	10	8
Капуста белокочанная (х/о-20%)	67	50	100	70
Масса припущенной капусты (т/о-8%)	-	46	-	64
Рис	10	10	15	15
Масса рассыпчатой каши	-	28	-	34
Масло растительное	1	1	1,5	1,5
Масло сливочное	3	3	4	4
Томат-паста	1	1	1,5	1,5
Бульон мясной	15	15	20	20
Соль йодированная	0,7	0,7	1	1
Т/о – тушение – 20%				
Выход	-	130	-	160

Химический состав данного блюда на 130 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
16,20	14,74	13,28	11,03	228,0	3,71	0,10	0,14	31,8	1,52

Химический состав данного блюда на 160 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
21,71	19,65	16,55	15,02	296,00	5,20	0,13	0,19	42,30	2,09

Технология приготовления

Подготовленное мясо варят, охлаждают, пропускают через мясорубку 2 раза. Рисовую крупу перебирают, промывают и варят до полуготовности. Мясо соединяют с отварным рисом, добавляют соль и перемешивают. Белокочанную капусту нарезают мелкой соломкой, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, перекладывают в дуршлаг, дают стечь отвару. Подготовленную капусту соединяют с мясом и рисом, перемешивают, добавляют бульон, масло, томат-пасту и тушат 30-40 минут. Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: капуста мелкая, фарш сочный

Вкус и запах: свойственный тушеному мясу и капусте

			ккал					
14,39	14,07	11,02	226,96	23,7	0,6	0,03	0,04	8,72

Технология приготовления

Рис промывают, варят рассыпчатую кашу. Бланшированный лук пассеруют, белокочанную капусту нарезают мелкой рубкой и припускают в кипящей подсоленной воде до полуготовности. Мясо кур пропускают через мясорубку. Подготовленный лук и морковь смешивают с рассыпчатым рисом, мясом и капустой, добавляют яйцо. Хорошо вымешивают, формируют овальные колбаски, складывают на противень, добавляют воду, сливочное масло и тушат в жарочном шкафу 30 минут при температуре 250 С.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма сохранена.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: на разрезе - светло-серый.

Вкуси запах: мяса и капусты.

Технологическая карта № 21

Наименование изделия: **Гороховое пюре с мясом**

Номер рецептуры: 109

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	70	52	80	59
Масса отварного мяса		32		37
Лук репчатый	14	12	18	15
Морковь	15	12	19	15
Масло сливочное	2	2	3	3
Масло растительное	2	2	3	3
Горох	35	35	45	45
Вода	78	78	90	90
Выход		142		160

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
22,18	15,57	20,05	300,68	16,93	0,43	0,02	0,03	6,23

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
26,6	19,2	25,77	371,75	23,7	0,6	0,03	0,04	8,72

Технология приготовления

Мясо зачищают и варят крупным куском 1-1,5 кг до готовности, охлаждают и нарезают кубиками массой 10-15 г, пассеруют на сливочном масле с добавлением бульона морковь, бланшируют и слегка пассеруют лук, добавляют горячий бульон.

Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (в прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой бобовые заливают холодной водой (2,5 л воды на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении. Продолжительность 60-90 минут.

Во время варки не следует добавлять холодную воду, так как это ухудшает развариваемость бобовых.

После того как бобовые станут мягкими, варку прекращают, оставляют их на 15-20 минут, отвар сливают.

Горячий отварной горох соединяют с отварным мясом, пассерованными луком и морковью, добавляют соль, перемешивают.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: масса однородная

Консистенция: мясо мягкое, сочное

Цвет: мяса – серый, гороха - желтый

Вкуси запах: в меру соленое, без посторонних привкусов и запахов

Технологическая карта № 22

Наименование изделия: **Жаркое по-домашнему**

Номер рецептуры: 153

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Куры	83	76	111	101
Картофель				
с 01.09-31.10	90	68	120	90
с 31.10-31.12	94	68	129	90
с 31.12-28.02	104	68	139	90
с 29.02-01.09	113	68	150	90
Лук репчатый	10	8	13	11
Масло растительное	3	3	4	4
Томатное пюре	2	2	3	3
Морковь				
До 1 января	23	18	30	24
С 1 января	24	18	31	24
Масса готового тушеного мяса кур		48		57
Масса готовых овощей		102		123
Выход		150		180

Химический состав данного блюда (для детей с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
15,63	17,29	15,36	265,47	44,28	0,73	0,10	0,02	6,13

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
20,8	21,84	22,43	357,84	59,04	0,97	0,13	0,03	8,17

Технология приготовления

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Мясо нарезают ломтиками поперек волокон. Картофель и лук кубиками, морковь шинкуют. Лук и морковь пассеруют. Овощи кладут в сотейник слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и бульон, затем тушат до готовности.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: мяса с овощами.

Консистенция: овощей и мяса мягкая.

Цвет: мяса-серый, овощей желтый.

Вкус и запах: овощей в сочетании с мясом.

	г	г	ценность, ккал					
16,73	15,78	4,25	225,82	38,44	2,26	0,04	0,11	0,48

Технология приготовления

Подготовленное мясо (печень) заливают холодной водой (на 1кг мяса 1-1,5л воды) так, чтобы куски мяса были полностью покрыты, быстро доводят до кипения, снижают нагрев и варят при слабом кипении. Для улучшения вкуса и аромата отварного мяса в бульон за 20-30 минут до готовности добавляют репчатый лук, морковь и соль. Отварное мясо нарезают брусочками по 3-4 см. Из подсушенной муки, отварной моркови, сметаны, с добавлением масла и бульона готовят соус. Подготовленное мясо кладут в отейник, заливают соусом и тушат 10-15 минут.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Консистенция: мяса- сочная, мягкая; соуса-однородная

Цвет: мяса-светло-коричневый; соуса-кремовый

Вкус и запах: соответствуют отварному мясу (печени) и соусу

Технологическая карта № 24

Наименование изделия: **Капуста, тушенная с мясом**

Номер рецептуры: 200

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	90	67	108	80
Или говядина 1 категории бескостная	73	67	88	80
Говядина отварная		42		51
Капуста свежая	143	114	170	137
Масло растительное	4,5	4,5	5	5
Томатное пюре	4	4	5	5
Морковь				
До 1 января	11	8	12	10
С 1 января	12	8	13	10
Лук репчатый	11	9	12	10
Мука пшеничная	1	1	1,5	1,5
Сахар	1	1,8	1	1
Выход		108		130
Выход		150		180

Химический состав данного блюда (для детей с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
9	7,5	7,36	255	71,06	0,9	0,05	0,05	19

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
10	8,2	10,8	280	104,22	1	0,08	0,07	21

Технология приготовления

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон с мясом (20-30% к массе сырой капусты), пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин.

При отпуске можно посыпать мелко нарубленной зеленью.

Тушеную капусту отпускают с мясом.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук, морковь в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей и пряностей.

Технологическая карта № 26

Наименование изделия: **Гуляш из говядины**

Номер рецептуры: 152

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (лопаточная, подлопаточная часть, грудинка, покромка)	75	56	95	70
Масло растительное	3	3	4	4
Лук репчатый	10	8	12	10
Морковь				
До 1 января	10	8	12	10
С 1 января	11	8	12	10
Томатное пюре	3	3	4	4
Мука пшеничная	4	4	6	6
Масса тушеного мяса		35		45
Масса соуса		45		50
Выход с соусом		80		95

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
13,1	15,76	4,02	217,47	2,84	0,14	0,03	0,02	0,6

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
15,56	18,72	4,77	258,24	3,79	0,18	0,04	0,02	0,8

Технология приготовления

Крупные куски мяса, отваренные до полуготовности, нарезают кубиками по 20-30 грамм, заливают горячей водой, добавляют пассерованное томатное пюре, бланшированный, пассерованный лук, пассерованную морковь и тушат в закрытой посуде около 1 часа.

Затем бульон сливают. Муку пассеруют без изменения цвета, постепенно разводят охлажденным до 55 °С бульоном, проваривают 7-10 минут. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 минут.

Отпускают вместе с соусом, в котором тушилось мясо, и гарниром.
Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: куски равномерные, не разваренные, одинакового размера, уложенные на тарелку, сбоку гарнир.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: коричневый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: свойственный мясу отварной говядины.

Технологическая карта № 27

Наименование изделия: **Омлет натуральный с маслом**

Номер рецептуры: 110

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет		с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Яйца	1	53	1	53
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	40	40	50	50
Масса омлетной смеси		90		100
Масло коровье сладкосливочное	2	2	2,5	2,5
Масса готового омлета		82		90
Масло коровье сладкосливочное	2	2	2,5	2,5
Выход с маслом сливочным		75		85

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,21	10,01	1,79	125	63,98	0,96	0,04	0,03	0,39

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
9,01	12,51	2,24	156,25	79,98	1,2	0,05	0,04	0,49

Технология приготовления

Подготовленные, в соответствии с санитарными правилами сырые яйца разбивают, соединяют с молоком, солят, взбивают, процеживают, выливают на смазанный маслом противень слоем 2,5-3,0 см и готовят 8-10 минут при температуре жарочного шкафа 180-200° С до образования легкой румяной корочки. Перед подачей омлет нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность омлета полита сливочным маслом.

Консистенция: пышная, сочная.

Цвет: желтый.

Вкус: свежих вареных яиц, молока и сливочного масла.

Запах: свежих вареных яиц, молока и сливочного масла

Технологическая карта № 28

Наименование изделия: **Омлет по-крестьянски**

Номер рецептуры: 228

Наименование сборника рецептов Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2011. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Яйца	1	53	1	53
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	40	40	50	50
Мука	5	5	6	6
Сметана 15% жирности	8	8	10	10
Масло коровье сладкосливочное	2	2	3	3
Выход		80		100

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,9	10,79	4,87	147,7	63,02	1,62	0,064	0,304	0,26

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
9,88	13,49	6,09	184,62	78,77	2,03	0,08	0,38	0,32

Технология приготовления

В омлетную смесь, приготовленную как для омлета натурального, добавляют муку, сметану и запекают в жарочном шкафу 5-8 мин. Омлет по-крестьянски готовят непосредственно перед отпуском. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность омлета полита сливочным маслом.

Консистенция: пышная, сочная.

Цвет: желтый.

Вкус: свежих вареных яиц, молока и сливочного масла.

Запах: свежих вареных яиц, молока и сливочного масла

Технологическая карта № 29

Наименование изделия: **Пудинг рисовый с изюмом и со сгущенным молоком**

Номер рецептуры: 188

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет		с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Рис	25	25	30	30
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	40	40	50	50
Вода	40	40	50	50
Сахар	8	8	10	10
Яйцо	10	10	12	12
Масло коровье сладкосливочное	5	5	6	6
Изюм	5	5	6	8
Сгущенное молоко	15	15	20	20
Выход		100/15		125/20

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,55	7,14	40,95	246,53	69,65	1,44	0,039	0,135	0,18

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,78	9,03	51,88	312,26	90,9	1,8	0,05	0,175	0,24

Технология приготовления

Крупку рисовую сначала варят в воде в течении 20-30 минут, затем воду сливают, добавляют горячее молоко, соль и варят кашу в течении 10-30 минут до готовности.

В готовую вязкую кашу, охлажденную до 60-70 65° С, добавляют растертые с сахаром яичные желтки, изюм, масло и перемешивают. В массу вводят взбитые в густую пену яичные белки. После

этого массу раскладывают ровным слоем на противни, смазанные маслом и запекают. Отпускают с вареньем или сгущенным молоком.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность имеет равномерно запеченную корочку, пудинг нарезан порционными кусочками, которые политы вареньем или сгущенным молоком

Консистенция: нежная, сочная, однородная, с вкраплениями изюма

Цвет: свойственный каше, поверхность золотистая

Вкус: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

Запах: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

Технологическая карта № 30

Наименование изделия: **Азу из отварного мяса кур**

Номер рецептуры: 300

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет		с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Куры	68	60	80	70
Масса отварного куриного мяса	-	43	-	50
Масло растительное	2	2	3	3
Лук репчатый	10	8	12	10
Морковь				
До 1 января	10	8	12	10
С 1 января	11	8	12	10
Томатное пюре	3	3	4	4
Мука пшеничная	4	4	6	6
Огурец соленый	24	15	28	17
Бульон или вода	55	55	70	70
Соль йодированная	0,5	0,5	1	1
Чеснок	1,5	1	2	1,5
Масса полуфабриката	-	106	-	125
Выход		85		100

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
13,01	14,06	5,02	198,05	17,13	1,73	0,059	0,105	5,13

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
15,3	16,5	5,9	233	20,15	2,03	0,069	0,123	6,04

Технология приготовления

Курицу (грудки) отваривают целиком. Отварное мясо охлаждают, отделяют мякоть от костей, нарезают брусочками (по 10-15 г). Лук репчатый очищенный и морковь шинкуют и припускают в небольшом количестве воды или бульона с добавлением масла растительного. Огурцы соленые очищают, нарезают соломкой. Из муки пшеничной подсушенной, томата-пюре, огурцов соленых, бульона или воды готовят соус. Отварное нарезанное мясо кур укладывают в посуду, добавляют лук репчатый и морковь припущенные, соль поваренную йодированную (1/2 часть от рецептурной нормы), заливают приготовленным соусом и тушат при слабом кипении в закрытой посуде в течение 15-20 мин. За 5-10 мин до готовности добавляют мелко нарезанный чеснок.

Отпускают азу вместе с соусом, в котором оно тушилось.

Рекомендуемые гарниры: картофель отварной, пюре картофельное, картофель в молоке, овощи отварные с маслом сливочным, овощи, припущенные с маслом сливочным, и др.

Температура подачи: не ниже 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: куски равномерные, не разваренные, одинакового размера, уложенные на тарелку, сбоку гарнир.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: коричневый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Наименование изделия: **Суфле рыбное**

Номер рецептуры: 70

Наименование сборника рецептов Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет		с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Рыба (Пикша)	70	51	80	58
Яйцо	1	53	1	53
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	40	40	50	50
Лук репчатый	5	4	6	5
Масло растительное	2	2	3	3
Масло коровье сладкосливочное	2	2	3	3
Выход		110		130

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,9	10,79	4,87	147,7	63,02	1,62	0,064	0,304	0,26

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
9,88	13,49	6,09	184,62	78,77	2,03	0,08	0,38	0,32

Технология приготовления

Рыба отваривается, отделяется от костей, прокручивается через мясорубку, добавляется лук, молоко, яйцо. Все размешать, массу выложить на противень и запекать в духовом шкафу.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: изделие воздушное, пышное, ровное без трещин

Консистенция: сочная, нежная

Цвет: продуктов входящих в блюдо.

Вкус: отварной или запеченной рыбы

Запах: продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта № 32

Наименование изделия: **Суфле мясное**

Номер рецептуры: 70

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2011. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (лопаточная, подлопаточная часть, грудинка, покромка)	70	51	80	58
Яйцо	1	53	1	53
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	40	40	50	50
Лук репчатый	5	4	6	5
Морковь	6	4	7	5
Масло растительное	2	2	3	3
Масло коровье сладкосливочное	2	2	3	3
Выход		110		130

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,9	10,79	4,87	147,7	63,02	1,62	0,064	0,304	0,26

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
9,88	13,49	6,09	184,62	78,77	2,03	0,08	0,38	0,32

Технология приготовления

Подготовленное мясо варят, охлаждают, пропускают через мясорубку 2 раза. Добавляется лук, морковь, молоко, яйцо. Все размешать, массу выложить на противень и запекать в духовом шкафу.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: изделие воздушное, пышное, ровное без трещин

Консистенция: сочная, нежная

Цвет: продуктов входящих в блюдо.

Вкус и Запах: продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта № 33

Наименование изделия: Курица тушеная в сметанном соусе

Номер рецептуры: 179

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Куры (грудка)	68	60	90	78
Масса отварного куриного мяса	-	43	-	56
Масло растительное	2	2	3	3
Лук репчатый	10	8	12	10
Морковь				
до 1 января	10	8	12	10
с 1 января	11	8	12	10
Мука пшеничная	4	4	6	6
Масло сливочное	2	2	3	3
Бульон или вода	45	45	60	60
Сметана 15% жирности	5	5	8	8
Выход		85		100

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
13,01	14,06	5,02	219,23	17,13	1,73	0,059	0,105	5,13

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
15,3	16,5	5,9	269,46	20,15	2,03	0,069	0,123	6,04

Технология приготовления

			ккал					
13,64	17,14	15,36	272,88	23,17	0,74	0,03	0,04	0,69

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
16,08	20,6	18,63	327,38	27,03	0,86	0,04	0,06	0,81

Технология приготовления

Измельченное на мясорубке мясо кур соединяют с пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно, замоченным в молоке или воде, добавляют соль, репчатый лук, яйцо и перемешивают. Из готовой котлетной массы разделяют изделия котлеты - овально-приплюснутой формы с заостренным концом. Котлеты запекают без предварительного обжаривания при температуре 250-280 град. в течение 20-25 мин. При отпуске изделия поливают соусом.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма котлет - овально-приплюснутая с заостренным концом, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: пышная, сочная, однородная

Цвет: корочки - коричневый, на разрезе – светло-серый.

Вкус и запах: умеренно соленый, без привкуса хлеба.

Технологическая карта № 35

Наименование изделия: **Плов из отварной говядины**

Номер рецептуры: 163

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	70	52	80	59
Масса отварного мяса		32		37
Лук репчатый	14	12	18	15
Морковь	15	12	19	15
Масло сливочное	2	2	3	3
Масло растительное	2	2	3	3
Рис	35	35	45	45
Вода	70	70	85	85
Выход		142		160

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
15,88	15,22	27,54	311,88	16,93	0,43	0,02	0,03	6,23

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
18,55	18,75	35,4	390,65	23,7	0,6	0,03	0,04	8,72

Технология приготовления

Мясо зачищают и варят крупным куском 1-1,5 кг до полуготовности, охлаждают и нарезают кубиками массой 10-15 г, добавляют пассерованную на сливочном масле с добавлением бульона морковь, бланшированный и слегка пассерованный лук, добавляют горячий бульон согласно расчёта по рецептуре с учетом того, что в рисе при его промывании остаётся вода в количестве 15 % от массы крупы, соль

Мясо и овощи варят при слабом кипении 5-10 минут, всыпают подготовленную крупу, варят до загустения, затем закрывают крышкой и доводят до готовности.

Готовый плов взрыхляют, подают, укладывая горкой, Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: рис хорошо набухший, рассыпчатый

Консистенция: мясо мягкое, сочное

Цвет: мяса – серый, риса - белый.

Вкуси запах: плов имеет аромат говядины, лука, моркови, риса. Не допускается запах подгоревшего мяса, риса, овощей

Технологическая карта № 36

Наименование изделия: Рыба под маринадом

Номер рецептуры:144

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Треска (Пикша)	90	50	110	66
Вода или бульон	13	13	15	15
Морковь				
До 1 января	15	12	18	14
С 1 января	16	12	19	14
Лук репчатый	8	7	10	8
Томатное пюре	4	4	5	3
Масло растительное	2	2	3	3
Масло сливочное	2	2	3	3
Мука для обвалки	3	3	4	4
Масса тушеной рыбы		36		48
Выход		70		80

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,7	3,47	30,32	70,88	26,33	0,54	0,05	0,07	2,77

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,66	3,97	34,65	81	30,09	0,62	0,06	0,08	3,17

Технология приготовления

Порционные куски рыбы, нарезанные под углом 90° С, обваливают в муке укладывают в посуду, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 мин); за 5-7 мин до окончания тушения добавляют специи.

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: целый тушеный кусок рыбы, уложен на тарелку вместе с соусом, сбоку — гарнир.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти у рыбы.

Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый, соуса - розовый, овощей - натуральный.

Вкус: рыбы в сочетании с соусом и овощами, умеренно соленый.

Запах: рыбный.

Технологическая карта № 37

Наименование изделия: Котлеты рыбные любительские

Номер рецептуры:135

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Треска	70	44	85	52
или Пикша	70	44	85	52
Хлеб пшеничный	5	5	6	6
Молоко или вода	6	6	7	7
Яйца	0,05	2	0,05	2
Лук репчатый	6	5	7	6
Морковь	11	9	12	10
Масса полуфабриката		71		83
Масло сливочное	1	1	1	1
Соль	0,5	0,5	0,5	0,5
Выход		60		70

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
13,41	1,87	3,58	81,98	37,09	0,35	0,018	0,114	0,37

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.веществ а, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	В ₁	В ₂	С
15,65	2,18	4,17	95,64	43,27	0,41	0,021	0,133	0,43

Технология приготовления

Лук репчатый очищенный мелко шинкуют и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного до готовности. Подготовленное филе рыбы без костей и кожи нарезают на куски и пропускают дважды через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом пшеничным, вареной очищенной морковью и припущенным луком репчатым. В рыбную массу добавляют яйца куриные сырые, соль поваренную йодированную, хорошо перемешивают и формируют котлеты, которые укладывают в сотейник, смазанный маслом сливочным, добавляют немного воды и припускают при закрытой крышке в течение 15-20 мин.

Температура подачи – 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: изделие имеет овальную приплюснутую форму, без трещин

Консистенция: однородная, рыхлая, сочная

Цвет: поверхности золотистый

Вкус: Не допускаются посторонние привкусы

Технологическая карта № 38

Наименование изделия: **Биточки рыбные в сметанном соусе**

Номер рецептуры: 202

Наименование сборника рецептов: «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Перевалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Треска	70	44	85	52
или Пикша	70	44	85	52
Хлеб пшеничный	10	10	12	12
Молоко или вода	8	8	10	10
Яйца	0,05	2	0,05	2
Масса полуфабриката		65		75
Масло сливочное	1	1	1	1
Соль	0,5	0,5	0,5	0,5
Выход		55		65
Соус сметанный №		40		50
Выход с соусом		55/40		65/50

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

	Пищевые вещества				Минер.веществ, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
Биточки рыбные	8,47	1,86	5,39	72,60	33,33	0,58	0,066	0,082	0,33
Соус сметанный	0,6	6,74	2,16	60	36,7	0,06	0	0,14	0,08
Итого	9,078,6	8,6	7,55	132,6	70,03	0,64	0,066	0,222	0,41

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

	Пищевые вещества				Минер.веществ, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
Биточки рыбные	10,01	2,2	6,37	85,80	39,39	0,69	0,078	0,097	0,39

Соус сметанный	0,75	8,43	2,7	75	20,88	0,08	0	0,167	0,1
Итого	10,76	10,63	9,07	160,8	60,27	0,77	0,078	0,016	0,49

Технология приготовления

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде (молоке) и отжатым чёрствым пшеничным хлебом высшего сорта, добавляют соль, сырые яйца, оставшуюся воду (молоко). Всё тщательно перемешивают, отбивают. Из рыбной котлетной массы формируют биточки. Изделия укладывают в один ряд в сотейник, смазанный маслом, добавляют сметанный соус и припускают до готовности в течение 20-25 минут при закрытой крышке или запекают в духовом шкафу.

Температура подачи – 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: изделие имеет круглую приплюснутую форму, без трещин

Консистенция: однородная, рыхлая, сочная

Цвет: поверхности золотистый

Вкус: Не допускаются посторонние привкусы

14,4	5,88	0,88	158,69	37,1	0,82	0,09	0,1	0,91
------	------	------	--------	------	------	------	-----	------

Технология приготовления

Порционные куски рыбы, нарезанные под углом 90° С, обваливают в муке укладывают на противень, чередуя со слоями нашинкованных овощей, сверху посыпают нарезанным вареным яйцом, мелко-нарезанной зеленью. Все заливается молоком, посыпается натертым сыром. Запекают в жарочном шкафу 15-20 минут.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: филе рыбы уложено на тарелку, гарнир сбоку

Консистенция: мягкая допускается легкое расслаивание рыбной мякоти

Цвет: рыбы на разрезе – белый или светло-серый

Вкус и запах: рыбы с ароматом соуса

Технологическая карта № 40

Наименование изделия: **Капуста тушеная**

Номер рецептуры: 200

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста свежая	184	147	223	179
Масло коровье сладкосливочное	3	3	7,5	7,5
Масло растительное	3	3		
Томатное пюре	5	5	6	6
Морковь				
До 1 января	12	10	15	12
С 1 января	13	10	16	12
Лук репчатый	10	8	13	11
Мука пшеничная	1,6	16	2	2
Сахар	1,6	1,6	2	2
Выход		140		170

Химический состав данного блюда (для детей с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,67	4,52	18,83	122,02	66,46	0,8	0,04	0,02	14,64

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,45	5,49	22,87	148,17	83,07	1	0,05	0,03	18,3

Технология приготовления

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин.

При отпуске можно посыпать мелко нарубленной зеленью. Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук, морковь в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей и пряностей.

Технологическая карта № 41

Наименование изделия: Картофельное пюре

Номер рецептуры: 206

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель				
с 01.09-31.10	136	102	170	128
с 31.10-31.12	147	102	183	128
с 31.12-28.02	158	102	197	128
с 29.02-01.09	171	102	214	128
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	19	19	24	24
Масса кипяченого молока		18		23
Масло коровье сладкосливочное	4	4	5	5
Выход		120		150

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,44	4,19	14,45	113,6	36,94	0,85	0,11	0,08	14,36

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,05	5,24	18,06	142	46,18	1,06	0,14	0,10	17,95

Технология приготовления

Очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50 см), солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до

готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, протирают через протирающую машину. Температура картофеля должна быть не менее 80° С. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, масло коровье сладко-сливочное растопленное и доведенное до кипения.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: протертая картофельная масса.

Консистенция: пышная, густая, однородная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный.

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

Технологическая карта № 42

Наименование изделия: **Макаронные изделия отварные**

Номер рецептуры: **204**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование полуфабрикатов	продуктов,	Масса, г			
		брутто	нетто	брутто	нетто
Макаронные изделия		35	35	40	40
Масло сливочное		4	4	5	5
Выход		-	100	-	130

Химический состав данного блюда на 100 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
3,68	0,00	3,01	17,63	112,3	0,00	0,04	0,02	3,24	0,74

Химический состав данного блюда на 130 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
4,78	0,00	3,91	22,92	145,99	0,00	0,052	0,026	4,21	0,96

Технология приготовления

Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 30 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу – 20-25 мин, вермишель – 10-10 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывают воду, в результате чего их масса увеличивается примерно в 3 раза (в зависимости от сорта).

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом (1/3 -1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде.

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия можно варить, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий 2,2- 3,0 л воды, 15 г. соли).

Требования к качеству

Внешний вид: макаронные изделия сохраняют форму, легко отделяются друг от друга

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная

Цвет: белый с кремовым оттенком

Вкус: свойственный отварным макаронам, умеренно соленый

Запах: отварных макаронных изделий

Технологическая карта № 43

Наименование изделия: **Рис отварной**

Номер рецептуры: 303

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Перевалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование полуфабрикатов	продуктов,	Масса, г			
		брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа рисовая		36	36	45	45
Масло сливочное		4	4	5	5
Выход		-	100	-	125

Химический состав данного блюда на 100 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
2,73	0,00	5,06	22,47	146,5	0	0,122	0,034	16,48	0,78

Химический состав данного блюда на 125 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
3,41	0,00	6,33	28,09	183,13	0	0,153	0,043	20,6	0,98

Технология приготовления

Рис перебирают, промывают многократно в тёплой воде. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду (6 л воды, 40 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зёрна набухнут и станут мягкими рис заправляют горячим сливочным маслом, перемешивают.

Температура подачи – 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: зёрна крупы хорошо набухшие, мягкие, не деформированные

Консистенция: зёрна крупы не слипшиеся

Цвет: белый

Вкус: недопускается вкус подгорелой каши

Технологическая карта № 44

Наименование изделия: **Каша гречневая рассыпчатая**

Номер рецептуры **297**.

Наименование сборника рецептур: : «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Перевалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа гречневая	36	36	46	46
Вода	68	68	81	81
Соль	0,4	0,4	0,5	0,5
Масса каши	-	96	-	115
Масло сливочное	4	4	5	5
<i>Выход</i>	-	<i>100</i>	-	<i>120</i>

Химический состав данного блюда на 100 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
4,56	0	4,49	20,59	140,8	0	0,155	0,076	12,21	2,43

Химический состав данного блюда на 200 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
5,82	0	5,64	26,31	179,1	0	0,198	0,097	14,7	3,11

Технология приготовления

Гречу перебирают, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустые зёрна удаляют (ситечком) и варят до загустения, помешивая. Когда каша загустеет, перемешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или на водяной бане (температура 100 °С) или в жарочном шкафу при температуре 140-160 °С в течение 1-1,5 часа. Затем вливают растопленное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой. Уваривают ещё 3-4 минуты.

Температура подачи – 65 °С.

Требования к качеству

Зёрна крупы полностью набухшие, хорошо проварены, сохранили форму, легко отделяются друг от друга, каша заправлена маслом, без посторонних привкусов и запахов.

Технологическая карта № 45

Наименование изделия: **Запеканка из творога с морковью**

Номер рецептуры 238

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Творог	65	63	85	82
Крупа манная	10	10	12	12
Сахар	6	6	8	8
Морковь	30	23	40	30
Яйца	0,125	5	0,25	10
Молоко	20	20	30	30
Масло растительное	3	3	3	3
Масло растительное	2	2	3	3
Выход		125		140

Химический состав данного блюда на 125 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
14,58	10,42	12,86	29,73	292	0,89	0,075	0,25	142	0,86

Химический состав данного блюда на 140 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
16,32	10,42	14,41	33,29	327,6	0,99	0,084	0,28	159,04	0,97

Технология приготовления

Морковь мелко шинкуют и тушат с молоком до готовности. Протертый творог смешивают с предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром, солью и морковью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 мм на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин при температуре 220-250°C до образования на поверхности румяной корочки.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки, без трещин и подгорелых мест

Консистенция: однородная, мягкая

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе - желтый

Вкус: творога и продуктов, входящих в блюдо

Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо

Наименование изделия: **Сырники из творога**

Номер рецептуры: 202

Наименование сборника рецептов: : «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Перевалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог с м.д.ж не более 9 % и кислотностью не более 150° С	91	90	116	115
Яйца	1/10 шт.	5	1/8 шт.	7
Сахар	10	10	12	12
Мука пшеничная	13	13	17	17
Масса полуфабриката		115		150
Масло коровье сладкосливочное	3	3	4	4
Масса готовых сырников		100		125
Выход		100		125

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
17,1	11,61	21,26	257,67	154,86	0,7	0,063	0,302	0,045

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
21,38	14,52	26,58	322,08	193,58	0,908	0,083	0,378	0,057

Технология приготовления

В протертый творог добавляют 2/3 муки от указанной в рецептуре, сырые яйца, соль. Массу перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке,

придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см. Запекают сырники 20-30 минут при температуре 220-280° С до готовности.

Температура подачи – 55 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма круглая, приплюснутая, без трещин

Консистенция: однородная, мягкая, сочная.

Цвет: коричневый.

Вкус: творога.

Запах: слабовыраженный запах творога.

Технологическая карта № 47

Наименование изделия: **Запеканка из творога с молоком сгущенным**

Номер рецептуры: 117

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог с м.д.ж не более 9 % и кислотностью не более 150° С	95	94	113	112
Крупа манная	6	6	9	9
Вода или молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 % для каши	24	24	34	34
Или мука пшеничная	8	8	11	11
Сахар	6	6	8	8
Яйцо	1/13 шт.	3	1/10 шт.	4
Масло коровье сладкосливочное	4	4	5	5
Масса готовой запеканки		100		120
Молоко сгущенное	15	15	20	20
Выход с молоком сгущенным		100/15		120/20

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
12,8	11,5	31,13	343,27	216,32	0,72	0,07	0,14	0,39

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
19,6	16,7	43,1	475,3	299,52	1	0,1	0,2	0,54

Технология приготовления

Протертый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин при температуре 220-280° С до образования на поверхности румяной корочки. Готовность определяют по уплотнению структуры – запеканка отделяется от стенок противня. Если творог сухой, в творожную массу добавляют молоко из расчета 20 мл на выход, увеличив, соответственно выход или уменьшив закладку творога. Отпускают запеканку с молоком сгущенным.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки без трещин и подгорелых мест.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая.

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе – белый.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо.

Запах: слабовыраженный - творога.

Наименование изделия: **Ленивые вареники**

Номер рецептуры: 202

Наименование сборника рецептов: : «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Первалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог с м.д.ж не более 9 %	80	80	100	100
Яйца	0,125шт	5	0,25шт	10
Сахар	6	6	8	8
Мука пшеничная	10	10	15	15
Соль йодированная	04	0,4	0,5	0,5
Масса полуфабриката		103		129
Масло коровье сладкосливочное	3	3	4	4
Масса готовых вареников		100		125
Выход		100		125

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
16,73	10,56	16,35	230,95	149,43	0,83	0,06	0,26	0,44

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
20,91	13,20	20,44	288,69	186,78	1,03	0,075	0,33	0,55

Технология приготовления

В протёртый творог вводят муку, соль, сахар, сырые яйца, замешивают тесто. Раскатывают пластом толщиной 10-12 мм, нарезают на полоски шириной 25 мм, а затем на кусочки прямоугольной или треугольной формы или ромба, отваривают небольшими партиями в кипящей подсоленной воде (1 кг вареников – 5 л воды) 5 минут перед подачей.

Поливают растопленным сливочным маслом.

Температура подачи – 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: вареники сохраняют форму

Консистенция: мягкие, сочные.

Цвет: белые

Вкус: творога.

Запах: слабовыраженный запах творога.

Наименование изделия: Лапшевник с творогом

Номер рецептуры: 117

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог с м.д.ж не более 9 % и кислотностью не более 150° С	95	94	113	112
Вермишель	20	20	30	30
Сахар	6	6	8	8
Яйцо	1/13 шт.	3	1/10 шт.	4
Масло коровье сладкосливочное	4	4	5	5
Масса готовой запеканки		100		120
Выход с молоком сгущенным		110		135

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
13,1	10,2	37,72	286,5	216,32	0,72	0,07	0,14	0,39

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
14,9	11,3	42,2	354,36	299,52	1	0,1	0,2	0,54

Технология приготовления

Вермишель варят, не откидывая. Творог, протертый или пропущенный через мясорубку, смешивают с сырыми яйцами, солью, сахаром и соединяют с вареной вермишелью, предварительно охлажденной до 60°С. Массу раскладывают слоем 3,0 см на смазанный сливочным маслом противень или порционные сковороды, поверхность смазывают яйцом со сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 15 минут при температуре 250°С, затем при температуре 200°С 15-20 минут.

Нарезают на порции и отпускают лапшевник с соусом молочным, молочным сладким.
Температура подачи 65°С.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки без трещин и подгорелых мест.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая.

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе – белый.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо.

Запах: слабовыраженный - творога.

Наименование изделия: **Хлеб пшеничный**

Номер рецептуры

Наименование сборника рецептов

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб ржаной	33	33	43	43
Выход		33		43

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,03	0,71	13,81	70,76	6	0,33	0,033	0,009	0

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,64	0,92	18,0	92,21	7,6	0,418	0,042	0,011	0

Технология приготовления:

Нарезают ломтиками.

Требования к качеству:

Мякиш печенный, не влажный на ощупь, эластичный, без комков и следов непромеса. Вкус и запах, свойственные данному виду изделия, без посторонних запаха и привкуса.

Технологическая карта № 51

Наименование изделия: **Хлеб ржаной**

Номер рецептуры

Наименование сборника рецептов

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет		с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб ржаной	37	37	46	46
Выход		37		46

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,44	0,44	12,36	64,38	12,95	1,443	0,067	0,03	0

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,04	0,55	15,36	80,04	16,1	1,794	0,083	0,037	0

Технология приготовления:

Нарезают ломтиками.

Требования к качеству

Внешний вид: мякиш пропеченный, не влажный на ощупь, эластичный, без комков и следов непромеса

Консистенция: мягкая.

Цвет: хлеба

Вкусизапах: свойственные данному виду изделия, без посторонних запаха и привкуса

Наименование изделия: Бутерброд с маслом

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛиПринт, 2005.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный (хлеб зерновой) или батон	20	20	30	30
Масло коровье сладкосливочное	4	4	5	5
Выход		20/4		30/5

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,54	3,46	9,75	78	4,48	0,23	0,02	0,02	0

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,3	4,36	14,62	108	6,6	0,34	0,03	0,03	0

Технология приготовления

Ломтик хлеба (батона) намазывают маслом.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба (батона), намазанные маслом.

Консистенция: мягкая.

Цвет: хлеба (батона).

Вкус: масла сливочного в сочетании со свежим хлебом (батонном).

Запах: масла сливочного в сочетании со свежим (батонном).

Технологическая карта № 53

Наименование изделия: **Бутерброд с маслом и сыром**

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛиПринт, 2005.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный (хлеб зерновой) или батон	20	20	30	30
Масло коровье сладкосливочное	4	4	5	5
Сыр твердый	9,6	9	14,9	14
Выход с маслом и сыром		20/4/9		30/5/14

Химический состав данного блюда (для детей с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,61	5,4	9,75	106	94,48	0,33	0,02	0,01	0,14

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,06	7	14,62	145	126,6	0,47	0,03	0,03	0,19

Технология приготовления

Ломтик хлеба (батона) намазывают маслом, сверху – сыр прямоугольной или треугольной формы.

Температура подачи 15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба (батона), намазанные маслом, сверху - сыр прямоугольной или треугольной формы.

Консистенция: мягкая.

Цвет: сыра, масла сливочного и хлеба (батона).

Вкус: сыра, масла сливочного и хлеба (батона).

Запах: сыра в сочетании со свежим хлебом (батона).

Технологическая карта № 54

Наименование изделия: **Бутерброды с сыром**

Номер рецептуры **3**

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сыр российский.	10,6	10	16	15
Хлеб пшеничный	30	30	40	40
Выход	-	30/10	-	40/15

Химический состав данного блюда на 40 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
Сыр российский									
4,72	2,36	3,25	14,73	107,8	0,07	0,052	0,158	94,9	0,7

Химический состав данного блюда на 55 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
Сыр российский									
6,45	3,52	4,53	19,64	146,16	0,11	0,07	0,066	132,4	0,94

Технология приготовления

На ломтик хлеба кладут кусочек сыра.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, сверху- сыр прямоугольной или треугольной формы

Консистенция: мягкая

Цвет: сыра и хлеба

Вкус: сыра и хлеба

Запах: свойственный свежим продуктам

Технологическая карта № 55

Наименование изделия: **Бутерброд с джемом**

Номер рецептуры: 2

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛипринт, 2005.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный (хлеб зерновой) или батон	20	20	30	30
Джем	5	5	8	8
Выход		20/5		30/8

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,54	0,16	13,16	61	4,6	0,27	0,02	0	0,01

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,32	0,24	20,08	92	6,96	0,41	0,03	0,02	0,01

Технология приготовления

Ломтик хлеба или батона намазывают джемом.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба или батона, намазанные джемом.

Консистенция: мягкая.

Цвет: хлеба (батона) и джема.

Вкус: джема в сочетании со свежим хлебом (батоном).

Запах: джема в сочетании со свежим хлебом (батоном).

Технологическая карта № 56

Наименование изделия: **Пастила**

Номер рецептуры

Наименование сборника рецептов

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Зефир	20	20	40	40
Выход		20		40

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,1	0	6	64,8	4,2	0,32	0	0,002	0

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,2	0	32	129,6	8,4	0,64	0	0,004	0

Требования к качеству

Внешний вид: сухая, без затвердевшей корочки поверхность

Консистенция: мягкая, легко поддающаяся разламыванию консистенция

Цвет: белый с кремовым оттенком цвет

Вкус: ярко выраженный ванильный запах

Запах: без посторонних запахов и привкусов

Технологическая карта № 57

Наименование изделия: **Мармелад**

Номер рецептуры

Наименование сборника рецептов

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Зефир	20	20	40	40
Выход		20		40

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,02	0	15,88	64,2	0,8	0,08	0	0	0

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,04	0	31,76	128,4	1,6	0,16	0	0	0

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность чистая, равномерно обсыпанная сахаром-песком

Консистенция: желеобразная

Вкус, запах и цвет: должны быть ясно выраженными, без посторонних привкусов и запахов

Технологическая карта № 58

Наименование изделия: **Зефир**

Номер рецептуры

Наименование сборника рецептов

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Зефир	20	20	40	40
Выход		20		40

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,16	0,02	15,96	65,2	5	0,26	0	0,004	0

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,32	0,04	31,92	130,4	10	0,52	0	0,008	0

Требования к качеству

Внешний вид: сухая, без затвердевшей корочки поверхность

Консистенция: мягкая, легко поддающаяся разламыванию консистенция

Цвет: белый с кремовым оттенком цвет

Вкус: ярко выраженный ванильный запах

Запах: без посторонних запахов и привкусов

Технологическая карта № 59

Наименование изделия: **Печенье**

Номер рецептуры

Наименование сборника рецептов

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Печенье	20	20	40	40
Выход		20		40

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,25	3,54	22,47	125,1	6	0,3	0,024	0,024	0

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,5	7,08	44,94	250,2	12	0,6	0,048	0,048	0

Требования к качеству

Вкус и запах, свойственные данному виду печенья, без посторонних запаха и привкуса.

Технологическая карта № 60

Наименование изделия: **Пряник**

Номер рецептуры

Наименование сборника рецептов

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Печенье	20	20	40	40
Выход		20		40

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,96	0,56	15,54	67,16	1,8	0,12	0,016	0,008	0

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,92	1,12	31,08	134,32	3,6	0,24	0,032	0,016	0

Требования к качеству

Вкус и запах, свойственные прянику, без посторонних запаха и привкуса.

Наименование изделия: Расстегай с рыбой

Номер рецептуры: 294,312

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об.ред. Первалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	28	40	50	50
Сахар	2	2	3	3
Масло сливочное	3	3	5	5
Яйцо	1/13 шт.	3	1/10 шт.	5
Дрожжи (прессованные)	1	1	1,5	1,5
Молоко или сметана	8	8	10	10
Мука пшеничная на подпыл	1	1	1,5	1,5
Фарш		30		36
Яйцо для смазки пирожков	1/40 шт.	1	1/33 шт.	1,5
Масло растительное для смазки листов	0,7	0,0,7	0,9	0,9
Выход		70		90
Фарш рыбный				
Треска	43	30	50	36
Масса готовой рыбы				30
Лук репчатый	5	4	6	5
Масса пассерованного лука		2		2,3
Морковь	7	4	8	5
Масса пассированного лука репчатого		2		2,5
Мука пшеничная	0,2	0,2	0,3	0,3
Масло сливочное	3	3	3,5	3,5
Выход		30		36
Выход расстегай с рыбой		80		90

Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
11,84	8,35	21,7	263,34	20,13	1,69	0,116	0,109	1,19

Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
13,37	9,4	25,3	296,26	22,64	1,9	0,13	0,123	1,39

Технология приготовления

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1-1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на куски требуемой массы. Затем куски формуют в шарики, дают им расстояться 5-6 мин и раскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5-1 см. На середину каждой лепешки кладут фарш рыбный. Затем края теста защипывают веревочкой так, чтобы середина пирожка осталась открытой.

Для приготовления фарша рыбного: готовую рыбную консервы смешивают с рассыпчатым рисом, с пассерованным репчатый луком, зеленью петрушки и тщательно перемешивают.

Сформированные ресстегаи укладывают на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки. За 5-10 мин перед выпечкой изделия смазывают яйцом. Ресстегаи выпекают при температуре 200- 240° С 8-10 мин.

Можно изделия формировать различной формы: в виде пирожков или пирога.

Температура подачи не выше 14° С.

Технология приготовления фарша

Филе трески с кожей без костей нарезают на куски 40-50гр, укладывают на противень, добавляют горячую воду, соль и припускают (на 1 кг рыбы 0,3 л воды или бульона). Готовую рыбу измельчают, добавляют предварительно бланшированный, пассерованный лук и морковь, белый соус, приготовленный из бульона, оставшегося при припускании, и тщательно перемешивают, кладут на противень слоем 3см и подвергают термической обработке в жаровочном шкафу 5-7 минут.

Требования к качеству фарша

Консистенция: однородная

Вкус: должен соответствовать рыбе, в меру соленый

Цвет: белый с сероватым оттенком

Требования к качеству

Внешний вид: форма «лодочки», с открытой серединой, в центре – рыбный фарш.

Консистенция: пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: поверхности - светло-коричневый, на разрезе: теста - кремовый, фарша - соответствует виду фарша.

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого теста.

Запах: свойственный выпеченному дрожжевому тесту, без аромата перекисшего теста.

Наименование изделия: **Ватрушка с творогом из дрожжевого теста**

Номер рецептуры: 289, 314

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья, в г.	
	с 1-3 лет	с 3-7 лет
Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	41	46
Сахар	2,4	2,7
Вода	5	7
Масло коровье сладкосливочное	2,4	2,7
Яйцо	1,7 или 1/24 шт.	2 или 1/20 шт.
Дрожжи хлебопекарные	1,5	2
Сметана 15% жирности	14	20
Тесто дрожжевое	65	73
Мука на подпыл	2,4	2,7
Фарш творожный	34	46
Творог с м.д.ж не более 9 % и кислотностью не более 150° С	45	55
Яйца	1,7 или 1/24 шт.	2 или 1/20 шт.
Сахар	2,4	2,7
Мука пшеничная	2,4	2,7
Яйцо для смазки	1,7 или 1/24 шт.	2 или 1/20 шт.
Жир для смазки листов	0,3	0,3
Выход	85	95

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,8	5,23	29,72	221,43	66,85	0,55	0,113	0,128	0,37

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,6	5,84	38,76	247,41	74,71	0,62	0,122	0,136	0,41

Технология приготовления

В дежу вливают подогретую до температуры 35-40° С воду или молоко (60-70% от общего количества жидкости), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи хлебопекарные, всыпают муку (35-60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают и ставят в помещение с температурой 35-40° С на 2,5-3 ч для брожения.

Когда опара увеличится в объеме в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью, сахаром и яйцами, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное масло.

Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 ч для брожения. За время брожения тесто обминают 2-3 раза.

Из теста разделяют булочки круглой формы, укладывают на противень смазанный маслом, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубление, которое заполняют начинкой - творогом. После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают при температуре 230-240° С 8-10 мин.

Для приготовления творожного фарша: творог пропускают через протирочную машинную, затем добавляют яйца, муку, сахар и все тщательно перемешивают.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма круглая, в середине фарш.

Консистенция: мягкая, пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: свойственный данному изделию и творогу.

Запах: свойственный данному изделию и творогу.

Технологическая карта № 63

Наименование изделия: **Пирожок печеный из дрожжевого теста с повидлом**

Номер рецептуры: 139

Наименование сборника рецептов: Методические указания г.Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях», Москва, 2007 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	38	38	48	48
Сахар	2,5	2,5	3	3
Сметана 15% жирности	14	14	20	20
Масло коровье сладкосливочное	1,7	1,7	2	2
Масло растительное	1,	1,7	2	2
Яйцо	0,125	5	0,25	10
Дрожжи хлебопекарные	1,5	1,5	2	2
Соль йодированная	0,1	0,1	0,2	0,2
Повидло	25	25	30	30
Масло растительное для смазки противней		0,3		0,3
Выход		85		95

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,53	9,08	31,81	246,06	33,92	0,95	0,068	0,068	0,71

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,18	10,15	35,55	275,01	37,91	1,06	0,076	0,076	0,8

Технология приготовления

Способ приготовления: Из муки, сметаны, масла, сахара, яиц (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), дрожжей и соли приготовить дрожжевое тесто. Дать ему подняться. Из теста разделить пирожки, начинить их повидлом, уложить их на смазанный маслом противень, смазать яйцом и выпекать при $t^{\circ}=200-240^{\circ}\text{C}$ в жарочном шкафу 8-10 минут.

Требования к качеству

Внешний вид: форма «лодочки», «полумесяца», цилиндрическая или др.

Консистенция: пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: поверхности - светло-коричневый, на разрезе: теста - кремовый, фарша - соответствует виду фарша.

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого теста.

Запах: свойственный выпеченному дрожжевому тесту, без аромата перекисшего теста.

Наименование изделия: **Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой**

Номер рецептуры: 138

Наименование сборника рецептов: Методические указания г.Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях», Москва, 2007 г.

Наименование сырья	Расход сырья, в г.			
		с 1-3 лет		с 3-7 лет
Мука пшеничная высшего или 1-го сорта	38	38	48	48
Сахар	2,5	2,5	3	3
Сметана 15% жирности	14	14	20	20
Масло коровье сладкосливочное	1,7	1,7	2	2
Масло растительное	1,	1,7	2	2
Яйцо	0,125	5	0,25	10
Дрожжи хлебопекарные	1,5	1,5	2	2
Соль йодированная	0,1	0,1	0,2	0,2
Капуста белокачанная (х/о-20%; т/о-21%)	32	23	38	31
Масса припущенной капусты		21		24
Масло коровье сладкосливочное	2,5	2,5	3	3
Яйцо	0,125	5	0,25	10
Соль йодированная	0,1	0,1	0,2	0,2
Масло растительное для смазки противней		0,3		0,3
Выход		85		100

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,81	8,42	25,06	211,80	39,86	0,72	0,06	0,085	1,11

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,83	9,9	29,48	249,18	46,89	0,85	0,07	0,1	1,31

Технология приготовления

Приготовить дрожжевое тесто. Для фарша мелко нашинковать белокочанную капусту, припустить ее в небольшом количестве воды с добавлением масла и соли до готовности. Охладить, добавить сваренное вкрутую и мелко нарезанное яйцо (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01). Из теста и фарша формировать закрытые пирожки с капустой, выложить их на противень, смазанный маслом, сверху смазать яйцом и выпекать при $t^{\circ}=200-240^{\circ}\text{C}$ в течение 15-20 минут.

Требования к качеству

Внешний вид: форма «лодочки», «полумесяца», цилиндрическая или др.

Консистенция: пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: поверхности - светло-коричневый, на разрезе: теста - кремовый, фарша - соответствует виду фарша.

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого теста.

Запах: свойственный выпеченному дрожжевому тесту, без аромата перекисшего теста.

Технологическая карта № 65

Наименование изделия: Помидоры свежие (порционные)

Номер рецептуры: 17

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Первалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидор свежий	32	30	43	40
Выход		30		40

Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,18	0,06	1,26	5,97	4,2	0,27	0,018	0,012	7,5

Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,24	0,8	1,26	7,96	5,6	0,36	0,024	0,016	10

Технология приготовления

Помидоры помыть, удалить плодоножки.

Температура подачи не ниже +14° С.

Технологическая карта № 66

Наименование изделия: **Огурцы свежие (порционные)**

Номер рецептуры: 18

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Перевалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидор свежий	32	30	43	40
Выход		30		40

Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,24	0	0,9	4,5	7,8	0,18	0,009	0,012	3

Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,32	0	1,2	6	10,4	0,24	0,012	0,016	4

Технология приготовления

У огурцов отрезают хвостики. В случае наличия крупных огурцов – их нарезают вдоль на две половинки, огурцы длинноплодные – поперек.

Температура подачи: 12°C.

Срок реализации: не более двух часов с момента подготовки.

Технологическая карта № 67

Наименование изделия: **Огурец соленый**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Огурец соленый	38	30	56	45
Выход		30		45

Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,24	0,03	0,51	3,9	6,9	0,18	0,006	0,006	1,5

Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,36	0,05	0,77	5,85	10,35	0,27	0,009	0,009	2,25

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Огурцы солены порционируют непосредственно перед раздачей.

Температура подачи не ниже +15° С.

Технологическая карта № 68

Наименование изделия: **Икра кабачковая (промышленного производства)**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Икра кабачковая (промышленного производства)	47	45	63	60
Выход		45		60

Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,54	2,12	3,47	35,1	14,4	0,19	0,02	0,02	4,32

Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,72	2,83	4,63	46,80	19,20	0,25	0,03	0,03	5,76

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Икру кабачковую (промышленного производства) порционируют непосредственно перед раздачей.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: икра уложена горкой.

Консистенция: нежная, мягкая, сочная.

Цвет: оранжево-коричневый.

Вкус: кабачков.

Запах: кабачков.

Технологическая карта № 69

Наименование изделия: **Зеленый горошек или кукуруза консервированные отварные**

Номер рецептуры: **196**

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Горошек зеленый или кукуруза консервированные	70	70	92	92
Масса отварного зеленого горошка или кукурузы (без жидкой части)		45		60
Выход		45		60

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,25	0,09	3,74	24,75	11,7	0,32	0,15	0,08	4,5

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3	0,12	4,98	33	15,6	0,42	0,2	0,11	66

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью. Консервированный зеленый горошек или кукурузу предварительно кипятят в собственном соку, охлаждают и порционируют.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: круглая форма

Консистенция: мягкая

Цвет: горошек - зеленый, кукуруза - желта

Вкус: горошка отварного, кукурузы отварной
Запах: горошка отварного, кукурузы отварной

Технологическая карта № 70

Наименование изделия: Салат из белокочанной капусты с морковью

Номер рецептуры: 4.

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста белокочанная	42	34	53	42
Морковь	6	4	7	5
Сахар	2	2	2,5	2,5
Масло растительное	4	4	5	5
<i>Выход</i>	-	40	-	50

Химический состав данного блюда на 40 г.

Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,66	4,03	4,45	53,98	18,62	0,24	0,012	0,016	10,3

Химический состав данного блюда на 50 г.

Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,82	5,04	5,31	67,47	23,28	0,3	0,015	0,02	12,88

Технология приготовления

. Капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5*15мм.), морковь натирают или шинкуют тонкой соломкой (2*15мм.), кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока.

Затем заправляют сахаром и растительным маслом, хорошо перемешивают.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: овощей - хрустящая, не жесткая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам

Запах: свежей белокочанной капусты, моркови с ароматом растительного масла

Технологическая карта № 71

Наименование изделия: Салат картофельный с огурцами солеными

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об.ред. Первалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель				
с 01.09-31.10	27	27	36	36
с 31.10-31.12	29	29	38	38
с 31.12-28.02	21	21	41	41
с 29.02-01.09	34	34	45	45
Масса отварного очищенного картофеля		20		26
Лук репчатый	5	4	6	5
Огурцы соленые	15	8	20	12
Морковь				
До 1 января	12,6	12,6	17	17
С 1 января	13,4	13,4	17	18
Масса отварной очищенной моркови		10		13
Масло растительное	4	4	5	5
Выход		45		60

Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,63	5,09	4,23	66	7,68	0,31	0,02	0,01	4,98

Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,84	6,79	5,64	88,00	10,24	0,41	0,03	0,01	6,64

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов (соленых огурцов) перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи сортируют, моют,

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Морковь варят в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс $4\pm 2^{\circ}\text{C}$.

Картофель отваривают в кожуре.

Соленые огурцы, очищенные от кожицы, бланшированный репчатый лук, вареную морковь, вареный очищенный картофель нарезают ломтиками. Все ингредиенты перемешивают, заправляют растительным маслом.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс $4\pm 2^{\circ}\text{C}$. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре $4\pm 2^{\circ}\text{C}$. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Температура подачи не ниже $+15^{\circ}\text{C}$.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: соответствует продукта, входящим в блюдо.

Вкус: соответствует продукта, входящим в блюдо, солоноватый.

Запах: соответствует продукта, входящим в блюдо.

1,52	5,69	5,38	78,5	10,24	0,41	0,03	0,01	6,64
------	------	------	------	-------	------	------	------	------

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов (зеленого горошка) перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи сортируют, моют,

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Морковь варят в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс $4\pm 2^{\circ}\text{C}$.

Картофель отваривают в кожуре.

Картофель нарезают мелкими кубиками, подливают небольшое количество ($1/3$ объема занимаемого картофелем) кипящей воды, добавляют соль, закрывают крышкой и доводят до готовности (8-10 минут). Отвар сливают. Зеленый горошек в отваре доводят до кипения, охлаждают картофель и горошек до температуры 14°C .

Картофель можно отварить очищенными целыми клубнями, охладить, а затем нарезать мелкими кубиками.

Лук репчатый мелко шинкуют (рубят), бланшируют, охлаждают. Зеленый лук промывают проточной водой, мелко шинкуют.

Овощи соединяют, заправляют солью, растительным маслом и подают.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс $4\pm 2^{\circ}\text{C}$. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре $4\pm 2^{\circ}\text{C}$. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Температура подачи не ниже $+14^{\circ}\text{C}$.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, нарезка аккуратная, картофель не разварившийся

Консистенция: картофеля и горошка мягкая

Цвет: соответствует продукту, входящим в блюдо.

Вкус: соответствует продукту, входящим в блюдо, солоноватый.

Запах: соответствует продукту, входящим в блюдо.

Технологическая карта № 73

Наименование изделия: **Салат из свежих помидоров и огурцов**

Номер рецептуры: **15.**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	брутто	нетто	брутто	нетто
Помидоры свежие	24	19	30	24
Огурцы свежие	16	14	20	17
Лук зеленый	3	2	4	3
или лук репчатый	3	2	4	3
Масло растительное	2	2	3	3
Выход		40		50

Химический состав данного блюда на 40 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,43	0,00	2,46	1,38	29,49	9,96	0,018	0,014	7,47	0,3

Химический состав данного блюда на 50 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0.54	0,00	3,08	1,73	36,86	12,45	0,023	0,018	9,34	0,37

Технология приготовления

Подготовленные свежие помидоры и очищенные огурцы нарезают тонкими ломтиками, лук зеленый очищают, моют, мелко шинкуют, лук репчатый мелко шинкуют и бланшируют. Нарезанные помидоры, огурцы и лук перед отпуском перемешивают, заправляют растительным маслом, солят, раскладывают на порции. Салат можно отпускать без лука, соответственно уменьшив выход.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны тонкими ломтиками, лук мелко нашинкован. Овощи уложены горкой. Заправлены растительным маслом

Консистенция: помидоров и огурцов - упругая, лука - сочная

Цвет: помидоров - красный, розовый, а также желтый (для желтоплодных сортов); огурцов неочищенных - белый с зеленой каймой, очищенных - белый

Вкус: продуктов, входящих в состав салата, умеренно соленый

Запах: свежих помидоров, огурцов и лука в сочетании с растительным маслом

Технологическая карта № 74

Наименование изделия: Салат из отварной свеклы с зеленым горошком

Номер рецептуры: 53

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла				
до 01.01х/о-20%	35	28	50	40
с01.01х/о-25%	37	28	54	40
Масса отварной очищенной свеклы		25		36
Горошек зеленый консервированный	26	26	34	34
Горошек зеленый консервированный отварной (без жидкой части)		15		21
Масло растительное	2	2	3	3
Выход		40		50

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,85	3,42	3,07	48	12,34	0,46	0,02	0,04	3,36

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,13	4,56	4,09	64	16,45	0,61	0,03	0,05	4,48

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи сортируют, моют.

Свеклу варят в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают соломкой или шинкуют в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Варка овощей накануне дня приготовления блюд не допускается. Зеленый горошек консервированный кипятят в собственном соку, отвар сливают, охлаждают. Овощи перемешивают, заправляют маслом растительным.

Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс $4\pm 2^{\circ}\text{C}$.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс $4\pm 2^{\circ}\text{C}$. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре $4\pm 2^{\circ}\text{C}$. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Температура подачи не ниже $+15^{\circ}\text{C}$.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: свеклы - мягкая, сочная, горошка зеленого консервированного - мягкая.

Цвет: малиновый с зелеными вкраплениями зеленого горошка.

Вкус: свеклы, зеленого горошка в сочетании с растительным маслом, солоноватый.

Запах: свеклы, зеленого горошка в сочетании с растительным маслом.

Технологическая карта № 75

Наименование изделия: **Салат из свежих помидоров с луком**

Номер рецептуры 20

Наименование сборника рецептур: Методические указания г.Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях», Москва, 2007 г.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Брутто, г	Брутто, г	Брутто, г
Помидоры свежие	38	32	42	40
Лук репчатый	8	6,7	10	8,4
или лук зеленый	8	6,7	10	8,4
Соль йодированная	0,1	0,1	0,12	0,12
Масло растительное	2	2	3	3
<i>Выход</i>	-	40	-	50

Химический состав данного блюда на 40 г.(с луком зеленым)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,44	0,00	2,86	1,8	35,48	6,45	0,34	0,024	0,016	7,06

Химический состав данного блюда на 50 г.(с луком зеленым)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,55	0,00	3,58	2,25	44,35	8,08	0,43	0,03	0,02	8,82

Технология приготовления

Подготовленные помидоры нарезают тонкими ломтиками, репчатый лук мелко шинкуют, бланшируют. Подготовленный зеленый лук мелко шинкуют. Помидоры и лук перемешивают, заправляют растительным маслом, солью, раскладывают на порции.

Салат можно отпускать без лука, соответственно уменьшив выход.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны не ранее чем за 30-40 мин до отпуска

Консистенция: помидоров- упругая, сочная

Цвет: помидоров- красный, розовый, а также желтый (для желтоплодных сортов)

Вкус: умеренно соленый

Запах: свежих помидоров и лука в сочетании с растительным маслом

Технологическая карта № 76

Наименование изделия: **Салат из отварной свеклы**

Номер рецептуры: 33

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2011. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла				
До 1 января	52	42	63	50
С 1 января	56	42	67	50
Масса отварной очищенной свеклы		38		47
Масло растительное	2	2	3	3
Выход		40		50

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,57	2,44	3,34	37,56	14,06	0,53	0,008	0,016	3,8

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,71	3,05	4,18	46,95	17,58	0,67	0,01	0,02	4,75

Технология приготовления

Отварную очищенную свеклу нарезают мелкой соломкой. При отпуске свеклу заправляют растительным маслом. В салат можно добавить бланшированный репчатый лук.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: свеклы - мягкая, сочная,

Цвет: темно-малиновый

Вкус: свойственный свекле и растительному маслу

Технологическая карта № 77

Наименование изделия: Салат из свежих огурцов

Номер рецептуры: 16.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	брутто	нетто	брутто	нетто
Огурцы свежие	35	33	45	42
Лук зеленый	3	2	4	3
или лук репчатый	3	2	4	3
Масло растительное	2	2	3	3
Выход		35		45

Химический состав данного блюда на 40 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,48	0,00	2,04	2,46	28,62	9,96	0,018	0,014	7,47	0,3

Химический состав данного блюда на 50 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,61	0,00	3,05	3,17	40,65	12,45	0,023	0,018	9,34	0,37

Технология приготовления

Подготовленные свежие помидоры и очищенные огурцы нарезают тонкими ломтиками, лук зеленый очищают, моют, мелко шинкуют, лук репчатый мелко шинкуют и бланшируют. Нарезанные помидоры, огурцы и лук перед отпуском перемешивают, заправляют растительным маслом, солят, раскладывают на порции. Салат можно отпускать без лука, соответственно уменьшив выход.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны тонкими ломтиками, лук мелко нашинкован. Овощи уложены горкой. Заправлены растительным маслом

Консистенция: помидоров и огурцов - упругая, лука - сочная

Цвет: помидоров - красный, розовый, а также желтый (для желтоплодных сортов);
огурцов неочищенных - белый с зеленой каймой, очищенных - белый

Вкус:продуктов, входящих в состав салата, умеренно соленый

Запах:свежих помидоров, огурцов и лука в сочетании с растительным маслом

Технологическая карта № 78

Наименование изделия: **Сельдь с луком репчатым**

Номер рецептуры:24

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сельдь	72	35	90	45
Лук репчатый	5	4	6	5
Масло растительное	2	2	3	3
Выход		45		60

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,98	4,88	0,68	87	29,93	0,44	0,01	0,04	0,75

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,3	6,5	0,91	116	39,9	0,59	0,01	0,05	1

Технология приготовления

Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочкам, сверху посыпают бланшированным репчатым луком, нарезанным тонкими кольцами и заправляют.

3,2	5,62	3,72	77,28	17,58	0,67	0,01	0,02	4,75
-----	------	------	-------	-------	------	------	------	------

Технология приготовления

Вареные яйца нарезают дольками, огурцы ломтиками. Кукурузу в отваре доводят до кипения, затем охлаждают. Морковь отваривают в кожуре, охлаждают, очищают и мелко нарезают. Зеленый лук мелко шинкуют. Все продукты соединяют, добавляют соль и заправляют растительным маслом.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Вкус и запах: свойственный продуктам входящим в салат

Технологическая карта № 80

Наименование изделия: **Винегрет овощной**

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2011. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла	18	13	25	18
Картофель	20	13	30	20
Морковь	12	9	15	11
Огурцы соленые	15	10	20	14
Лук репчатый	2	1	3	2
Зеленый горошек	10	7	15	10
Масло растительное	2	2	3	3
Выход		55		75

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,57	2,44	3,34	37,56	14,06	0,53	0,008	0,016	3,8

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,71	3,05	4,18	46,95	17,58	0,67	0,01	0,02	4,75

Технология приготовления

Отварные очищенные картофель, свеклу и морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Зеленый лук нарезают длиной до 1 см; если используют репчатый лук, то его мелко шинкуют и бланшируют кипящей водой, откидывают на дуршлаг. Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают. В винегрет можно добавлять от 50 до 100 г припущенного зеленого горошка.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: свеклы - мягкая, сочная,

Цвет: темно-малиновый

Вкус: свойственный свекле и растительному маслу

Запах: свеклы и растительного масла

Технологическая карта № 81

Наименование изделия: Салат из моркови

Номер рецептуры: 9

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Морковь	45	36	55	44
Масло растительное	2	2	3	3
Сахар	1	1	2	2
Выход		35		45

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,44	3,92	4,04	53,2	29,93	0,44	0,01	0,04	0,75

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,57	5,04	5,19	68,4	39,9	0,59	0,01	0,05	1

Технология приготовления

Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют мелкой соломкой, добавляют сахар и заправляют растительным маслом.

Температура подачи не ниже +14° С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой

Консистенция: моркови - хрустящая

Вкус: сладковатый, без соли

Запах: свойственный моркови

Технологическая карта № 82

Наименование изделия: Каша манная на сгущенном молоке

Номер рецептуры: 160

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений»,

составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Первалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	15	15	20	20
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	25	25	35	35
Вода	140	140	170	170
Сахар	2	2	3	3
Масса каши		150		200
Масло коровье сладкосливочное	3	3	3	3
Выход		150/3		200/3

Химический состав данного блюда (150гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,58	6,05	26,46	182,94	105,57	0,39	0,05	0,156	0,66

Химический состав данного блюда (200гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	В ₁	В ₂	С
7,44	8,07	35,28	243,92	140,53	0,52	0,067	0,207	0,88

Технология приготовления

Молоко доводят до кипения, добавляют кипящую воду, соль, сахар. Когда смесь закипит, быстро, при постоянном помешивании, всыпают тонкой струйкой манную крупу. Варят 15 минут. Манная крупа заваривается через 20-30 секунд, и, если не всыпать крупу за это время, то образуются комки. При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

При необходимости добавляют варенье или повидло, или мёд из расчёта 20 г на порцию.

Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, растекающаяся по тарелке.

Цвет: белый

Вкус: умеренно сладкий и солёный, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта № 83

Наименование изделия: Каша манная молочная жидкая

Номер рецептуры: 160

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Первалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	15	15	20	20
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	80	80	106	106
Вода	53	53	70	70
Сахар	4	4	5	5
Масса каши		150		200
Масло коровье сладкосливочное	3	3	3	3
Выход		150/3		200/3

Химический состав данного блюда (154гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры,	Углеводы,	Энерг.	Ca	Fe	В ₁	В ₂	С

	г	г	ценность, ккал					
5,58	6,05	26,46	182,94	105,57	0,39	0,05	0,156	0,66

Химический состав данного блюда (205гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,44	8,07	35,28	243,92	140,53	0,52	0,067	0,207	0,88

Технология приготовления

Молоко доводят до кипения, добавляют кипящую воду, соль, сахар. Когда смесь закипит, быстро, при постоянном помешивании, всыпают тонкой струйкой манную крупу. Варят 15 минут. Манная крупа заваривается через 20-30 секунд, и, если не всыпать крупу за это время, то образуются комки. При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

При необходимости добавляют варенье или повидло, или мёд из расчёта 20 г на порцию.

Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, растекающаяся по тарелке.

Цвет: белый

Вкус: умеренно сладкий и солёный, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта № 84

Наименование изделия: Каша из круп вязкая

Номер рецептуры 177.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Вариант 8	25	25	30	30
Крупа гречневая,				
Или рисовая	25	25	30	30
или овсяная,	15	15	20	20
или пшено	25	25	30	30
Молоко	80	80	100	100
или вода	80	80	100	100
Сахар	4	4	5	5
Масло сливочное	4	4	5	5
	20	20	40	40

Каша из круп (вариант8)

Химический состав данного блюда на 155г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
7,51	3,99	8,34	30,44	227,00	0,91	0,12	0,19	124,90	1,56

Каша из круп (вариант8)

Химический состав данного блюда на 205г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
10,06	5,28	11,34	41,26	307,00	1,22	0,16	0,25	167,90	2,12

Технология приготовления

Крупы перебирают, промывают несколько раз, засыпают в кипящее молоко с водой или воду, добавляют сахар, соль, перемешивают и варят до готовности, периодически помешивая. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: каша уложена горкой, зерна крупы разварены, каша полита маслом

Консистенция: каша - вязкая

Цвет: свойственный крупам

Вкус: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

Запах: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

Технологическая карта № 85

Наименование изделия: Каша «Дружба»

Номер рецептуры: 155

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Первалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	11	11	15	15
Крупа пшеничная	8	8	11	11
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	75	75	100	100
Вода	77	77	103	103
Сахар	4	4	5	5

Масса каши		146		195
Масло коровье сладкосливочное	4	4	5	5
Выход		150		200

Химический состав данного блюда (150гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,91	6,25	26,32	180,83	94,21	0,43	0,073	0,122	0,96

Химический состав данного блюда (200гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,55	8,33	35,09	241,11	121,65	0,57	0,097	0,163	1,28

Технология приготовления

Крупы перебирают, промывают водой несколько раз, пшено ошпаривают. Крупы сначала варят отдельно, закладывая в кипящую воду. Пшено отваривают 15 минут, воду сливают. Рис отваривают до полуготовности. Крупы соединяют, заливают тёплым молоком, добавляют соль, сахар, доводят до кипения. Варят при слабом кипении до поглощения жидкости над поверхностью крупы. Затем ёмкость ставят на водяную баню и доводят до готовности.

При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

Температура подачи – 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта № 86

Наименование изделия: **Каша вязкая ячневая молочная**

Номер рецептуры: 99

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа ячневая	19	19	25	25
Молоко с м.д.ж. 2,5-	113	113	150	150

3,2 %				
Вода	26	26	35	35
Сахар	4	4	5	5
Масса каши		148		197
Масло коровье сладкосливочное	2	2	3	3
Выход		150		200

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,98	5,69	21,10	153	148,85	0,41	0,09	0,06	1,46

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,64	7,59	28,13	204	198,46	0,55	0,12	0,08	1,95

Технология приготовления

Крупы просеивают.

В кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 мин. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности.

Кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный соответствующему виду крупы.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта № 87

Наименование изделия: Суп молочный с макаронными изделиями

Номер рецептуры:44

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов
--------------------	-------------------------------

	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	116	116	154	154
Вода	23	23	30	30
Макаронные изделия	12	12	16	16
Масло коровье сладкосливочное	0,75	0,75	1	1
Сахар	1,5	1,5	2	2
Выход		150		200

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,39	4,36	14,99	116,25	141	0,27	0,06	0,11	0,75

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,85	5,81	19,99	155	188	0,36	0,08	0,14	1

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макаронны -15-20 мин, лапшу - 10-12 мин, вермишель - 5-7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящее молоко, периодически помешивая, варят до готовности, кладут соль, сахар, в конце - масло коровье сладкосливочное растопленное и доведенное до кипения.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа макаронные изделия сохранили форму.

Консистенция: макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: молочно-белый, сливочного масла - желтый.

Вкус: сладковатый умеренно соленый, с привкусом сливочного масла.

Запах: кипяченого молока, выражен аромат свежего масла.

Технологическая карта № 88

Наименование изделия: Каша пшенная молочная жидкая

Номер рецептуры: 165

Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений»,

составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Первалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Пшено	15	15	20	20
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	80	80	106	106
Вода	53	53	70	70
Сахар	4	4	5	5
Масса каши		150		200
Масло коровье сладкосливочное	3	3	3	3
Выход		150/3		200/3

Химический состав данного блюда (154гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,16	4,69	15,95	119,09	68,64	0,49	0,083	0,084	0,64

Химический состав данного блюда (205гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,21	6,25	21,27	158,79	91,52	0,65	0,11	0,112	0,85

Технология приготовления

Крупу перебирают, многократно промывают в холодной, затем тёплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой на 1 минуту, затем воду сливают, снова заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2-3 минуты, воду сливают. Заливают кипящей водой по расчёту рецептуры, уменьшив её на 15%, варят до загустения. Добавляют кипящее молоко, соль, сахар, продолжают варить кашу при слабом кипении до загустения, затем упаривают при закрытой крышке на водяной бане.

При подаче заправляют растопленным сливочным маслом.

В готовую кашу добавляют сливочное масло.

Температура подачи – 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, растекающаяся по тарелке.

Цвет: белый с кремовым оттенком

Вкус: умеренно сладкий и солёный, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Наименование изделия: Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая**Номер рецептуры: 161****Наименование сборника рецептур: «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений».**

составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Первалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшеничная или кукурузная	15	15	20	20
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	51	51	68	68
Вода	75	75	100	100
Сахар	4	4	5	5
Масса каши		150		200
Масло коровье сладкосливочное	4	4	5	5
Выход		150/4		200/5

Химический состав данного блюда (154гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	В ₁	В ₂	С
5,58	6,05	26,46	182,94	105,57	0,39	0,05	0,156	0,66

Химический состав данного блюда (205гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	В ₁	В ₂	С
7,44	8,07	35,28	243,92	140,53	0,52	0,067	0,207	0,88

Технология приготовления

Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20-30 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, соль, сахар и варят кашу до загустения. Затем упаривают на водяной бане под крышкой. В готовую кашу добавляют растопленное сливочное масло.

Необходимость вливать кипящее молоко вызвана тем, что нельзя прерывать процесс варки, иначе время его значительно возрастёт.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный соответствующему виду крупы.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта № 90

Наименование изделия: Каша рисовая молочная жидкая

Номер рецептуры: 167

Наименование сборника рецептов: «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Первалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Геркулес	15	15	20	20
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	80	80	106	106
Вода	53	53	70	70
Сахар	4	4	5	5
Масса каши		150		200
Масло коровье сладкосливочное	3	3	3	3
Выход		150		200

Химический состав данного блюда (150гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,5	7,38	27,27	193,5	109,82	0,36	0,054	0,126	0,2

Химический состав данного блюда (200гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5	8,2	30,3	215	122,02	0,4	0,06	0,14	0,22

Технология приготовления

В кипящую воду кладут соль, сахар, всыпают перебранный и промытый рис и варят, слегка помешивая около 20 минут при слабом кипении до размягчения. Добавляют горячее молоко и продолжают варить кашу при слабом кипении до загустения, затем упаривают при закрытой крышке. Непосредственно перед отпуском заправляют растопленным сливочным маслом.

При необходимости добавляют варенье или повидло, или мёд из расчёта 20 г на порцию.

Температура подачи – 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, растекающаяся по тарелке.

Цвет: белый

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта № 91

Наименование изделия: Каша овсяная жидкая

Номер рецептуры: 162

Наименование сборника рецептов: «Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений», составители: доц. Коровка Л.С. и т.д. Под общей ред. профессора Первалова А.Я. – Пермь, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Геркулес	15	15	20	20
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	80	80	106	106
Вода	53	53	70	70
Сахар	4	4	5	5
Масса каши		150		200
Масло коровье сладкосливочное	3	3	3	3
Выход		150		200

Химический состав данного блюда (150гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,2	8,4	20,08	179,5	106,13	0,65	0,706	0,136	1,01

Химический состав данного блюда (200гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,26	9,48	23,49	206,79	141,5	0,87	0,941	0,181	1,35

Технология приготовления

В кипящую смесь молока и воды кладут соль, сахар, всыпают овсяные хлопья, при активном помешивании сверху вниз, и варят при непрерывном помешивании 20 минут. При отпуске каша заправляется растопленным сливочным маслом.

Температура подачи – 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, растекающаяся по тарелке.

Цвет: белый с кремовым оттенком

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта № 92

Наименование изделия: Каша гречневая молочная

Номер рецептуры: 86

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Геркулес	20	20	24	24
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	90	90	106	106
Вода	53	53	70	70
Сахар	4	4	5	5
Масса каши		180		200
Масло коровье сладкосливочное	3	3	3	3
Выход		180		200

Химический состав данного блюда (180гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,15	7,39	31,62	221,55	110,29	3,08	0,198	0,198	0,45

Химический состав данного блюда (200гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,94	8,21	35,13	246,17	122,54	3,42	0,22	0,22	0,5

Технология приготовления

Технология приготовления:

В кипящую смесь воды и молока добавляют соль, сахар, всыпают крупу гречневую продел и варят до тех пор пока каша не загустеет. Кашу доводят до готовности плотно закрыв посуду крышкой. Непосредственно перед отпуском заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи – 65 °С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, текучая, крупа мягкая

Цвет: белый с серо-кремовым оттенком

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

Технологическая карта № 93

Наименование изделия: **Сок фруктовый**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сок фруктовый	120	120	140	140
Выход		120		140

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,49	0,1	15,72	66	19,2	0,36	0,096	0,036	24

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,57	0,11	18,34	77	22,4	0,42	0,112	0,042	28

Требования к качеству:

Вкус и аромат - натуральные, выраженные, свойственные плодам и ягодам после тепловой обработки. Консистенция соков с мякотью - однородная текучая жидкость с равномерно распределенной мякотью фруктов по всей массе сока, восстановленных – прозрачная (осветленные соки) или мутная (неосветленные) жидкость. Допускается осадок на дне тары.

Технологическая карта № 94

Наименование изделия: **Кисломолочный продукт**

Номер рецептуры: 251

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Кисломолочный продукт (ряженка, снежок, бифидок, ацидолакт, кефир, йогурт и др.) с м.д.ж. 2,5-3,2 %	145	140	155	150
Выход		140		150

Химический состав данного блюда (для детей с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,06	4,48	5,6	82,6	18,0	0,15	0,05	0,26	1,05

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,35	4,8	6	88,5	18,82	0,44	0,06	0,05	1,19

Технология приготовления

Кисломолочные перед подачей детям выдерживают в закрытой потребительской упаковке при комнатной температуре до достижения ими температуры подачи 15°C ±2°C, но не более одного часа. Кисломолочные продукты порционируют в чашки непосредственно из пакетов или бутылок перед их раздачей.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: стакан с густой жидкостью, белого или кремового цвета.

Консистенция: жидкая, сметанообразная.

Цвет: белый или с кремовым оттенком.

Вкус: молочнокислый.

Технологическая карта № 95

Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком сгущенным

Номер рецептуры: 252

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Кофейный напиток (злаковый) суррогатный), в т.ч. из цикория	2	2	2,4	2,4
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	29	29	35	35
Вода	2	2	2,4	2,4
Сахар	132	132	158	158
Выход		150		180

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,7	1,92	14,2	85	107,5	0,08	0,02	0,02	0,35

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2	2,3	17	102	107,5	0,08	0,02	0,02	0,35

Технология приготовления

При заваривании кофейный напиток кладут в соответствующую посуду, заливают кипятком, размешивают, доводят до кипения, кипятят 3-5 мин и дают отстояться в течение 5-8 мин. После этого готовый кофейный напиток сливают в другую посуду через ткань или сито. Запрещается

длительное кипячение кофейного напитка или многократное его подогревание. В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют сгущенное молоко, сахар и доводят до кипения. Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло коричневый.

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка молока.

Запах: аромат кофейного напитка молока.

Технологическая карта № 96

Наименование изделия: **Кофейный напиток с молоком**

Номер рецептуры: 253

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Кофейный напиток злаковый) суррогатный), в т.ч. из цикория	2	2	2,4	2,4
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	70	70	84	84
Вода	95	95	114	114
Сахар	9	9	12	12
Выход		150		180

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,08	1,08	11,67	76,67	90,2	0,02	0,02	0,02	0,83

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,3	1,3	14	92	108,24	0,02	0,02	0,02	1

Технология приготовления

При заваривании кофейный напиток кладут в соответствующую посуду, заливают кипятком, размешивают, доводят до кипения, кипятят 3-5 мин и дают отстояться в течение 5-8 мин. После этого готовый кофейный напиток сливают в другую посуду через ткань или сито. Запрещается длительное кипячение кофейного напитка или многократное его подогревание. В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее молоко, сахар и доводят до кипения. Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло коричневый.

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока.

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

Технологическая карта № 97

Наименование изделия: Какао с молоком сгущенным

Номер рецептуры: 250

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Какао	1	1	1,2	1,2
Молоко сгущенное с сахаром	29	29	35	35
Сахар	2	2	2,4	2,4
Вода	132	132	158	158
Выход		150		180

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,5	1,9	14,2	83,3	90,35	0,29	0,02	0,02	0,29

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,8	2,3	17	100	109,04	0,34	0,02	0,02	0,34

Технология приготовления

Какао - порошок перемешивают с сахаром, разводят количеством кипящей смеси сгущенного молока и воды. Тщательно растирают, чтобы не было комков. Полученную смесь вливают при активном помешивании в кипящую смесь воды и сгущенного молока, доводят до кипения.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-шоколадный.

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока.

Запах: свойственный какао.

Технологическая карта № 98

Наименование изделия: Какао с молоком

Номер рецептуры: 248

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Какао	1	1	1,2	1,2
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	70	70	84	84
Вода	95	95	114	114
Сахар	9	9	12	12
Выход		150		180

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1	1,08	10,83	75	91,48	0,02	0,03	0,03	0,83

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C

			ккал					
10,8	2,75	11,7	44,35	10,44	0,49	0	0,005	5,4

Технология приготовления

В чайник насыпать чай и сахар на отдельное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, остудить до температуры 40-45° С, после чего разлить по стаканам. Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите. Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость - золотисто-коричневого цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: сладкий, чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.

Технологическая карта № 100

Наименование изделия: Чай сладкий с лимоном

Номер рецептуры: 133

Наименование сборника рецептов: Методические указания г.Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях», Москва, 2007 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Чай черный байховый	0,5	0,5	0,6	0,6
Вода питьевая	140	140	170	170
Сахар	10	10	12	12
Лимон	8	7	9	8
Выход с сахаром		150/7		180/8

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
9	2,3	9,75	36,96	8,7	0,41	0	0,005	4,5

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
10,8	2,75	11,7	44,35	10,44	0,49	0	0,005	5,4

Технология приготовления

В чайник насыпать чай и сахар на отдельное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, остудить до температуры 40-45° С, после чего разлить по стаканам. Лимон, нарезанный, положить в чай непосредственно перед подачей. Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость - золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавает кусочек лимона.

Консистенция: однородная, сочная.

Цвет: золотисто-желтоватый.

Вкус: сладкий, с привкусом лимона.

Запах: свойственный чаю и лимона.

Технологическая карта № 101

Наименование изделия: Компот из сухофруктов

Номер рецептуры: 241

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Смесь сухофруктов	15	15	20	20
Или курага	15	15	20	20
Или чернослив	15	15	20	20
Или изюм	15	15	20	20
Или яблоки сушеные	15	15	20	20
Или груши сушеные	15	15	20	20
Сахар-песок	8	8	11	11
Вода	129	129	172	172

Выход		150		180
-------	--	-----	--	-----

Химический состав данного блюда (150гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,43	0	21,42	81	44,23	0,009	0	0	0,36

Химический состав данного блюда (180гр.)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,48	0	23,8	90	49,14	0,01	0	0	0,4

Технология приготовления

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар-песок, и варят до готовности. Готовый компот охлаждают, фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.

Плоды перебирают, крупные измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Сушеные груши варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу 10-20 минут, изюм 5-10 минут. Компот охлаждают. При отпуске в стакан кладут отварные плоды и заливают отваром.

Технологическая карта № 102

Наименование изделия: Компот из яблок с лимоном

Номер рецептуры: 242

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки	42	38	50	45
Лимоны	12	5	14	6
Сахар-песок	13	13	15	15
Вода	130	30	160	160
Выход		150		180

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества	Минер.вещества,	Витамины, мг
------------------	-----------------	--------------

				МГ				
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,21	0,21	21,13	87,25	13,03	0,85	0	0	1,6

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, МГ		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,25	0,25	25,35	104,7	14,48	0,94	0	0	1,72

Технология приготовления

Яблоки перебирают, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают тонкими ломтиками. С лимонов снимают цедру, мякоть нарезают ломтиками острым ножом. Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают. Яблочные сердцевинки и цедру лимона заливают горячей водой, варят 10-15 минут и процеживают. В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, закладывают подготовленные фрукты, доводят до кипения и варят 2-3 минуты. Охлаждают.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: фрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: жидкая с ломтиками яблок и лимона

Цвет: слабо-желтый

Вкус и запах: кисло-сладкий с ароматом яблок и лимона

Технологическая карта № 103

Наименование изделия: Кисель из варенья

Номер рецептуры: 234

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Чай черный байховый	0,5	0,5	0,6	0,6
Вода питьевая	140	140	170	170
Сахар	10	10	12	12
Лимон	8	7	9	8
Выход с сахаром		150/7		180/8

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
9	2,3	9,75	36,96	8,7	0,41	0	0,005	4,5

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
10,8	2,75	11,7	44,35	10,44	0,49	0	0,005	5,4

Технология приготовления

В чайник насыпать чай и сахар на отдельное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, остудить до температуры 40-45° С, после чего разлить по стаканам. Лимон, нарезанный, положить в чай непосредственно перед подачей. Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость - золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавает кусочек лимона.

Консистенция: однородная, сочная.

Цвет: золотисто-желтоватый.

Вкус: сладкий, с привкусом лимона.

Запах: свойственный чаю и лимона.

Технологическая карта № 104

Наименование изделия: Напиток лимонный

Номер рецептуры: 282

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Лимон	12	12	16	16
Сахар-песок	18	18	24	24
Вода	161	161	214	214

Выход		150		200
-------	--	-----	--	-----

Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,11	0,01	18,32	72	5,16	0,12	0	0	4,8

Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,15	0,013	24,43	96	6,88	0,16	0	0	6,4

Технология приготовления

Цедру, снятую с лимона мелко нарезают, заливают горячей водой, кипятят в течение 5 минут, а затем оставляют на 3-4 часа для настаивания. После процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый лимонный сок и охлаждают.

Готовый напиток охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи не выше 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: желтый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом лимона.

Запах: лимона.

Технологическая карта № 105

Наименование изделия: **Фрукты**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	с 1-3 лет	с 1-3 лет
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки	112	100
Апельсины	130	100
Бананы	130	100
Груши	112	100
Лимоны	140	100
Мандарины	126	100
Выход		100

Химический состав данного блюда

Наименование сырья	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
Яблоки	0,4	0,4	9,8	47	16	22	0,03	0,02	47
Апельсины	0,9	0,2	8,1	43	34	0,3	0,04	0,03	60
Бананы	1,5	0,5	21	96	8	0	0,04	0,05	10
Груши	0,4	0,3	10,3	47	19	2,3	0,02	0,03	5
Лимоны	0,9	0,1	3	34	40	0,6	0,04	0,02	40
Мандарины	0,8	0,2	7,5	38	35	0,1	0,06	0,03	38