

Технологическая карта № 1

Наименование изделия: Рассольник со сметаной

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Курица	20	20
Вода	200	200
Картофель	100	70
Морковь	10,0	8,0
Огурцы солёные	20	16
Лук репка	5,0	4,0
Крупа перловая	5	5
Масло растительное	3	3
Сметана	11	11
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,64	3,68	0,14	48,2					
-	-	-	-					
2,0	0,4	17,3	56,0					
0,1	0,01	0,67	2,72					
0,14	-	0,26	1,6					
0,056	-	0,364	1,64					
0,88	0.06	3,46	16,25					
-	2,99	-	26,97					
0,308	2,2	0,352	22,66					

Технология приготовления:

Перловую крупу промывают и варят до готовности. Очищенные морковь, лук шинкуют и пассируют на сливочном масле. Солёные огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают соломкой и припускают. В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный брусочками, а через 10 – 15 минут – пассированные овощи, припущенные огурцы, соль и варят до готовности 8 – 10 минут. Перед снятием с огня добавляют сметану, и доводят до кипения.

Технологическая карта № 2

Наименование изделия: Суп вермишелевый на курином бульоне

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Куры	20	20
Вода	200	200
Вермишель	10	10
Морковь	20	16
Картофель	120	80,0
Лук репка	10	8
Масло растительное	3	3
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,64	3,68	-	48,2					
-	-	-	-					
1,04	0,11	6,97	33,17					
0,26	0,02	1,68	6,8					
2,1	0,48	20,76	96,0					
0,14	-	0,828	4,1					
-	2,99	-	26,97					

Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут нарезанный брусочками картофель и варят до полуготовности, через 10 – 15 минут вводят нарезанную кубиками припущенную с маслом морковь и лук. За 5 – 10 минут до готовности добавляют вермишель, соль

Технологическая карта № 3

Наименование изделия: Суп рыбный с картофелем

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежая	50	40
Вода	200	200
Лук репка	10	8
Картофель	100	70
Зелень	0,5	0,3
Масло сливочное	3	3
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
6,4	0,24	-	27,6					
-	-	-	-					
0,112	-	0,728	3,28					
1,4	0,28	12,11	56					
0,13	-	0,28	2,8					
0,049	2,34	0,03	21,27					

Технология приготовления:

Филе из рыбы опускают в кипящую воду и варят на слабом огне, снимая пену. За пол часа до окончания варки, добавляют лук, соль, зелень.

Готовый бульон процеживают через сито и снова кипятят, добавляя картофель.

Технологическая карта № 4

Наименование изделия: Суп из рыбной консервы

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Консервы рыбные	25	25
Вода	200	200
Картофель	80	56
Крупа пшено	5	5
Масло сливочное	3	3
Лук репка	8	6
Морковь	16	13
Зелень	3	1,8
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
5,22	1,45	-	34					
-	-	-	-					
1,12	0,224	9,68	44,8					
0,075	0,166	3,32	17,4					
0,015	2,475	0,024	22,44					
0,084	-	0,546	2,46					
0,169	0,013	1,092	4,42					
0,02	-	0,063	0,342					

Технология приготовления:

Картофель нарезают кубиками, промывают. Коренья лука слегка пассируют, затем тушат до мягкого состояния. В кипящую воду закладывают крупу, варят 15 минут, вводят картофель и пассированные овощи и варят ещё 10 – 15 минут, затем в кипящий бульон добавляют подготовленные консервы рыбные, солят и продолжают варить 5 – 7 минут.

Технологическая карта № 5

Наименование изделия: Суп картофельный с клёцками

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Курица	20	20
Вода	200	200
Картофель	120	80,0
Морковь	10	8
Яйцо	1/6	1/6
Лук репка	5,0	4,0
Масло растительное	3	3
Мука пшеничная	15	15
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,64	3,68	0,14	48,2					
-	-	-	-					
2,1	0,48	20,76	96,0					
0,13	0,01	0,84	3,4					
0,88	0,8	0,049	9,26					
0,056	-	0,364	1,64					
-	2,99	-	26,97					
1,545	0,165	10,35	48,94					

Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут нарезанный брусочками картофель и варят до полуготовности, затем кладут нарезанные морковь, лук, припущенные с добавлением масла, и варят ещё 10 минут. Готовый картофельный суп заправляют клёцками.

Клёцки: Яйцо смешивают с остуженным бульоном или водой и постепенно всыпают просеянную пшеничную муку. Тесто не должно быть крутым. Клёцки опускают чайной ложкой в кипящий суп небольшими кусочками.

Температура подачи 65°C.

Технологическая карта № 6

Наименование изделия: Суп картофельный с зелёным горошком со сметаной

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	60	50
Вода	200	200
Лук репка	10	8
Морковь	10	8
Зелёный горошек	20	15
Масло растительное	3	3
Сметана	10	10
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
1,0	0,2	8,65	40,0					
-	-	-	-					
0,11	-	0,72	3,28					
0,104	0,008	0,67	2,72					
0,48	0,03	0,195	6,0					
-	2,99	-	26,97					
0,28	2,0	0,32	20,6					

Технология приготовления:

В готовый кипящий бульон кладут нарезанный кубиками картофель. За 10 минут до окончания варки добавляют зелёный горошек, припущенные морковь, лук и варят суп до готовности. В конце варки заправляют сметаной и зеленью, доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

Технологическая карта № 7

Наименование изделия: Свекольник со сметаной

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Свекла	50,0	40,0
Картофель	100	70
Лук репка	5,0	4,0
Морковь	10	8,0
Томат	2	2
Масло растительное	3	3
Сметана	11	11
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,72	3,2	-	43,6					
-	-	-	-					
0,75	0,05	5,0	21,0					
2,0	0,4	17,13	56					
0,056	-	0,364	1,64					
0,13	0,01	0,840	2,72					
0,096	-	0,38	1,98					
-	2,99	-	26,97					
0,308	2,2	0,352	22,66					

Технология приготовления:

Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, чистят, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый – полукольцами. Морковь и лук пассируют при температуре 110°С, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают пассированные морковь и лук, варят 10 минут. Затем кладут свеклу, варят до готовности. За 5 минут до готовности солят.

В готовый свекольник добавляют сметану, мелко нарубленную зелень, доводят до кипения. Температура подачи 65°С.

Технологическая карта № 8

Наименование изделия: Суп гороховый с гренками

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Картофель	50	40
Морковь	10	8
Горох	20	17
Лук репка	10	8
Масло растительное	3	3
Хлеб пшеничный	30	15
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,72	3,2	-	43,6					
-	-	-	-					
0,7	-	6,9	29,05					
0,1	-	0,56	2,64					
4,6	0,32	11,54	64,6					
0,15	-	0,86	3,87					
-	2,79	-	26,19					
1,15	0,45	7,47	39,3					

Технология приготовления:

Горох перебрать, промыть, заложить в кипящий мясной бульон и варить до готовности. В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный брусочками, лук, морковь мелко нарезать, слегка пассировать в масле и за 10 – 15 минут до конца варки положить в суп, добавить соль.

Подают суп с гренками.

Технологическая карта № 9

Наименование изделия: Борщ со сметаной

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Картофель	80	60
Морковь	10	8
Свекла	40,0	30
Капуста б/кочанная	40,0	30
Лук репка	51	40
Масло сливочное	3	3
Сметана	11	11
Томат	3	3
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,72	3,2	-	43,6					
-	-	-	-					
2,0	0,4	17,3	56,0					
0,13	0,01	0,84	2,72					
0,75	0,05	5	21					
0,72	0,04	1,88	10,8					
0,056	-	0,364	1,64					
0,049	2,34	0,03	21,27					
0,28	2	0,32	20,6					
7,557	8,04	25,73	177,63					

Технология приготовления:

Свеклу, капусту, лук нарезают соломкой, картофель – брусочками. Свеклу припускают с томатом в небольшом количестве воды, морковь и лук пассируют. Муку подсушивают и разводят водой. В кипящую воду кладут последовательно картофель, капусту и варят 7 – 10 минут.

Технологическая карта № 10

Наименование изделия: Щи из свежей капусты со сметаной

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Картофель	80	56
Морковь	20	16
Капуста б/кочанная	50	40
Лук репка	51	40
Масло сливочное	3	3
Сметана	11	11
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,72	3,2	-	43,6					
-	-	-	-					
0,32	0,064	2,768	12,8					
0,26	0,02	1,68	6,8					
0,9	0,05	2,35	13,5					
0,14	-	0,828	4,1					
0,049	2,34	0,03	21,27					
0,308	2,2	0,352	22,66					

Технология приготовления:

Белокочанную капусту нарезают соломкой, картофель – кубиками или брусочками. Репчатый лук шинкуют и пассируют в масле. В кипящий бульон закладывают капусту, доводят до кипения, вводят картофель и варят до полуготовности. Затем добавляют пассированную морковь, томат – пюре или кусочки свежих помидоров, соль и варят до готовности 7 – 10 минут.

Технологическая карта № 11

Наименование изделия: Щи из квашеной капусты со сметаной

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста квашенная	40	35
Вода	200	200
Картофель	60	45
Лук репка	5	3
Морковь	10	8
Томатное пюре	5	5
Сметана	10	10
Масло растительное	3	3
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
0,81	-	0,99	8,6					
-	-	-	-					
0,9	0,18	7,78	36,0					
0,042	-	0,273	1,23					
0,104	0,008	0,67	2,72					
0,24	-	0,95	5,0					
0,28	2,0	0,32	20,6					
-	2,99	-	26,97					

Технология приготовления:

Квашеную капусту перетирают, слишком кислую, промывают в холодной воде, отжимают, рубят, соединяют с бульоном, вводят томатное пюре и тушат 1,5 – 2 часа. Коренья и репчатый лук нарезают мелкими кубиками или соломкой, пассируют, соединяют с капустой за 20 – 30 минут до конца тушения. Картофель нарезают кубиками или брусочками и опускают в кипящий мясной бульон, затем добавляют тушёную капусту и варят 15 – 20 минут. Перед снятием с огня добавляют кипячёную сметану.

Технологическая карта № 12

Наименование изделия: Суп крестьянский с крупой со сметаной

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Картофель	120	80
Морковь	15	10,0
Крупа рис (пшено)	10	10
Лук репка	5,0	4,0
Масло растительное	3,0	3,0
Сметана	11	11
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,72	3,2	-	43,6					
-	-	-	-					
2,1	0,48	20,76	96,0					
0,39	0,03	2,52	8,16					
0,056	-	0,364	1,64					
-	2,99	-	26,91					
0,049	2,34	0,03	21,27					
0,308	2,2	0,352	22,66					

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают несколько раз. Меняя воду. После промывания крупу закладывают в кипящую воду 9 в соотношении 1:3), варят до полуготовности, отвар сливают.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут картофель, нарезанный кубиками. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук, и варят суп до готовности. В конце варки заправляют сметаной и зеленью, доводят до кипения.

Температура подачи 65°C.

Технологическая карта № 13

Наименование изделия: Суп фасолевый

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Картофель	50	40
Морковь	10	8
Фасоль	20	20
Лук репка	10	8
Масло растительное	3	3
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,72	3,2	-	43,6					
-	-	-	-					
0,7	-	6,9	29,05					
0,1	-	0,56	2,64					
4,6	0,32	10,16	62,8					
0,15	-	0,86	3,87					
-	2,79	-	26,19					

Технология приготовления:

Фасоль перебирают, промывают и замачивают в холодной воде на 2 – 3 часа для набухания (на 1 кг фасоли 3 л воды). Варят фасоль в этой же воде без соли. Чтобы она лучше разваривалась. Затем готовят картофельный суп и за 10 минут до готовности в него добавляют отварную фасоль.

Технологическая карта № 14

Наименование изделия: Суп картофельный с мясными фрикадельками

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Котлетное мясо	25	25
Картофель	100	70
Морковь	20	16
Лук репка	10	8
Масло растительное	3	3
Яйцо	01. июн	01. июл
Хлеб белый	5	5
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,72	3,2	-	43,6					
-	-	-	-					
2,79	2,4	-	32,7					
1,4	0,28	12,11	56					
0,208	-	1,244	5,44					
0,112	-	0,728	3,28					
0,049	2,34	0,03	21,27					
0,22	0,19	0,12	2,67					
0,38	0,15	2,49	13,1					

Технология приготовления:

Картофель нарезают кубиками или дольками, корни и лук – мелкими кубиками, зелень петрушки или укропа мелко рубят. Морковь, петрушку и репчатый лук пассируют. В кипящую воду закладывают картофель. Доводят до кипения, добавляют пассированные овощи и варят 15 – 20 минут. В конце варки вводят соль.

Из готового мясного фарша разделяют фрикадельки небольшими шариками и варят в бульоне 8 – 10 минут. До раздачи их хранят на плите в небольшом количестве бульона. При подаче в тарелку кладут фрикадельки, наливают суп и поливают зеленью.

Технологическая карта № 15

Наименование изделия: Суп овощной со сметаной

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Курица	20	20
Вода	200	200
Картофель	100	70
Морковь	10	8
Капуста свежая	50	40
Лук репка	5,0	4,0
Масло растительное	3	3
Сметана	11	11
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,64	3,68	0,14	48,2					
-	-	-	-					
2,0	0,4	17,3	56,0					
0,13	0,01	0,84	3,4					
0,72	0,04	1,88	10,8					
0,056	-	0,364	1,64					
-	2,99	-	26,97					
0,308	2,2	0,352	22,66					

Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут нашинкованную соломкой капусту. Доводят до кипения, закладывают нарезанный брусочками картофель, припущенные с маслом морковь и лук. Варят 15 минут добавляют соль. За 3 минуты до готовности вводят сметану. Зелень, доводят до кипения.

Технологическая карта № 16

Наименование изделия: Суп молочный вермишелевый

Наименования сборника рецептов:

3. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
4. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	150	150
Масло сливочное	2	2
Сахар	5	5
Вермишель	15	15
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,92	4,9	6,3	86,8					
0,035	3,9	0,05	35,45					
-	-	7,78	19,5					
-	-	9,98	37,9					

Технология приготовления:

Макаронные изделия отдельно варят в кипящей солёной воде до полуготовности в течении 5 минут. Воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящее молоко, варят, помешивая, до готовности с добавлением соли, сахара в конце – сливочное масло. Температура подачи 65°C.

Технологическая карта № 1

Наименование изделия: Соус сметанный

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сметана	11	11
Масло сливочное	5	5
Мука пшеничная	5,0	5,0
Выход	40г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
0,308	2,25	0,352	22,60					
0,01	2,35	0,01	22,0					
0,47	0,05	3,43	15,3					

Технология приготовления:

Муку поджарить до золотистого цвета и размешать в 15 - 20 мл тёплого бульона. В остальной бульон положить сметану, соль хорошо размешать, поставить на слабый огонь, довести до кипения. В кипящий бульон струёй влить муку, размешать в тёплом бульоне, и варить на слабом огне 10 минут.

Технологическая карта № 2

Наименование изделия: Молочный соус

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	40	40
Мука пшеничная	9	9
Масло сливочное	3	3
Выход	50г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
0,88	1,15	18,8	23,4					
0,89	0,09	6,27	28,5					
0,3	7,07	0,5	6,59					

Технология приготовления:

Муку поджарить до слабо - золотого цвета, охладить и размешать в 10 – 15 мл молока, чтобы не было комочков. В остальное молоко положить сахар, довести до кипения, постепенно влить молоко с разведённой мукой и при постоянном помешивании довести до кипения, затем немного охладить.

Этот соус подают к запеканке из творога, сырникам.

Технологическая карта № 3

Наименование изделия: Соус фруктовый

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Повидло	80	80
Сахар	10	10
Выход	100г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
-	-	7,66	23,4					
-	-	9,55	39,0					

Технология приготовления:

Можно использовать консервированные, протёртые фрукты, ягоды, соки.

Со свежих фруктов срезать кожицу, удалить сердцевину, нарезать кусочками, положить в кастрюлю, залить чуть выше фруктов, фруктовым отваром и на слабом огне тушить до готовности. Не задолго до конца варки добавить сахар.

Технологическая карта № 4

Наименование изделия: Томатный соус

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная	10	10
Масло сливочное	3	3
Лук репка	10	10
Томат	2,5	2,5
Выход	100г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
0,83	0,09	6,27	28,5					
0,03	7,06	0,03	66,2					
0,02	-	1,0	4,2					
0,1	-	0,85	4,0					

Технология приготовления:

Муку поджарить до золотистого цвета и размешать её в 15 – 20 мл тёплого бульона.

В остальной бульон положить томат, соль, хорошо размешать и поставить на слабый огонь, довести до кипения. В кипящий бульон влить муку и варить 10 минут.

Технологическая карта № 5

Наименование изделия: Соус сметано – томатный

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Томат	3	3
Мука пшеничная	3	3
Сметана	5	5
Масло сливочное	3	3
Выход	30г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
0,033	0,06	0,114	0,69					
0,309	0,033	2,07	10,02					
0,14	1,0	0,16	10,3					
0,049	2,34	0,03	21,27					

Технология приготовления:

Муку пассируют на сливочном масле, добавляют томатное пюре и продолжают пассировать ещё 7 – 10 минут. Готовую охлаждённую до 70°C пассировку разводят горячей сметаной. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

Технологическая карта № 1

Наименование изделия: Лакомка из творога

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	130	130
Яйцо ½	25	24
Сахар	16	16
Масло сливочное	13	13
Мука пшеничная	30	30
Выход	180г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
21,86	11,78	1,7	204,2					
3,11	2,82	0,17	38,47					
-	-	16,37	61,34					
0,17	9,43	0,12	85,93					
3,09	0,33	20,7	100,2					

Технология приготовления:

Творог протирают. Яйца взбить с сахаром и ввести в творог. Массу перемешивают и взбивают до пышности.

Из муки и масла сделать крошку (масло порубить ножом с мукой).

На противень, смазанный маслом положить половину приготовленной крошки, разровнять.

На неё выложить творожную массу, разровнять, сверху положить оставшуюся крошку.

Выпекать в духовом шкафу до готовности. Готовую лакомку разрезают на порции.

Температура подачи 65 – 75° С.

Технологическая карта № 2

Наименование изделия: Запеканка творожная

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	100	100
Молоко	20	20
Масло сливочное	5	5
Сахар	6	6
Крупа манная	10	10
Яйцо (¼ шт.)	12	10
Выход	160г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
12,0	9,0	3,3	141,0					
0,56	0,64	0,94	11,6					
0,03	3,92	0,03	36,7					
-	-	5,72	23,4					
1,13	0,07	7,33	32,6					
1,11	1,18	0,05	15,75					

Технология приготовления:

В протёртый творог добавляют манную крупу, предварительно замоченную в молоке, яйца, соль, сахар. Всё перемешивают, массу слоем 3 см выкладывают на противень, смазанный маслом. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250° С в течение 35 – 40 минут.

Технологическая карта № 3

Наименование изделия: Запеканка творожно - вермишелевая

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	100	100
Молоко	20	20
Масло сливочное	5	5
Сахар	6	6
Макаронные изделия	10	10
Яйцо (¼ шт.)	12	10
Выход	160г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
12,0	9,0	3,3	141,0					
0,56	0,64	0,94	11,6					
0,03	3,92	0,03	36,7					
-	-	5,72	23,4					
1,13	0,07	7,33	32,6					
1,11	1,18	0,05	15,75					

Технология приготовления:

В протёртый творог добавляют макаронные изделия, предварительно отваренные до готовности, яйца, соль, сахар. Всё перемешивают, массу слоем 3 см выкладывают на противень, смазанный маслом. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250° С в течение 35 – 40 минут.

Технологическая карта № 4

Наименование изделия: Ленивые вареники

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептов:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	100	100
Яйцо (¼ шт.)	12	10
Мука пшеничная	35	35
Сахар	10	10
Масло сливочное	10	10
Выход	200г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
16,7	9,0	2,0	159,0					
1,26	1,4	0,08	15,8					
3,71	0,455	25,62	115,15					
-	-	9,98	37,9					
0,04	7,8	0,04	73,4					

Технология приготовления:

Творог протирают, добавляют яйцо, сахар, муку, перемешивают до получения однородной массы, раскатывают пластом толщиной 10 мм, нарезают на полосы шириной до 25 мм, а затем на кусочки квадратной, прямоугольной или ромбовидной формы. Опускают в кипящую воду и варят при слабом кипении 4 – 5 минут, вынимают шумовкой. Подают с маслом.

Технологическая карта № 5

Наименование изделия: Сырники со сметаной

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	90	90
Мука пшеничная	10	10
Масло сливочное	8	8
Сахар	10	10
Сметана	10	10
Яйцо (1/6 шт.)	8,3	6,7
Выход	100г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
10,2	7,65	2,97	126,9					
9,97	0,13	6,82	33,1					
0,03	6,28	0,03	58,7					
-	-	9,53	39,0					
0,21	2,82	0,31	28,4					
0,9	0,97	0,03	12,7					

Технология приготовления:

В творог добавить сахар, муку, яйцо и хорошо перемешать. Творожную массу выложить на доску, присыпать мукой, разделить сырники, обваливать в муке, обжарить в масле. Обжаренные сырники поставить в духовой шкаф на 10 минут.

К сырникам можно добавить фруктовое пюре, молочный соус, повидло, джем.

Технологическая карта № 6

Наименование изделия: Пудинг творожный с изюмом

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	100	100
Крупа манная	10	10
Яйцо (¼ шт.)	12	10
Сахар	10	10
Изюм	15	15
Молоко	50	50
Масло сливочное	5	5
Сметана	5	5
Выход	160г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
12,0	9,0	3,3	141,0					
1,13	0,07	7,33	32,6					
1,11	1,18	0,05	15,75					
-	-	9,55	39,0					
0,06	-	1,1	4,65					
1,4	1,6	2,35	29,0					
0,03	3,92	0,03	36,7					
0,14	1,0	0,16	10,3					

Технология приготовления:

В протёртый творог добавляют яичные желтки, протёртые с сахаром, манную крупу, вымытый, пропаренный и обсушенный изюм. Всё перемешивают. Белки взбивают и, осторожно помешивая, сверху вниз вводят массу, выкладывая её слоем 3 см в противни, смазанные маслом и посыпанные сухарями. Поверхность смазывают сметаной с сахаром. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250° С в течении 35 – 40 минут. Отпускают блюдо, поливая молочным сладким соусом.

Технологическая карта № 7

Наименование изделия: Пудинг творожный с изюмом

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	100	100
Крупа манная	10	10
Яйцо ¼ шт.	12	10
Сахар	10	10
Изюм	15	15
Масло сливочное	5	5
Сметана	5	5
Выход	160г	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
12,0	9,0	3,3	141,0					
1,13	0,07	7,33	32,6					
1,11	1,18	0,05	15,75					
-	-	9,55	39,0					
0,06	-	0,03	4,65					
0,03	3,92		36,7					

Технология приготовления:

В протёртый творог добавляют яичные желтки, протёртые с сахаром, манную крупу, вымытый, пропаренный и обсушенный изюм. Все перемешивают. Белки взбивают и, осторожно помешивая, сверху вниз вводят в массу, выкладывая её слоем 3 см в противни, смазанные маслом и посыпанные сухарями. Поверхность смазывают сметаной с сахаром. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250°C в течении 35 – 40 минут.

Отпускают блюдо, поливая молочным сладким соусом.

Технологическая карта 63-А

Наименование изделия: Кофейный напиток злаковый

Наименование сборника рецептур: Методические материалы «Организация детского питания в дошкольных учреждениях» под ред. академика РАЕН доктора мед. наук И.Я.Конь.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кофейный напиток	3	3
Сахар-песок	12	12
Вода	188	180
Выход:	180	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,405	2,995	18,670	110,590	165,000	0,354	0,054	0,233	1,760

Технология приготовления: Напиток кофейный заливают кипятком, размешивают, добавляют сахар и вновь доводят до кипения. Готовый напиток разливают в стаканы или чашки. Температура подачи + 45°C.

Технологическая карта № 59-А

Наименование изделия: Бутерброд с маслом и сыром

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 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 № _____

Наименование изделия: Салат из отварной свеклы с зеленым горошком

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
Свекла				
До 1 января	35	35	46	46
С 1 января	37	37	49	49
Масса отварной очищенной свеклы		27		36
Горошек зеленый консервированный	26	26	34	34
Горошек зеленый консервированный отварной (без жидкой части)		15		20
Масло растительное	4	4	5	5
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
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±2°С.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4±2 °С. 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±2 °С. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Температура подачи не ниже +15° С.

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.

Технологическая карта № 23-А

Наименование изделия: Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной

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
Варка бульона				
Говядина 1 категории бескостная	14	13	18	16
Или говядина 1 категории на костях	18	13	22	16
Морковь				
До 1 января	3,04	2,4	3,8	3
С 1 января	3,2	2,4	4	3
Лук репчатый	1,9	1,6	2,4	2
Вода	250	250	313	313
Выход бульона		200		250
Варка супа				
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
Лимонная кислота	0,2	0,2	0,25	0,25
Сахар	2	2	2,5	2,5
Бульон или вода	40	150	188	188
Выход		200		250
Говядина отварная		8		10
Сметана с м. д.ж. не более 15%	6	6	7	7

Выход супа с мясом и со сметаной		200/8/5		250/10/6
-------------------------------------	--	---------	--	----------

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, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,52	5,98	9,78	117	43,14	1,09	0,05	0,03	9,74

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.

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.

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, раствор лимонной кислоты, сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом и со сметаной.

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 № 15-Г
Наименование изделия: Каша гречневая рассыпчатая

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
Крупа гречневая	46	46	69	69
Вода	68	68	103	103
Масса каши		97		145
Масло коровье сладкосливочное	3	3	5	5
Выход с маслом		100		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
3	4,27	14,6	175,33	16,62	1,6	0,04	0,05	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	6,4	21,9	263	24,93	2,4	0,06	0,07	0

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. Масло коровье сладкосливочное предварительно подвергается термической обработке (растапливается и доводится до кипения). При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным маслом сливочным.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом.

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Вкус: свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов соответствии с рецептурой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 68**Наименование изделия: Компот из апельсиновой с яблоками**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений

Компот из апельсинов с яблоками

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б	Ж	У	
Апельсины	44, 3 / 53, 1	30 / 36				
Яблоки	31, 5 / 37, 8	22, 5 / 27				
Сахар	15 / 18	15 / 18				
Вода	90 / 108	90 / 108				
Итого:			0, 3/ 0, 3	----	22, 5/27,1	86 / 104

Выход: 150 / 180

Технология приготовления: Яблоки перебирают, удаляют сердцевину, нарезают тонкими ломтиками. Сердцевины яблок, цедру апельсинов заливают водой и варят 7 - 10 мин, процеживают. Очищенные апельсины нарезают острым ножом на ломтики. Подготовленные фрукты закладывают в кипящий фруктовый отвар, добавляют сахар, доводят до кипения, варят 2 - 3 минуты.

Температура подачи 14°C.

Требования к качеству: Вкус и запах кисло-сладкий, с ароматом яблок и апельсина. Цвет слабо-желтый, с оранжевым оттенком. Консистенция сиропа жидкая, с ломтиками вареных недеформированных яблок и кусочков апельсина.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 69
Наименование изделия: Компот из свежих яблок

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений

Компот из свежих яблок

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б	Ж	У	
Яблоки свежие	34 / 41	30 / 36				
Вода	129 / 155	129 / 155				
Сахар	11 / 13, 5	11 / 13, 5				
Кислота лимонная	0, 15/ 0, 18	0,15 / 0,18				
Итого:			0, 1/ 0, 1	----	14, 4/17,6	55 / 67

Выход: 150 / 180

Технология приготовления: Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Варят при слабом кипении *не* более 5 - 6 минут. Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения. Для сахарного сиропа: в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10 -12 минут и процеживают. Готовый компот охлаждают, разливают в стаканы, предварительно разложив туда ягоды. Температура выдачи 14°C. Требования к качеству: Вкус и запах кисло-сладкий с ароматом фруктов, из которых приготовлен компот. Цвет - светлый (для яблок), розовый (для черешни и вишни) различной степени интенсивности. Консистенция жидкая с наличием вареных плодов или ягод.

Технологическая карта 14-А

Наименование изделия: Картофель отварной с соленым огурцом

Наименование сборника рецептур:

Коровка Л.С. "Сборник технологических нормативов,

рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений"Г.

Пермь 2004г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Масло сливочное	3	3
Картофель	127	89
Соленый огурец	40	24
Выход:	85	24

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,17	2,418	14,88	86,57	9,26	0,807	0,107	0,065	18,33

Технология приготовления: Очищенный картофель заливают горячей водой, солят и варят при небольшом кипении 20 минут, закрыв крышкой. Отвар сливают, картофель обсушивают, поливают растопленным сливочным маслом. Используют в качестве гарнира или как самостоятельное блюдо. Соленый огурец нарезается кружочками.

Технологическая карта 66

Наименование изделия: **Чай с лимоном.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Чай-заварка	50	50
Вода	150	150
Сахар	15	15
Лимон	8	7
Выход:	200	

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал	
0,1	0,0	15,2	61	2,8

Технология приготовления: В горячую кипяченую воду добавляют заварку чая, кладут сахар, нарезанный ломтиками лимон, настаивают 20-25 мин.

Температура подачи: 65°C.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Аромат и вкус напитка характерный для сорта чая, имеет привкус лимона. Прозрачный. Цвет коричневый.

Если чай не прозрачен и тускло-коричневого цвета, значит, он неправильно заварен.

Технологическая карта № 89
Наименование изделия: **Гуляш из отварного мяса**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка)	121	89	132	97
Масса отварного мяса		55		60
Морковь	23	18	25	20
Лук репчатый	11	9,2	12	10
Томатное пюре	4,8	4,8	5,25	5,25
Масло сливочное	3,7	3,7	4	4
Мука пшеничная	2,8	2,8	3	3
Овощной отвар или вода		37		40
Соус сметанный:		55		60
Сметана	13,8	13,8	15	15
Мука пшеничная	4,1	4,1	4,5	4,5
Вода или отвар	41	41	45	45
Масса белого соуса		41		45
Соль		0,44		0,48
Масса гуляша		110		120
Выход		110		120

Химический состав данного блюда на 110 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
14,14	11,4	3,63	173,25	0,55

Химический состав данного блюда на 120 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
15,42	12,41	3,96	189	0,6

Технология приготовления гуляша. Отварное мясо нарезают кубиками, соединяют с припущенной морковью, мелко нашинкованным бланшированным репчатым луком, с томатным пюре (для второй возрастной группы), заливают водой, добавляют соль и тушат 10-15 минут. На отваре или воде готовят соус, которым заливают мясо и доводят до кипения.

Отпускают с соусом, в котором тушилось мясо.

Гарниры- каши рассыпчатые, картофель отварной, овощи отварные, пюре картофельное. **Требования к качеству:** Внешний вид: небольшие порционные кусочки политы соусом, гарнир расположен сбоку. Консистенция: мяса – сочная, мягкая. Цвет: мяса – светло-серый, свойственный овощам и соусу. Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Технологическая карта: 14-г

Наименование блюда: **Макароны отварные с маслом сливочным**

	1-3 года		3-7 лет	
	Брутто г.	Нетто г.	Брутто г.	Нетто г.
Макаронные изделия	35,0	35,0	50,6	50,6
Масса отварных макарон		114,0		190,0
	6,0	6,0	8,0	8,0
95	0,75	0,75	1,0	1,0
Масло сливочное несоленое		169,5		226
4,0				
4,0				
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия				
масса полуфабриката				
т/о –				
11% 113т/о-11%				
Выход	150		200	

1- 3 года

Наименование	Пищевые вещества			витамины			Минеральн вещ		энерг
	белки	жиры	углев	B1	B2	C	Ca	Fe	ккал
Макаронные изделия	3.36	6.9	18.27	0.04	0.02	-	8.18	0.55	149.1

3-7 лет

Наименование	Пищевые вещества			витамины			Минеральн вещ		энерг
	белки	жиры	углев	B1	B2	C	Ca	Fe	ккал
Макаронные изделия	4,48	9,2	24,36	0,05	0,026	-	10,91	0,73	198,8

Способ приготовления:

Макаронные изделия засыпать, помешивая, в кипящую подсоленную воду (1 л воды на 100 г продукта), и отварить до готовности. Готовые макароны откинуть на сито, дать стечь воде, затем заправить растопленным сливочным маслом (1/2 часть от рецептурной нормы), перемешать.

Срок реализации не менее 30 минут с момента приготовления.

Технологическая карта 53-6 Наименование изделия: Сырники из творога

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	100	99	136	135
Яйца	1/10 шт.	4	1/8 шт.	5
Сахар	11	11	15	15
Мука пшеничная	15	15	20	20
Масса полуфабриката		125		170
Масло коровье сладкосливочное	3	3	5	5
Масса готовых сырников		110		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
6,34	7,2	22,68	281,1	182,53	0,82	0,07	0,22	0,31

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
11,2	12,69	40,2	498,3	249,46	1,11	0,1	0,3	0,43

Технология приготовления

Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке: I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды; II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах; III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока ДО.

В протертый творог добавляют 2/3 муки от указанной в рецептуре, сырые яйцо, 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 +60...+65° 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 № 7-6

Наименование изделия: Суп молочный с крупой

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептурных блюд ДОУ 2011г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	ясли	сад	ясли	Сад
	Брутто, г		Нетто, г.	
Молоко сухое			13	17
Вода			137	183
Крупа рисовая или манная или гречневая, перловая, пшено			9	12
перловая, пшено			12	16
Сахар			1,2	1,6
Масло сливочное			1,5	2
Выход:			150	200

Химический состав данного продукта

	Пищевые вещества				Мин. Вещества мг.		Витамины, мг.		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
Ясли	3,61	3,9	12,63	99,3	118,5	0,18	0,04	0,15	0,68
сад	4,82	5,20	16,84	132,4	158	0,25	0,06	0,20	0,91

Технология приготовления: Подготовленную крупу варят в подсоленной воде до полуготовности 10-15 минут. Затем добавляют горячее молоко, кладут соль, сахар и варят до готовности.

Перловую крупу можно варить до готовности (соотношение воды и крупы 6:1) затем откидывают и закладывают и смесь молока и воды, доводят до кипения кладут соль, сахар.

Манную крупу предварительно просеивают, всыпают тонкой струйкой в кипящую смесь молока и воды, кладут соль, сахар и варят 5-7 минут до готовности.

Суп заправляют прокипяченным сливочным маслом.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: цвет белый или кремовый.

Консистенция: однородная, мягкая.

Запах: кипяченого молока со слабовыраженным запахом крупы.

Технологическая карта 67

Наименование изделия : **Какао с молоком**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Какао-порошок	3	3
Молоко	100	100
Вода	110	110
Сахар	20	20
Выход:	200	

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.ценность, ккал	

3,6	3,3	25,0	144	1,3
-----	-----	------	-----	-----

ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ : Какао - порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко , остальной кипятком , и доводят до кипения.

ТЕМПЕРАТУРА ПОДАЧИ: 65*С

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ : не более одного часа с момента приготовления

ТРЕБОВАНИЯ К КАЧЕСТВУ: цвет напитка — светло - коричневый с красноватым оттенком, вкус и запах свойственный какао, сладкий.

Технологическая карта 5-С

Наименование изделия : Салат из отварной свеклы с растительным маслом

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	87	87
<i>или</i> Свекла столовая свежая		
до 01.01	108,8	87
с 01.01	116	87
Кислота лимонная	0,1	0,1

Масло подсолнечное рафинированное	10	10
Соль поваренная «Экстра»	0,5	0,5
Выход:	-	100

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, г		
Белки	Жиры	Углеводы
1,31	9,99	7,66

Минеральные вещества, мг			
Ca	Mg	P	Fe
34,03	19,14	37,61	1,23

Витамины, мг					
A	B1	B2	PP	C	E
0	0,02	0,03	0,17	8,7	4,4

Энергетическая ценность (ккал)
126,44

Технология приготовления: очищенную сырую свеклу тщательно промывают, отваривают до готовности с добавлением кислоты лимонной 2%-ной (для приготовления 100 мл 2%-ного раствора кислоты лимонной к 98 мл воды кипяченой охлажденной добавляют 2 г кислоты лимонной, раствор тщательно перемешивают). Свеклу отварную охлаждают до температуры 8-10°C, нарезают соломкой (или натирают на терке), солят, перемешивают и заправляют подсолнечным маслом.

Температура подачи: 14±2°C.

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов, заправленного - не более 30 минут с момента приготовления (при температуре хранения 4±2°C).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 6-С

Наименование изделия : Салат из моркови с растительным маслом

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	94	94
или Морковь столовая свежая	117,5	94
Масло подсолнечное рафинированное	7	7
Выход:	-	100

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, г		
Белки	Жиры	Углеводы
1,22	7,09	6,49

Минеральные вещества, мг			
Ca	Mg	P	Fe
25,38	35,72	51,84	0,66

Витамины, мг						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	E	
0	0,06	0,07	0,94	3,29	1,57	95,83

Технология приготовления: морковь сырую очищенную промывают проточной водой в течение 5 минут, нарезают мелкой, тонкой соломкой, заправляют маслом растительным, перемешивают непосредственно перед подачей.

Температура подачи: 14±2°C.

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7-С

Наименование изделия : Салат из моркови и яблок с растительным маслом

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	38,3	38,3
или Морковь столовая свежая	47,9	38,3
Яблоки свежие	43,3	43,3
Масло подсолнечное рафинированное	8	8
Выход:	-	100

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, г		
Белки	Жиры	Углеводы
2,83	16,29	8,36

Минеральные вещества, мг			
Ca	Mg	P	Fe
33,76	44,78	74,4	1,53

Витамины, мг					
A	B1	B2	PP	C	E
0	0,09	0,05	0,67	5,14	4,67

Энергетическая ценность (ккал)
192,92

Технология приготовления: морковь промывают в проточной питьевой воде в течение 5 минут. Яблоки моют и удаляют семенные гнезда. Морковь и яблоки нарезают соломкой. Подготовленные морковь и яблоки соединяют и заправляют растительным маслом перед подачей, порционируют.

Температура подачи: 14±2°C.

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8-С

Наименование изделия : Салат из свеклы и яблок с маслом растительным

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Свекла свежая очищенная полуфабрикат или Свекла столовая свежая	85 106,2	85 85
Масса вареной свеклы:	-	80,75
Яблоки свежие	14,8	13
Кислота лимонная	0,01	0,01
Масло подсолнечное рафинированное	7	7
Соль поваренная «Экстра»	0,25	0,25
Выход:	-	100

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, г		
Белки	Жиры	Углеводы
1,29	7,12	8,16

Минеральные вещества, мг			
Ca	Mg	P	Fe
31,96	18,56	35,56	1,43

Витамины, мг					
A	B1	B2	PP	C	E
0	0,02	0,03	0,2	5,67	1,31

Энергетическая ценность (ккал)
102,6

Технология приготовления: очищенную свеклу тщательно промывают, отваривают до готовности с добавлением кислоты лимонной. Свеклу отварную охлаждают до температуры 8-10°C, мелко шинкуют соломкой. Яблоки свежие тщательно промывают в условиях цеха первичной обработки овощей (овощного цеха), а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах, удаляют семенные гнезда, нарезают соломкой,

соединяют со свеклой, добавляют соль, заправляют маслом растительным, перемешивают.

Температура подачи: $14\pm 2^{\circ}\text{C}$.

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов (при температуре хранения $4\pm 2^{\circ}\text{C}$), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 9-С

Наименование изделия : Салат из свежих огурцов с растительным маслом

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Огурцы свежие	92,6	88
Петрушка (зелень)	1,35	1
Масло подсолнечное рафинированное	12	12
Соль поваренная «Экстра»	0,25	0,25
Выход:	-	100

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, г		
Белки	Жиры	Углеводы
0,74	12,08	2,36

Минеральные вещества, мг			
Ca	Mg	P	Fe
22,69	13,17	38,15	0,55

Витамины, мг					
A	B1	B2	PP	C	E
0	0,03	0,04	0,18	10,3	2,16

Энергетическая ценность (ккал)
120,69

Технология приготовления: огурцы перебирают, промывают в проточной воде небольшими партиями в течение 5 мин, отрезают место крепления плодоножки с частью мякоти, нарезают кружочками. Перед отпуском огурцы солят, заправляют растительным маслом, посыпают обработанной нашинкованной зеленью петрушки.

Температура подачи: 14±2°C.

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10-С

Наименование изделия : Салат из помидоров с растительным маслом

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Помидоры	94	80
Лук зеленый	7,5	6
Масло подсолнечное рафинированное	15	15
Соль поваренная «Экстра»	0,25	0,25
Выход:	-	100

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, г		
Белки	Жиры	Углеводы
0,95	15,15	3,19

Минеральные вещества, мг			
Ca	Mg	P	Fe
17,06	16,88	22,4	0,77

Витамины, мг					
A	B1	B2	PP	C	E
0	0,05	0,04	0,41	19,58	3,18

Энергетическая ценность (ккал)
155,01

Технология приготовления: помидоры и зеленый лук промывают под проточной водой дважды. У помидоров удаляют место прикрепления плодоножки с частью мякоти. Подготовленные помидоры нарезают тонкими ломтиками, лук шинкуют. Помидоры и лук раскладывают на порции, добавляют соль и масло растительное непосредственно перед подачей.

Температура подачи: 14±2°C.

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технологическая карта № 58-А

Наименование изделия: Оладьи со сгущенным молоком, маслом, джемом, сахаром

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов		Пищевые вещества			Энерг. Ценность, ккал	Витамин С
	Брутто, г	Нетто, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г		
Тесто для оладий		176					
Мука пшеничная	85	82					
Яйца	1/10	4					
Вода	85	85					
Дрожжи прессованные	2,5	2,5					
Сахар	3	3					
Соль	1,5	1,5					
Масло растительное	9	9					
Масса готовых оладий		150					
Масло сливочное	10	10					
Или джем или повидло	15,2	15					
Или сахар	15	15					
Или сгущенное молоко	15,2	15					
Выход с маслом сливочным		160					
Выход с джемом или повидлом		165					
Выход с сахаром		165					
Выход со сгущенным молоком		165					
Итого			9,35	8,63	81,39	440,63	

Технология приготовления

Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке: I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды; II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах; III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока ДО.

В небольшом количестве воды растворяют соль и сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до 35° С, добавляют просеянную муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы. Тесто оставляют в теплом месте на 3-4 часа. Во время брожения тесто 1-2 раза обминают. Выпекают на хорошо разогретых сковородах, оладьи выпекаются в духовом или жарочном шкафу при температуре 180-200 С в течение 8-10 мин, подают с маслом, джемом или повидлом, сахаром, сгущенным молоком.

Температура подачи блюда 65°С

Требования к качеству

Внешний вид: форма «лодочки», форма не расплывчатая.

Консистенция: пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: поверхности - золотистый.

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого теста, приятный, без излишней кислоты.

Технологическая карта № 66-а

Наименование изделия: Чай с сахаром

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов		Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Вита мин С
	Брутто, г	Нетто, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г		
Чай-заварка		50					
Чай высшего или 1- го сорта	1	1					
Вода		52					
Вода	150	150					
Сахар	15	15					
Выход		200					
Итого			0,12	-	12,04	48,64	

Технология приготовления

Емкость для заварки ополаскивают кипятком, насыпают сухой чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1-3 объема емкости, настаивают 5-10 минут, накрыв крышкой, после чего процеживают, добавляют сахар и доливают кипятком до требуемого объема, настаивают еще 5 мин.

Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Не следует смешивать сухой чай с заваренным.

Температура подачи 75°C

Требования к качеству

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

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, чуть терпкий

Запах: соответственный чаю

Технологическая карта № 66-Б
Наименование изделия: Чай с молоком

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г		нетто, г	
	150	180	150	180
Чай – заварка	20	30	20	30
Сахар	7	10	7	10
Молоко	92	92	90	90
Вода	40	60	40	60
Выход:			150	180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер, вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,65	2,33	11,31	77	112,0	0,28	0,04	0,14	1,19
2,67	2,34	14,31	89	113,9	0,37	0,04	0,14	1,20

Технология приготовления: к приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко или сливки

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость серовато – белого цвета

Консистенция: жидкая

Цвет: серовато – белый

Вкус: сладкий с привкусом молока

Запах: свойственный молоку и чаю

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 18-Б

Наименование изделия: Печень говяжья по-строгановски

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений

Печень говяжья по-строгановски

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б	Ж	У	
Печень говяжья	106/124	88 /103				
Масло растительное	8 / 9	8 / 9				
Или масло сливочное	9 / 11	9 / 11				
Масса жареной печени		60 / 70	15,2/17,7	13,3/15,2	---	180 / 207
Соус сметанный	40 / 40	40 / 40	0,5	4,8	1,5	51
Итого:		100/110	15,7/18,2	18,1/20	1,5/1,5	231 / 258

Выход: 100 / 110

Технология приготовления: Зачищенную от пленок говяжью печень нарезают тонкими брусочками 3 х 3 х 35 мм, посыпают солью, укладывают тонким слоем и припускают с добавлением жиров 10-15мин , помешивая, заливают сметанным соусом и кипятят 5 - 7 минут.

Отпускают с гарниром и соусом. ,

Требования к качеству: Печень сохранила форму нарезки, на разрезе серого цвета, мягкая. Соус однородный, белого цвета, без посторонних привкусов и запахов.

Технологическая карта № 16-Г

Наименование кулинарного изделия (блюда): РИС ОТВАРНОЙ

Наименование сборника рецептов: «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников», под ред. Могильного М.П., 2007 г.

1. Область применения

Настоящая технологическая карта распространяется на рис отварной, вырабатываемый МКП «Комбинат питания здоровое детство» и реализуемый в общеобразовательных учреждениях.

2. Требования к сырью

Продовольственное сырье, пищевые продукты, используемые для приготовления, должны соответствовать требованиям действующих нормативных и технических документов, иметь сопроводительные документы, подтверждающие их безопасность и качество (сертификат соответствия, санитарно-эпидемиологическое заключение, удостоверение безопасности и качества и пр.).

3. Рецепт

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		100 порций	
	брутто, гр.	нетто, гр.	брутто, кг.	нетто, кг.
Рис	36,0	36,0	3,60	3,60
Масло сливочное	4,5	4,5	0,45	0,45
Соль	5,0	5,0	0,5	0,5
Выход	100,0		10,0	

4. Химический состав, витамины и микроэлементы

В 100 граммах данного блюда содержится											
Пищевые вещества г.							Минеральные вещества мг.				
Белки		Жиры		Углеводы			Ca	Mg	P	Fe	
5,82		9,74		50,0			93,84	76,81	261,39	2,39	
Витамины											
A, мг.	B1, мг.	B2, мг.	B5, мг.	B 6, мг.	B9, мкг.	B12, мкг.	C, мг.	D, мкг.	E, мг	H, мкг.	PP, мг
0,09	0,39	0,08	-	0,39	27,69	-	-	0,01	1,0	9,49	3,01

Энергетическая ценность (ккал) на 100 гр. данного блюда: 298,47

5. Технологический процесс Рис перебирают, промывают. Подготовленный рис кладут в кипящую подсоленную воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют прокипяченным сливочным маслом, перемешивают и прогревают.

6. Требования к оформлению, реализации и хранению

Подают рис на гарнир, а также для приготовления фаршей. Температура подачи +65°C. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Срок годности согласно СанПиН 2.4.5.2409-08 – 2 часа с момента приготовления. Подогрев остывших ниже температуры раздачи готовых горячих блюд не допускается.

6.1. Органолептические показатели качества: Внешний вид — рис не разварен, консистенция не слипшаяся. Цвет — характерный для рецептурных компонентов. Вкус и запах — запах свойственный отварной риса и сливочного масла, вкус характерный для рецептурных компонентов, без посторонних привкусов и запахов.

Технологическая карта: 70
Кофейный напиток с молоком сгущенным

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	с 1-3 лет Нетто (Брутто), г	с 3-7 лет Нетто (Брутто), 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

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.

Химический состав данного блюда	с 1-3 лет	с 3-7 лет
<i>Пищевые вещества</i>		
Белки, г	1,7	2
Жиры, г	1,92	2,3
Углеводы, г	14,2	17
Энерг. ценность, ккал	85	102
<i>Минер. вещества, мг Витамины, мг</i>		
Ca	107,5	107,5
Fe	0,08	0,08
B1	0,02	0,02
B2	0,02	0,02
C	0,35	0,35

Технологическая карта № 7-В

Наименование изделия: Каша гречневая вязкая с сахаром

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	брутто, г		нетто, г	
	150	200	150	200
Крупа гречневая	37	50	37	50
Молоко	100	130	100	130
Вода	50	70	50	70
Сахар	4	5	4	5
Масло сливочное	4	5	4	5
Выход:			150/4	200/5

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер, вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,67	4,86	20,94	146,0	9,2	2,48	0,11	0,06	-
6,21	5,28	27,90	184,0	12,1	3,30	0,15	0,08	-

Технология приготовления: Вязкую кашу готовят на молоке, с добавлением воды.

Подготовленную крупу всыпают в кипящую жидкость, добавляют соль, сахар и варят периодически помешивая, пока каша не загустеет. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, разваренные, каша выложена горкой, сохранила форму

Консистенция: однородная, вязкая, зерна мягкие, без комков

Цвет: свойственный данному виду крупы

Вкус: с выраженным вкусом крупы

Запах: свойственный данному виду крупы.

Технологическая карта № 66-Б
 Наименование изделия: Чай со сгущенным молоком

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
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,6	0,6
Вода	40	40	50	50
Чай-заварка		40		50
Сахар	9	9	12	12
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	42	42	50	50
Вода	68	68	80	80
Выход с сахаром		150/9		180/12

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
0,67	0,83	11,25	46,67	50,29	1,14	0,02	0,06	0,54

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
0,8	1	13,5	56	60,35	0,09	0,02	0,07	0,65

Технология приготовления

К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость - серовато-белого цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: серовато-белый.

Вкус: сладкий, с привкусом молока или сливок.

Запах: свойственный молоку и чаю или сливкам и чаю

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 53-В
Наименование изделия: Запеканка из творога

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений

Запеканка из творога

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б	Ж	У	
Творог	114/ 57	112, 5/56				
Мука	11/ 5. 5	11/ 5. 5				
Яйца		8/ 4				
Сахар	11/ 5. 5	11/ 5. 5				
Изюм	15, 4/ 7. 7	15/ 7. 7				
Масло сливочное	4, 5/ 2. 25	4, 5/ 2. 25				
Сухари	3, 7/ 1. 85	3, 7/ 1. 85				
Сметана	3, 7/1. 85	3, 7/ 1. 85				
Масса готового блюда		150/ 75	21, 7/ 10. 9	15, 7 / 7. 85	31, 5 / 15. 8	349 / 174. 5
Итого:			23 / 12. 2	18. 6/ 10. 75	39. 7/ 24. 0	411 / 236. 5

Выход: 200 / 125

Технология приготовления: В протертый творог добавляют муку, яичные желтки, растертые с сахаром, перебранный и промытый в теплой воде ошпаренный и обсушенный изюм, ванилин, соль перемешивают. Затем вводят в массу взбитые яичные белки, взбивая массу (сверху вниз), раскладывают в противень или формы, смазанные маслом, слоем 3 - 3,5 см поверхность смазывают сметаной с сахаром . Запекают в жарочном шкафу при температуре 200С 15-20 мин. Готовность определяют по изменению плотности ,консистенции. Если масса отделилась от стенок, значит температура внутри изделия больше 80С. Если творог сухой, в массу добавляют молоко (20г на выход), соответственно увеличивая выход или уменьшая закладку творога.

Отпускают, поливая сладким молочным или фруктовым соусом.

Температура подачи 65°С.

Требования к качеству: Поверхность пудинга без трещин, консистенция нежная, пышная, без комочков не промешанных продуктов. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

Технологическая карта № 17-Г

Наименование изделия: Макароны изделия отварные с овощами

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., 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
Макаронные изделия группы А	29	29	44	44
Вода	176	176	264	264
Масса отварных макаронных изделий		83		125
Масло коровье сладкосливочное	2	2	3	3
Морковь				
До 1 января	18	14	26	21
С 1 января	19	14	28	21
Лук репчатый	10	8	15	13
Томат-пюре	5	5	8	8
Масло коровье сладкосливочное для пассерования	3	3	5	5
Масса пассерованных овощей		20		30
Выход		100		150

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 лет, для детей 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
3,56	4,64	20,97	135,33	9,75	0,05	0,04	0,01	3,97

5,34	6,96	31,45	203	14,63	0,07	0,06	0,02	5,95
------	------	-------	-----	-------	------	------	------	------

Технология приготовления

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

Макаронные изделия варят в большом объеме воды (в соотношении не мене 1:6) в кипящей подсоленной воде (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу 20-25 мин, вермишель 10-12 мин. Поверяют на готовность на разрезе - не должно быть прослойки непроверенной муки. Готовые макаронные изделия не промывают, откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3 - 4 см, заправляют растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом, добавляют пассерованные с томатом овощи, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160° С 5 минут.

Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук нарезают полукольцами, затам бланшируют. Овощи слегка пассеруют со сливочным маслом (можно с добавлением овощного отвара), затем добавляют томат-пюре и пассеруют еще 1-2 минуты. Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: макароны с овощами уложены горкой, сохранили форму, легко отделяются друг от друга.

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная. *Цвет:* овощей - оранжевый, на разрезе - белый.

Технологическая карта № 3-А
Наименование изделия: Сельдь с луком репчатым

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	55	34	73	46
Лук репчатый	10	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
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

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

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

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: сельдь нарезана на одинаковые кусочки, поверх сельди уложен лук репчатый. Сельдь полита луком репчатым

Консистенция: сельди - нежная.

Цвет: приятный.

Вкус: сельдь в сочетании с репчатым луком и маслом растительным.

Запах: сельдь в сочетании с репчатым луком и маслом растительным.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 56-А

Наименование изделия: Булочка с сосиской

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений

Булочка с сосиской

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б	Ж	У	
Тесто дрожжевое:		54,1/46,4				
Мука пшеничная	34, 8/ 30	34, 8/ 30				
Сахар	1, 9/ 1, 6	1, 9/ 1, 6				
Масло сливочное	1, 5/ 1, 3	1, 5/ 1, 3				
Яйца		1, 75/1, 5				
Соль	0, 6/ 0, 5	0, 6/ 0, 5				
Дрожжи прессованные	1, 0/ 0, 9	1, 0/ 0, 9				
Вода	14/ 12	14/ 12				
Мука на подпыл	1, 6/ 1, 4	1, 6/ 1, 4				
Сосиски	35,3/30,3	35/ 30				
Яйцо на меланж	4					
Масло растительное для смазки листов	0, 2 / 0, 2	0, 2/ 0, 2				
Итого:			8, 26/7, 1	3, 07/2, 6	48,8/41,8	255, 58/ 219,06

Выход 70 / 60

Технология приготовления: Дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на подпыленный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1 -1,5кг, закатывают его в жгут и делят на куски массой 46г. Укладывают ½ сосиски без оболочки, формируют в виде булочки. Выкладывают на смазанный противень швом вниз.

После полной расстойки булочки смазывают меланжем и выпекают при температуре 230 -240°C 6 - 8 минут.

Требования к качеству: Форма булочек круглая, хорошо сохранена. Поверхность глянцевая, цвет корочки золотистый, до светло-коричневого. Вкус сладковатый, в меру соленый, с ароматом, свойственным колбасным изделиям.

Технологическая карта № 40-А
Наименование изделия: Суфле из рыбы

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
Рыба тресковых пород	140	124	140	124
Яйца	1/3 шт.	13	1,3 шт.	13
Соус молочный для запекания:		20		20
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	15	15	15	15
Вода или бульон	3	3	3	3
Мука пшеничная	3	3	3	3
Масло коровье сладкосливочное	3	3	3	3
Масса полуфабриката		75		75
Масло коровье сладкосливочное на смазку	1	1	1	1
Масса готового суфле		70		70
Масло коровье сладкосливочное	5	5	5	5
Выход		70/5		70/5

Химический состав данного блюда (для детей с 1-3 \ 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
7,5	11,2	3,42	250,3	31,96	1,4	0,1	0,08	0,09
7,5	11,2	3,42	250,3	31,96	1,4	0,1	0,08	0,09

Технология приготовления

Тушки рыбы промывают проточной водой и укладывают разрезом вниз для стекания воды. Для обработки сырой птицы выделяют отдельные столы, разделочный и производственный инвентарь.

Подготовленную рыбу отваривают целиком, отделяют мякоть. Мякоть вареной рыбы дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой, нагревают при помешивании до температуры 100° С в течение 5 минут, охлаждают до температуры 50° С. В массу вводят соус молочный средней густоты, хорошо взбивают деревянной веселкой, затем вводят размягченное сливочное масло, желтки и взбитые в густую пену белки. Слегка вымешивают снизу вверх и варят при температуре 220-250° С на пару 25-30 мин. Готовность определяют по уплотнению массы, она отделяется от стенок формы или противня.

Для приготовления соуса молочного: горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7-10 минут.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: суфле пышное, без корочки на поверхности (паровое) или негрубая корочка (зепеченное), полито маслом. *Консистенция:* нежная, пористая. *Цвет:* беловато-серый. *Вкус:* отварной рыбы, с привкусом молока. *Запах:* отварной рыбы.

