



Утверждаю
Заведующий МДОБУ
«Детский сад «Теремок»
Е.В.Старовойтова

Приказ №

от « 11 » ноября 2021г

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ БЛЮД МДОБУ «Детский сад «Теремок»

№ТК	Наименование изделия
БУТЕРБРОДЫ	
1	Бутерброды с маслом
2	Бутерброды с джемом или повидлом
3	Бутерброды с сыром
4	Бутерброд с молоком сгущенным
ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ ТОВАРЫ ПОРЦИЯМИ	
5	Батон нарезной
6	Хлеб пшеничный
7	Хлеб ржаной
8	Овощи натуральные
9	Рыба соленая (порциями)
10	Колбаса порциями
САЛАТЫ	
11	Салат из горошка зеленого консервированного
12	Салат из свежих огурцов
13	Салат из свежих помидоров с зеленым луком
14	Салат из свежих помидоров и огурцов
15	Салат из свежих овощей с яблоками
16	Салат из белокочанной капусты
17	Салат из картофеля с зеленым горошком «Зимний»
18	Салат из морской капусты
19	Салат из свеклы
20	Салат из моркови и яблок
21	Винегрет овощной
22	Салат из соленых огурцов с луком
23	Икра кабачковая (промышленного производства)
СУПЫ	
24	Борщ с капустой и картофелем
25	Свекольник
26	Щи из свежей капусты с картофелем
27	Рассольник ленинградский
28	Суп картофельный с крупой
29	Суп картофельный с мясными фрикадельками
30	Суп рыбный из консервов
31	Суп крестьянский с крупой
32	Суп-лапша домашняя
33	Суп молочный с крупой

34	Суп молочный с макаронными изделиями
35	Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы
КАШИ	
36	Каша гречневая рассыпчатая
37	Каша гречневая молочная жидкая
38	Каша манная молочная жидкая
39	Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая
40	Каша пшенная молочная жидкая
41	Каша рисовая молочная жидкая
42	Каша вязкая
43	Каша из круп вязкая
БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ	
44	Макаронные изделия отварные с маслом
45	Макароны отварные с сыром
46	Макароны, запеченные с сыром
БЛЮДА ИЗ ЯИЦ	
47	Яйца вареные
БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА	
48	Вареники ленивые
49	Пудинг из творога (Запеченный)
50	Запеканка из творога
51	Запеканка из творога с морковью
52	Сырники из творога запеченные
53	Пудинг из творога с яблоками
54	Творожники песочные
БЛЮДА ИЗ РЫБЫ	
55	Рыба, припущенная с овощами
56	Рыба, тушенная в томате с овощами
57	Котлеты рыбные любительские
БЛЮДА ИЗ МЯСА, КУРИЦЫ, КРОЛИКА	
58	Голубцы с мясом говядины(ленивые)
59	Пельмени отварные с маслом сливочным
60	Гуляш из отварного мяса
61	Жаркое по-домашнему
62	Котлеты, биточки, шницели рубленые
63	Тефтели из говядины с рисом («ёжики»)
64	Фрикадельки мясные
65	Птица или кролик отварные
66	Птица, тушенная в соусе с овощами
67	Печень, тушенная в соусе
68	Плов из отварной говядины
69	Плов из отварной птицы
ГАРНИРЫ	
70	Каша вязкая
71	Пюре картофельное
72	Макаронные изделия отварные с маслом
73	Рагу овощное с мясом
74	Капуста тушенная
75	Пюре из гороха с маслом

76	Рис отварной
СОУСЫ	
77	Заправка для салатов
78	Соус белый основной
79	Соус томатный
80	Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)
81	Соус молочный сладкий
82	Соус сметанный
83	Соус яблочный
84	Соус шоколадный
СЛАДКИЕ БЛЮДА	
85	Плоды и ягоды свежие
86	Апельсины, мандарины с сахаром
КОМПОТЫ	
87	Компот из смеси сухофруктов
88	Компот из свежих плодов и ягод
89	Компот из апельсинов или мандаринов
90	Кисель из концентрата плодового или ягодного
НАПИТКИ	
91	Чай-заварка
92	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом
93	Чай с лимоном
94	Чай с молоком или сливками
95	Кофейный напиток с молоком
96	Какао с молоком
97	Напиток из плодов шиповника
98	Соки овощные или ягодные
99	Молоко кипяченое
100	Кисломолочные напитки
ТЕСТО	
101	Тесто дрожжевое
102	Тесто дрожжевое сдобное
ФАРШИ	
103	Фарш из свежей капусты
104	Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников)
105	Фарш яблочный
МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ	
106	Блинчики с джемом
107	Ватрушки
108	Ватрушки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем (фарш творожный)
109	Сдоба обыкновенная
110	Булочка ванильная
111	Булочка домашняя
112	Плюшка
113	Вафли
114	Печенье
115	Пряники

I - Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

II - Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

III - 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.

БУТЕРБРОДЫ

Технологическая карта № 1

Наименование изделия: Бутерброды с маслом

Номер рецептуры: 107, 108, 125, 119, 122

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Масло сливочное	5	5	5	5
или шоколадное	5	5	5	5
или фруктовое	5	5	5	5
Хлеб пшеничный	15	15	20	20
или батон нарезной	15	15	20	20
Выход		15/5		20/5

Химический состав данного блюда на 15/5 гр с хлебом пшеничным:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,17	4,25	7,42	72,65	0

Химический состав данного блюда на 20/5 гр с хлебом пшеничным:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,55	4,29	9,88	84,4	0

Химический состав данного блюда на 15/5 с батоном гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,15	4,56	7,75	76,7	0

Химический состав данного блюда на 20/5 с батоном гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,53	4,71	10,32	89,8	0

Технология приготовления: Хлеб намазывают маслом

Требования к качеству: Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом.

Консистенция: хлеба – мягкая, масла – мажущаяся. Цвет: соответствует виду масла.

Вкус: соответствует виду масла.

Запах: масла в сочетании со свеж хлебом.

Технологическая карта № 2**Номер рецептуры 2.****Наименование изделия:** Бутерброды с джемом или повидлом**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование полуфабрикатов	и	1-3 года		3-7 лет	
		Масса, г			
		брутто	нетто	брутто	нетто
Джем или повидло		-	-	20,0	20
Масло сливочное		-	-	5	5
Хлеб пшеничный		-	-	30	30
Выход		-	-	-	50

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	Ca	Fe
Сыр российский									
2,51	0,04	3,93	28,88	161	0,48	0,05	0,03	10,5	0,69

Технология приготовления

Хлеб намазывают маслом, а затем повидлом или джемом.

Требования к качеству*Внешний вид:* ровные ломтики хлеба, намазанные маслом и повидлом или джемом*Консистенция:* хлеба- мягкая, повидла или джема- не растекающаяся*Цвет:* повидла или джема*Вкус:* повидла или джема с хлебом*Запах:* повидла или джема в сочетании со свежим хлебом

Технологическая карта № 3**Номер рецептуры 3.****Наименование изделия: Бутерброды с сыром**

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сыр российский.	10,6	10,0	16	15
Масло сливочное	5	5	5	5
Хлеб пшеничный	30	30	30	30
Выход	-	45	-	50

Химический состав данного блюда на 45 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
Сыр российский									
4,73	2,36	6,88	14,56	139	0,07	0,05	0,05	96,1	0,71

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	Ca	Fe
Сыр российский									
6.68	3.52	8.45	19.39	180	0.11	0.07	0.08	142.4	0.96

Технология приготовления

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

Требования к качеству

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

Консистенция: мягкая

Цвет: сыра и хлеба

Вкус: сыра и хлеба

Запах: свойственный свежим продуктам

Технологическая карта №4

Наименование изделия: Бутерброд с молоком сгущенным

Номер рецептуры 9

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

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
Молоко сгущенное	10	10	15	15
Выход		20/10		30/15

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
2,24	1,01	15,27	81	34,7	0,24	0,03	0,02	0,1

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
3,36	1,51	22,9	120	52,05	0,36	0,04	0,03	0,15

Технология приготовления

Ломтик хлеба или батона намазывают молоком сгущенным.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба или батона, намазанные молоком сгущенным.

Консистенция: мягкая.

Цвет: хлеба (батона) и молока сгущенного

Вкус: молока сгущенного в сочетании со свежим хлебом (батонем).

Запах: молока сгущенного в сочетании со свежим хлебом (батонем).

ГАСТРОНОМИЧЕСКИЕ ТОВАРЫ ПОРЦИЯМИ

Технологическая карта № 5

Наименование изделия: Батон нарезной

Номер рецептуры: 125

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Батон нарезной	100	100
Выход		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,5	2,9	51,4	262	0

Химический состав данного блюда на 15 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,13	0,44	7,71	39,3	0

Химический состав данного блюда на 20 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,5	0,58	10,28	52,4	0

Технология приготовления:

Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству:

форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах батона нарезного.

Технологическая карта № 6**Наименование изделия: Хлеб пшеничный****Номер рецептуры: 122**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция		1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный формовой	20,0	20,0	30,0	30,0	50,0	50,0
Выход		20		30		50

Химический состав данного блюда на 15 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,14	0,12	7,38	35,25	0

Химический состав данного блюда на 20 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,52	0,16	9,84	47	0

Химический состав данного блюда на 30 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,28	0,24	14,76	70,5	0

Химический состав данного блюда на 40 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,04	0,32	19,68	94	0

Химический состав данного блюда на 50 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,8	0,4	24,6	117,5	0

Технология приготовления: Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах пшеничного хлеба.

Технологическая карта № 7**Наименование изделия: Хлеб ржаной****Номер рецептуры: 123**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб ржаной	40,0	40,0	50,0	50,0
Выход		40		50

Химический состав данного блюда на 30 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,98	0,36	10,02	52,2	0

Химический состав данного блюда на 40 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,64	0,48	13,36	69,6	0

Химический состав данного блюда на 50 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,3	0,6	16,7	87,0	0,0

Технология приготовления:

Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству:

Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах ржаного хлеба.

Технологическая карта № 8**Наименование изделия: Овощи натуральные****Номер рецептуры: 120****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	107	100
или огурцы свежие	105	100
Выход		100

Химический состав **помидор** на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,1	0,2	3,8	24	25

Химический состав **огурцов** на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,8	0,1	2,5	14	2,7

Технология приготовления: Огурцы и помидоры перебирают, промывают небольшими партиями в подсоленной (йодированной солью) или подкисленной воде. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском. У помидоров вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками.

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления.

Требования к качеству: огурцы и помидоры нарезаны кружочками или дольками. Консистенция огурцов – упругая, хрустящая, помидоров – мягкая. Цвет огурцов – зеленый, помидоров – красный. Вкус и запах, свойственный огурцам и помидорам.

Технологическая карта № 9**Номер рецептуры 8.****Наименование изделия: Рыба соленая (порциями)****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	Брутто	Нетто	Брутто	Нетто
Кета,	-	-	38	25
или семга,	-	-	35	25
или лосось каспийский, или балтийский или озерный.			38	25
или сельдь	52	25	52	25
Выход	-	25	-	25

Сельдь атлантическая среднесоленая

Химический состав данного блюда на 25 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
4,25	4,25	2,13	0,00	36,00	0,00	0,01	0,03	20,00	0,28

Технология приготовления

Рыбу разделяют на филе без кожи и костей, нарезают тонкими кусочками по 2-3 на порцию, или используют филе обесшкуренное без костей промышленного производства.

Требования к качеству*Внешний вид:* филе, нарезанное тонкими кусочками одинаковой формы*Консистенция:* мягкая, нежная*Цвет:* соответствует виду рыбы*Вкус:* соответствует виду рыбы*Запах:* соответствует виду рыбы

Технологическая карта № 10**Наименование изделия:** Колбаса порциями**Номер рецептуры** 9**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Колбаса вареная (в том числе из мяса птицы) для дошкольного и школьного питания	41	40	51	50
Выход	-	40	-	50

Колбаса вареная докторская

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
5,12	3,11	8,88	0,60	103,00	0,00	0,09	0,60	11,6	0,68

Технология приготовления

С колбасы удаляют шпагат, оболочку, очищают, нарезают поперек батона по 2-3 кусочка на порцию. Подготовленную колбасу кладут в подсоленную кипящую воду, и варят при слабом кипении 5-7 минут.

Отпускают как самостоятельное блюдо без гарнира.

Требования к качеству

Внешний вид: кружочки одинакового диаметра

Консистенция: мягкая, некрошащаяся

Цвет: соответствует виду колбасы

Вкус: соответствует виду колбасы

Запах: соответствует виду колбасы

САЛАТЫ

Технологическая карта № 11

Наименование изделия: Салат из горошка зеленого консервированного

Номер рецептуры № 10.

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Горошек зеленый консервированный	45	30
Масло растительное	3	3
Петрушка (зелень)	1	1
<i>Выход</i>	-	30

¹Масса подогретого горошка

Химический состав данного блюда на 30 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,93	0,00	1,62	2,0	26,12	3,4	0,03	0.015	67.03	0,21

Технология приготовления

Консервированный горошек прогревают в собственном соку, затем отвар сливают и отпускают с растительным маслом и мелко рубленой зеленью петрушки.

Рекомендуется для детей старшей возрастной группы.

Требования к качеству

Внешний вид: горошек сохранил форму, салат заправлен маслом, посыпан рубленой зеленью

Консистенция: сочная, плотная

Цвет: свойственный сорту горошка, зеленый - петрушки

Вкус: умеренно соленый, растительного масла, консервированного горошка, зелени петрушки

Запах: консервированного зеленого горошка, свежей зелени петрушки

Технологическая карта № 12**Наименование изделия:** Салат из свежих огурцов**Номер рецептуры** 13**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

<i>Наименование продуктов и полуфабрикатов</i>	<i>Масса, г</i>	
	<i>брутто</i>	<i>нетто</i>
<i>Огурцы свежие</i>	1188	950
<i>Масло растительное</i>	60	60
Выход	-	1000

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
7,60	0,00	60,89	23,82	673	95,00	1,02	0,47	186,6	6,57

Технология приготовления

Свежие огурцы очищают от кожицы, нарезают кружочками, ломтиками или мелко шинкуют.

Огурцы нарезают не ранее чем за 30-40 минут до отпуска.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: нарезанные огурцы уложены горкой, заправлены растительным маслом

Консистенция: форма нарезки сохраняется. Консистенция хрустящая

Цвет: свойственный сорту огурцов

Вкус: свойственный свежим огурцам, в меру соленый

Запах: огурцов и растительного масла

Технологическая карта № 13**Наименование изделия:** Салат из свежих помидоров с зеленым луком**Номер рецептуры** 14**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

<i>Наименование продуктов и полуфабрикатов</i>	<i>Масса, г</i>	
	<i>брутто</i>	<i>нетто</i>
Помидоры свежие	847	720
Лук репчатый	288	242
масса бланшированного репчатого лука	-	230
или лук зеленый	288	230
Масло растительное	60	60
<i>Выход</i>	-	<i>1000</i>

Химический состав данного блюда на 1000 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	Ca	Fe
10,91	0,00	61,61	34,72	737,00	249,00	0,48	0,52	330,8	8,78

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 № 14**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Помидоры свежие	30	24
Огурцы свежие	20	17
Лук зеленый	7	6
или лук репчатый	7	6
Масло растительное	3	3
<i>Выход</i>		<i>50</i>

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	Ca	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.

Масса бланшированного репчатого лука

Выход порции определяется возрастной группой.

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 № 15**Наименование изделия:** Салат из свежих овощей с яблоками**Номер рецептуры №17.****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Морковь	239	190
Огурцы свежие	300	240
Помидоры свежие	282	240
Яблоки	343	240
салат зеленый	75	50
масло растительное	50	50
<i>Выход</i>		<i>1000</i>

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
8,75	0,00	52,00	52,75	713,00	125,00	0,42	0,41	217,50	10,50

Технология приготовления

Морковь нарезают соломкой, припускают. Яблоки очищают, нарезают соломкой и припускают. Очищенные огурцы и подготовленные помидоры нарезают мелкими ломтиками и соединяют с морковью и яблоками, добавляют промытый и нарезанный салат. Продукты перемешивают. Салат перед отпуском заправляют растительным маслом и солью.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: морковь, яблоки и салат нарезаны мелкой соломкой, огурцы и помидоры - ломтиками. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: моркови и яблок - плотноватая, помидоров, огурцов, салата - плотная, хрустящая

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта № 16**Наименование изделия:** Салат из белокочанной капусты**Номер рецептуры №20.****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная	50	40
Лук зеленый	6	5
или морковь	6	5
Кислота лимонная	0,001	0,001
Вода кипяченая	5	5
Сахар	2	2
Масло растительное	5	5
<i>Выход</i>	-	<i>50</i>

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
0,704	0,00	2,54	4,50	43,7	16,22	0,013	0,017	18,68	0,25

Технология приготовления

Лимонную кислоту растворяют в кипяченой воде. Капусту и подготовленную морковь мелко шинкуют соломкой, добавляют соль (10г на 1 кг), раствор лимонной кислоты и нагревают при непрерывном помешивании не менее 2 минут при температуре 95-100 °С. Не следует перегревать капусту, так как она будет мягкой. Прогретую капусту с морковью охлаждают, смешивают с нашинкованным зеленым луком, добавляют сахар и растительное масло, перемешивают. Выход порции определяется возрастной группой.

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, зеленого лука или моркови с ароматом растительного масла

Технологическая карта № 17**Наименование изделия:** Салат из картофеля с зеленым горошком «Зимний»**Номер рецептуры № 25.****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса г,	
	брутто	нетто
Картофель	120	85
Морковь	35	30
Горошек зеленый консервированный	30	22
Лук зеленый или репчатый	10	8
Огурец солёный	40	32
Масло растительное	10	10
<i>Выход</i>		200

¹Масса отварного очищенного картофеля²Масса прогретого горошка зеленого консервированного

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	Ca	Fe
3,94	0,00	10,48	19,55	188,4	31,32	0,18	0,13	52,7	1,65

Технология приготовления

Отваренные в кожуре картофель и морковь очищают и нарезают мелкими ломтиками. Горошек зеленый консервированный прогревают и охлаждают. Огурцы очищают и нарезают мелкими ломтиками. Подготовленные продукты соединяют, заправляют маслом растительным и посыпают мелко нарезанным зеленым луком.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: картофель, морковь, огурцы нарезаны мелкими ломтиками, салат уложен горкой, сверху посыпан мелко нарезанным зеленым луком

Консистенция: слегка плотноватая, огурцов - хрустящая

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус: вареных овощей и свежего огурца

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта № 18**Наименование изделия:** Салат из морской капусты**Номер рецептуры:** 19**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
Морская капуста (консервированная)	35	35	46	46
Лук репчатый	8	7	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	B1	B2	C
0,41	3,81	0,68	55,5	16,13	2,25	0,02	0,03	16,13

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	B1	B2	C
0,55	5,08	0,91	74	21,5	3	0,02	0,04	1,92

Технология приготовления

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

Морскую капусту перемешивают с предварительно бланшированным луком репчатым.

Салат заправляют маслом растительным.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: салат уложен горкой.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: продуктов, входящих в блюдо.

Вкус: морской капусты, лука репчатого, в сочетании с растительным маслом.

Запах: морской капусты, лука репчатого, в сочетании с растительным маслом.

Технологическая карта № 19**Наименование изделия:** Салат из свеклы**Номер рецептуры № 33.****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Свекла	60	47
Масло растительное	3	3
<i>Выход</i>	-	50

¹Масса отварной очищенной свеклы

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
0,71	0,00	3,04	4,18	46,95	4,75	0,009	0,019	17,57	0,66

Технология приготовления

Отварную очищенную свеклу нарезают мелкой соломкой. При отпуске свеклу заправляют растительным маслом.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: свекла нарезана мелкой соломкой, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: темно-малиновый

Вкус: свойственный свекле и растительному маслу

Запах: свеклы и растительного масла

Технологическая карта № 20**Наименование изделия:** Салат из моркови и яблок**Номер рецептуры** 40.**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Морковь	25	18
Яблоки	15	12
Масло растительное	2	2
<i>Выход</i>	-	30

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
0,28	0,00	1,74	2,62	27,3	2,31	0,015	0,015	7,06	0,44

Технология приготовления

Подготовленную морковь нарезают мелкой соломкой, яблоки свежие с удаленным семенным гнездом нарезают мелкой соломкой. Подготовленные морковь и яблоки соединяют, прогревают при температуре 85 °С не менее 3 минут, заправляют растительным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: морковь и яблоки мелко нарезаны. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: моркови и яблок

Вкус: свойственный моркови и сорту яблок

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Технологическая карта № 21

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	80	71
Свекла	60	40
Морковь	20	16
Огурцы соленые ²	40	33
Капуста квашеная	40	35
Горошек консервированный	15	10
лук репчатый	10	8
Масло растительное	10	10
Выход	-	200

¹Масса отварных очищенных овощей

²С использованием огурцов консервированных без уксуса

³Масса бланшированного репчатого лука

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	Ca	Fe
Винегрет овощной с луком зеленым									
2,7	0,00	12,32	15,38	183,2	26,5	0,1	0,11	67,1	1,76

Винегрет овощной с луком репчатым

2,73	0,00	12,35	16,88	189,6	20,5	0,11	0,08	46,4	1,7
------	------	-------	-------	-------	------	------	------	------	-----

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 за счет соответственного уменьшения соленых огурцов

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи нарезаны мелкими ломтиками, равномерно перемешаны и заправлены растительным маслом

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: продуктов, входящих в винегрет

Вкус: продуктов, входящих в винегрет **Запах:** продуктов, входящих в винегрет

Технологическая карта № 22**Наименование изделия:** Салат из соленых огурцов с луком**Номер рецептуры:** 57**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы соленые	45	36	60	48
Лук репчатый	8,1	6,8	10,74	9
или лук зеленый	8,5	6,8	11,28	9
Масло растительное	2,3	2,3	3	3
Выход		45		60

Химический состав данного блюда на 45 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,38	2,30	1,16	27,68	1,85

Химический состав данного блюда на 60 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,51	3,07	1,55	36,9	2,47

Технология приготовления.

Огурцы очищают от кожицы и нарезают тонкими ломтиками, добавляют шинкованный репчатый или зеленый лук и поливают маслом растительным.

Температура подачи: 14°C.**Срок реализации:** не более 1 часа с момента приготовления.**Требования к качеству.**

Огурцы нарезаны ломтиками, лук – соломкой; консистенция хрустящая, сочная; цвет зеленый. Вкус и запах свойственный соленым огурцам и луку.

Технологическая карта № 23**Наименование изделия: Икра кабачковая (промышленного производства)****Номер рецептуры: б/н**

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.

СУПЫ

Технологическая карта № 24

Наименование изделия: Борщ с капустой и картофелем

Номер рецептуры 57.

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Свекла	200	160
Капуста свежая	100	80
или квашеная	86	60
Картофель	107	80
Морковь	63	50
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	30	30
Масло растительное		20
Сахар	10	10
Бульон или вода	800	800
Выход	-	1000

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
Борщ со свежей капустой и картофелем									
7,27	0,00	19,64	50,97	410,00	41,15	0,19	0,17	177,50	4,77
Борщ с квашеной капустой и картофелем									
6,93	0,00	19,62	48,82	400,00	32,15	0,18	0,16	167,90	4,65

Технология приготовления

В кипящий бульон или воду, закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут припущенные овощи, тушеную или вареную свеклу, томатное пюре и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар. При использовании квашеной капусты, ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить подсушенной мукой, разведенной бульоном или водой (10 г муки на 100 г борща).

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части борща распределены 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, жир на поверхности - оранжевый

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый

Запах: продуктов входящих в блюдо

Технологическая карта № 25**Наименование изделия: Свекольник****Номер рецептуры 58.****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Свекла	50	40
Картофель	70	50
Морковь	10	8
Лук репчатый	10	8
Томатное пюре	2	2
Масло растительное	3	3
Сметана	8	8
Сахар	1	1
Бульон или вода	180	180
<i>Выход</i>	-	<i>250</i>

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	Ca	Fe
2,04	0,00	5,00	14,10	109,75	8,78	0,07	0,05	3,66	1,33

Технология приготовления

Картофель нарезают брусочками, закладывают в кипящий бульон или воду и варят 10-15 мин, затем кладут подготовленную вареную свеклу, припущенные овощи и томатное пюре, за 5-10 мин до готовности добавляют соль, сахар.

Выход порции определяется возрастной группой.

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, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: малиново-красный, жир на поверхности - оранжевый

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый

Запах: продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта № 26**Наименование изделия:** Щи из свежей капусты с картофелем**Номер рецептуры** 67.**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная	250	200
Картофель	160	120
Морковь	63	50
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	10	10
Масло растительное	20	20
Бульон или вода	800	800
<i>Выход</i>	-	<i>1000</i>

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
6,96	0,00	19,54	33,93	339,00	73,86	0,23	0,18	173,30	3,18

Технология приготовления

Капусту нарезают квадратиками, картофель - дольками.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют припущенное томатное пюре. При приготовлении щей из ранней капусты, ее закладывают после картофеля.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части щей - капуста, нарезанная квадратиками, морковь, лук, картофель – дольками

Консистенция: капуста- упругая, овощи- мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: бульона- желтый, жира на поверхности- оранжевый; овощей- натуральный

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

Запах: продуктов входящих в щи.

Технологическая карта № 27**Наименование изделия: Рассольник ленинградский****Номер рецептуры 76.****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	100	75
Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	7	7
Морковь	12	10
Лук репчатый	6	5
Огурцы соленые	20	18
Масло растительное	3	3
Масло сливочное	3	3
Бульон или вода	190	190
<i>Выход</i>	-	250

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	Ca	Fe
1,99	0,00	5,11	16,92	121,75	7,53	0,095	0,06	24,95	0,93

Технология приготовления

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

Рекомендуется для детей старшей возрастной группы.

Требования к качеству

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

Вкус: умеренно соленый, с умеренной кислотностью

Запах: продуктов, входящих в рассольник

Технологическая карта № 28**Номер рецептуры 80.****Наименование изделия: Суп картофельный с крупой**

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	100	75
Масло сливочное	3	3
Крупа рисовая, пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	7	7
Или греча	7	7
или вермишель	10	10
Морковь	12	10
Лук репчатый	10	8
Масло растительное	3	3
Бульон или вода:		
для круп пшеничной, овсяной, перловой	180	180
для остальных круп	200	200
Выход	-	250

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	Ca	Fe
2,18		2,84	14,29	91,5	8,25	0,11	0,05	24,0	0,96

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. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с припущенными овощами. Манную крупу засыпают в суп за 10-15 мин до его готовности.

Выход порции определяется возрастной группой.

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 № 29**Наименование изделия: Суп картофельный с мясными фрикадельками****Номер рецептуры: 83, 121**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: ДеЛи принт, 2012.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	533	400	133,25	100
Морковь	50	40	12,5	10
Лук репчатый	48	40	12	10
Томатное пюре	10	10	2,5	2,5
Масло растительное	10	10	2,5	2,5
Бульон или вода	700	700	175	175
Фрикадельки мясные готовые:		100		25
Говядина (котлетное мясо)	154,9	114	38,73	28,5
Лук репчатый	11,9	10	3	2,5
Вода	10	10	2,5	2,5
Яйца	0,2 шт.	8	0,05 шт.	2
Соль	0,9	0,9	0,23	0,23
Масса полуфабриката		143		35,75
Выход		1000		250

Химический состав данного блюда на 1000 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
26,54	20,72	61,77	540	44,8

Химический состав данного блюда на 250 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,64	5,18	15,44	135	11,2

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют припущенное томатное пюре, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп для детей 1,5-3 года готовят без томатного пюре.

Требования к качеству: внешний вид: в жидкости части супа – картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки. Фрикадельки одинакового размера. Консистенция: картофель и овощи – мягкие; фрикадельки – упругие, сочные; соблюдается соотношение жидкости и плотной части супа. Цвет: супа – золотистый, жира на поверхности – светло-оранжевый. Вкус: картофеля и припущенных овощей, фрикаделек, умеренно соленый. Запах: продуктов, входящих в суп.

Технологическая карта № 30**Наименование изделия: Суп рыбный из консервов****Номер рецептуры: 168**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Консервы рыбные в собственном соку	24	24	40	40
Картофель	55,95	42	93,25	70
Морковь	12	9,6	20	16
Лук репчатый	5,7	4,8	9,5	8
Крупа рисовая	3	3	5	5
Масло сливочное	2,25	2,25	3,75	3,75
Укроп или петрушка	1,08	1,05	1,8	1,75
Вода или бульон рыбный	120	120	200	200
Выход		150		250

Химический состав данного блюда на 150 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,8	3,3	7,66	85,55	4,37

Химический состав данного блюда на 200 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
9,67	5,49	12,77	142,58	7,29

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи. За 10-15 минут до готовности закладывают предварительно протёртые рыбные консервы, соль, зелень, доводят до готовности.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: внешний вид – картофель порезан брусочками или кубиками. Рис сохранил форму. Консистенция овощей – мягкая, овощи сохранили форму. Цвет бульона золотисто-серый, овощей натуральный. Вкус рыбы, в меру солёный. Запах продуктов, входящих в блюдо.

Технологическая карта № 31**Наименование изделия: Суп крестьянский с крупой****Номер рецептуры: 169**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная	22,5	18	37,5	30
Картофель	19,95	15	33,25	25
Крупа: перловая, рисовая, овсяная, пшеничная	6	6	10	10
или пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	3	3	5	5
Морковь	7,5	6	12,5	10
Лук репчатый	7,2	6	12	10
Масло растительное	3	3	5	5
Бульон или вода:				
для круп пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	120	120	200	200
для остальных круп	127,5	127,5	212,5	212,5
Сметана	1,5	1,5	2,5	2,5
Выход		150		250

Химический состав данного блюда на 150 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,26	3,45	6,87	67,04	6,66

Химический состав данного блюда на 250 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,1	5,76	11,45	111,74	11,11

Технология приготовления. Крупу перловую, ячневую, овсяную, пшеничную перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Крупу после промывания закладывают в кипящую воду (в соотношении 1:3), варят до полуготовности, отвар сливают.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут капусту, нарезанную шашками, 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: 75 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: крупа хорошо набухла, но не разварена, коренья, лук и картофель сохранили форму нарезки, мягкие. На поверхности блески жира. Бульон полупрозрачный. Вкус без горечи, в меру соленый, с ароматом овощей.

Технологическая карта № 32**Наименование изделия:** Суп-лапша домашняя**Номер рецептуры** 86.**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Лапша домашняя №118	-	80
Масса вареной лапши	-	200
Лук репчатый	48	40
Масло растительное	20	20
Бульон или вода	950	950
<i>Выход</i>	-	<i>1000</i>

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
8,85	0,00	20,27	47,69	409	2,00	0,20	0,06	78,8	2,35

Технология приготовления

В кипящий бульон или воду кладут припущенный лук и варят с момента закипания 5-8 мин, после чего добавляют подготовленную домашнюю лапшу и варят до готовности.

Выход порции определяется возрастной группой

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа лапша сохранила форму

Консистенция: лука - мягкая; лапши - хорошо набухшая, мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

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

Вкус: овощей, лапши, умеренно соленый

Запах: продуктов входящих в суп

Технологическая карта № 33**Наименование изделия: Суп молочный с крупой****Номер рецептуры: 179**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	105	105	175	175
Вода	45	45	75	75
Крупа: рисовая или манная, кукурузная, хлопья овсяные «Геркулес»,	9	9	15	15
ячневая или гречневая, перловая, пшено	12	12	20	20
Сахар	1,2	1,2	2	2
Масло сливочное	2	2	3	3
Выход:		150		250

Химический состав данного блюда (по рисовой крупе) на 150 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,61	3,88	12,39	100,62	0,68

Химический состав данного блюда на 250 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,02	6,46	20,66	167,71	1,14

Технология приготовления: Рисовую, гречневую крупу, хлопья «Геркулес» варят в подсоленной воде до полуготовности 10-15 минут, затем добавляют горячее молоко, кладут сахар, йодированную соль и варят до готовности.

Манную крупу предварительно просеивают, подсушивают, всыпают постепенно в кипящую смесь молока и воды, кладут сахар, йодированную соль и варят 5-7 минут до готовности. Готовый суп заправляют сливочным маслом.

Температура подачи: 75°C.

Срок реализации: не более 3 часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Крупа хорошо набухла, но не развалилась. Цвет белый, вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого масла.

Технологическая карта № 34**Наименование изделия: Суп молочный с макаронными изделиями****Номер рецептуры: 180**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	105	105	175	175
Вода	45	45	75	75
Масло сливочное	1,5	1,5	2,5	2,5
Сахар	1,2	1,2	2	2
Макароны, лапша, вермишель, фигурные изделия	12	12	20	20
Выход:		150		250

Химический состав данного блюда на 150 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,3	3,94	12,94	107,35	0,68

Химический состав данного блюда на 250 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,14	6,57	21,56	178,92	1,14

Технология приготовления: Макароны отдельно отваривают в кипящей соленой воде до полуготовности: макароны 15 мин, лапшу 10 мин, вермишель 5 мин. Воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды, варят, помешивая, до готовности с добавлением соли, сахара, в конце – масло сливочное.

Температура подачи: 75°C.

Срок реализации: не более 3 часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция макаронных изделий мягкая, форма должна быть сохранена. Цвет белый, вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого масла.

Технологическая карта № 35**Наименование изделия: Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы****Номер рецептуры:36****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				
Куры 1 категории потрошенные охлажденные	30	27	45	40
Цыплята-бройлеры 1 категории потрошенные охлажденные	27	25	41	37
Индейка 1 категории потрошенная охлажденная	24	23	36	34
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				
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
Горох лущеный	17	16	21	20
Или фасоль сухая	17	16	21	20
Или фасоль консервированная	16	16	20	20
Или горошек зеленый консервированный	25	16	31	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

Отварная мякоть птицы без кожи		10		15
Выход с мясом птицы		200/10		250/15

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
4,3	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
6,5	5,2	22,09	150	35,89	1,3	0,21	0,08	6,10

Технология приготовления

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

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.

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

Варка бульона: подготовленные тушки птицы кладут в горячую воду (2—2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанные морковь, лук, соль, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порции.

При порционировании птицы, можно вырубить спинную кость. Для этого птицу разрубают вдоль на две части так, чтобы одна половина получилась без спиной кости. Затем от второй половины отрубают спинную кость и порционируют.

Готовое мясо накрывают 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 (или фасоль) подготавливают: перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа (горох), на 5-8 часов (фасоль). Картофель нарезают крупными кубиками, морковь - мелкими кубиками или шинкуют, лук мелко рубят.

Подготовленный горох кладут в бульон, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части картофель, нарезанный кубиками или дольками; горох (кроме лущеного) в виде целых, неразваренных зерен.

Консистенция: картофель и овощи - мягкие; горох – лущеный – пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: светло – желтый (горчичный).

Вкус и запах: умеренно соленый, свойственный гороху.

КАШИ

Технологическая карта № 36

Наименование изделия: Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры 168.

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Греча	40	120	45	150
Масло сливочное	5	5	5	5
или сахар	5	5	5	5
<i>Выход: с маслом сливочным</i>	-	125	-	155
<i>или сахаром,</i>	-	125	-	155
<i>или с маслом сливочным и сахаром</i>	-	130	-	160

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	Ca	Fe
Каша овсяная ("Геркулес") вязкая с маслом									
4,05	0,04	5,69	20,36	149,00	0,00	0,11	0,03	18,90	1,16
Каша ячневая вязкая с маслом									
3,3	0,04	4,06	21,24	135	0	0,063	0,025	28	0,6

Химический состав данного блюда на 205 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
Каша овсяная ("Геркулес") вязкая с маслом									
5,39	0,04	6,38	27,13	187,00	0,00	0,14	0,04	24,50	1,54
Каша ячневая вязкая с маслом									
4,39	0,04	4,20	28,30	169,00	0,00	0,08	0,03	37,10	0,80

Технология приготовления

Вязкие каши готовят на воде, молоке и молоке с добавлением воды. Из 1 кг крупы получается от 4 до 5 кг готовой каши. Подготовленные крупы всыпают в кипящую

жидкость, добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая, пока каша не загустеет.

Отпускают в горячем виде с сахаром или поливают 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, не допускается вкус подгорелой каши

Запах: свойственный данному виду крупы

Технологическая карта № 37**Наименование изделия:** Каша гречневая молочная жидкая**Номер рецептуры:** 64

Наименование сборника рецептов: Методические указания города Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях» (утв. Департаментом образования города Москвы) – М.: 2007.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая ядрица	17	17	20	20
или				
Хлопья гречневые, не требующие варки*	17	17	20	20
Вода питьевая	20,4	20,4	24	24
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	127,5	127,5	150	150
Сахар-песок	5,1	5,1	6	6
Масло сливочное несоленое	5,1	5,1	6	6
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,43	0,43	0,5	0,5
Выход		170		200

Химический состав данного блюда на 170 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,93	8,86	21,25	189,02	0,77

Химический состав данного блюда на 200 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,98	10,42	25	222,38	0,9

Технология приготовления: В кипящую воду кладут соль, всыпают перебранную и промытую крупу, перемешивают и варят до полуготовности. Затем вливают горячее молоко, добавляют сахар, снова перемешивают и варят до готовности при слабом кипении под закрытой крышкой. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требование к качеству: Цвет коричневый. Зерна крупы хорошо разварены. Консистенция однородная, рыхлая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

*Способ приготовления при использовании хлопьев, не требующих варки: Смесь молока и воды, доводят до кипения, заливают кипящей жидкостью

хлопья, тщательно перемешивают, чтобы не было комков, закрывают крышкой и дают настояться в течение 5 минут. Добавляют соль, сахар, прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.

Технологическая карта № 38**Наименование изделия: Каша манная молочная жидкая****Номер рецептуры: 277**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	26,18	26,18	30,8	30,8
Молоко	90,1	90,1	106	106
Вода	59,5	59,5	70	70
Сахар	4,25	4,25	5	5
Масса каши		163,2		192
Масло сливочное	4,25	4,25	5	5
Выход		170		200

Химический состав данного блюда на 170 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,28	6,02	26,27	182,73	1,17

Химический состав данного блюда на 200 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,21	7,08	30,91	214,98	1,38

Технология приготовления: Молоко доводят до кипения, добавляют кипящую воду, соль, сахар, когда смесь закипит, быстро всыпают, при постоянном помешивании, тонкой струей манную крупу. Варят 15 минут. Манная крупа заваривается через 20-30 сек и, если не всыпать крупу за это время, то образуются комки. Если заваривается более 2 кг крупы, то процесс заваривания выполнять лучше вдвоём. Один работник всыпает крупу, другой – весёлкой активно перемешивает жидкость с крупой.

При подаче кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65°C.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция жидкой каши однородная растекающаяся по тарелке. Зерна крупы полностью набухшие. Без посторонних привкусов и запахов. Не допускается пригорание каши. Цвет белый.

Технологическая карта № 39**Наименование изделия:** Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая**Номер рецептуры:** 281

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа «Геркулес»	26,18	26,18	30,8	30,8
Вода	49,3	49,3	58	58
Молоко	100,3	100,3	118	118
Сахар	4,25	4,25	5	5
Масса каши		163,2		192
Масло сливочное	4,25	4,25	5	5
Выход		170		200

Химический состав данного блюда на 170 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,09	7,63	24,51	193,11	1,30

Химический состав данного блюда на 200 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,16	8,98	28,84	227,19	1,53

Технология приготовления. В кипящую смесь молока и воды кладут сахар, соль, всыпают овсяные хлопья, при активном помешивании сверху вниз, и варят при непрерывном помешивании 20 мин.

При отпуске кашу заправляют растопленным сливочным маслом

Температура подачи 65[°]С

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления.

Требования к качеству. Каша растекается по тарелке, цвет белый с сероватым оттенком, консистенция однородная, хлопья мягкие. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

Технологическая карта № 40**Наименование изделия:** Каша пшенная молочная жидкая**Номер рецептуры:** 282

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшенная	34	34	40	40
Вода	47,6	47,6	56	56
Молоко	95,2	95,2	112	112
Сахар	4,25	4,25	5	5
Масса каши		163,2		192
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход		170		200

Химический состав данного блюда на 170 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,62	8,42	30,52	226,86	1,24

Химический состав данного блюда на 200 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,79	9,90	35,91	266,89	1,46

Технология приготовления: Пшённую крупу перебирают, многократно промывают в холодной воде, затем тёплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой на 1 мин, затем воду сливают, снова заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2- 5 мин, воду сливают. Заливают кипящей водой по расчёту рецептуры, уменьшив её на 15% варят до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. Процесс ошпаривания и слива воды необходим для удаления прогорклого жира крупы, чтобы каша не имела горьковатого вкуса.

При подаче кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65°C.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: консистенция текучая, однородная, зёрна упарены, мягкие. Цвет белый с кремовым оттенком. Не допускается горьковатый привкус и посторонние запахи.

Технологическая карта № 41**Наименование изделия: Каша рисовая молочная жидкая****Номер рецептуры: 283**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	26,18	26,18	30,8	30,8
Вода	49,3	49,3	58	58
Молоко	100,3	100,3	118	118
Сахар	4,25	4,25	5	5
Масса каши		163,2		192
Масло сливочное	4,25	4,25	5	5
Выход:		170		200

Химический состав данного блюда на 170 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,72	7,68	27,63	200,78	1,30

Химический состав данного блюда на 200 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,55	9,03	32,50	236,21	1,53

Технология приготовления: В кипящую воду кладут йодированную 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 на водяной бане. Непосредственно перед отпуском заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65°C.

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления

Требования к качеству: Консистенция текучая, жидкая, однородная, крупа мягкая. Цвет белый. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

Технологическая карта № 42**Наименование изделия: Каша вязкая****Номер рецептуры 172.**

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года 3-7 лет			
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Крупа пшеничная или ячневая	20	20	25	25
Масло сливочное	4	4	5	5
Вода	50	50	70	70
Молоко сухое	10	10	12	12
Или молоко свежее	90	90	100	100
Сахар	3	3	5	5
<i>Выход</i>	-	150		200

Каша пшенная вязкая с маслом

Химический состав данного блюда на 155 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
5,70	1,63	9,06	28,90	220,00	1,03	0,12	0,10	86,00	1,15

Каша пшенная вязкая с морковью, с маслом

Химический состав данного блюда на 205 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
7,49	2,08	11,27	39,35	289,00	1,36	0,17	0,13	110,80	1,53

Технология приготовления

Очищенную сырую морковь мелко шинкуют, припускают с маслом, кладут в кипящую воду с молоком, добавляют соль, сахар, засыпают подготовленную крупу и варят до готовности и отпускают.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, разваренные, каша положена горкой, сохраняющей форму

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие, морковь - мягкая

Цвет: желтый

Вкус: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

Запах: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

Технологическая карта № 43**Наименование изделия:** Каша из круп вязкая**Номер рецептуры** 177.

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.: ДеЛи принт, 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 молоко сухое	10	10	12	12
Сахар	4	4	5	5
Масло сливочное	4	4	5	5
	20	20	40	40
Выход		150		200

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

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

В кипящее молоко засыпают соль, сахар, поочередно - подготовленные крупы с учетом времени их варки. Изюм перебирают и промывают. В кашу добавляют подготовленный изюм, масло сливочное, варят до готовности. В готовую кашу, охлажденную до 80 °С, вводят яйца, тщательно перемешивают и проваривают 2-3 мин.

Можно часть молока (до 30%) заменять водой.

Требования к качеству*Внешний вид:* каша уложена горкой, зерна крупы разварены, каша полита маслом*Консистенция:* каша - вязкая, изюм - мягкий*Цвет:* свойственный крупам и изюму с желтоватым оттенком*Вкус:* характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов*Запах:* характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ

Технологическая карта № 44

Наименование изделия: Макароны изделия отварные с маслом

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Макаронные изделия	40	40
Масло сливочное	5	5
Выход	-	150

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	Ca	Fe
38,42	0,00	5,49	207,62	1034,00	0,00	0,56	0,20	49,9	8,14

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).

рекомендованный выход блюд для первой возрастной группы – 150 г, для второй- 200 г.

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 № 45**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.: ДеЛи принт, 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	5	5	5	5
Сыр	22	20	22	20
Выход	-	150	-	200

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 (реп. №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 № 46**Наименование изделия: Макароны, запеченные с сыром****Номер рецептуры 207.****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса отварных макарон №204	-	163	-	216
Сыр	4,4	4	6,6	6
Масло сливочное	2	2	3	3
Масса полуфабриката	-	167	-	222
Масса запеченных макарон	-	150	-	200
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход	-	155	-	205

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	Ca	Fe
7,10	0,96	7,01	29,63	210,00	0,03	0,06	0,04	25,7	1,28

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	Ca	Fe
9,56	1,43	8,58	39,24	272,00	0,04	0,08	0,05	37,3	1,70

Технология приготовления

Отварные макароны заправляют маслом, перемешивают. Массу выкладывают на смазанный маслом противень. Сверху посыпают тертым сыром и запекают до образования на поверхности макарон поджаристой корочки. При подаче нарезают на порции.

При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: аккуратно нарезанные куски в виде ромбов или квадратов, политы сливочным маслом

Консистенция: рыхлая, сочная

Цвет: корочки- румяно- золотистый, на разрезе- белый, с кремовым оттенком

Вкус: свойственный запеченным макаронам, солоноватый от сыра

Запах: запеченных макарон с ароматом сыра

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

Технологическая карта № 47

Наименование изделия: **Яйца вареные**

Номер рецептуры **213**

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Яйца (в шт.)	1	40
Выход	-	1 шт.

Химический состав данного блюда на 85 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
5,08	5,08	4,60	0,28	63	0	0,3	0,18	22,0	1,0

Технология приготовления

Яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Подают яйца очищенными по 1 и ½ шт. на порцию.

Требования к качеству

Внешний вид: кругло-овальной формы, без трещин на поверхности

Консистенция: умеренно плотная

Цвет: белок – белый, желток – желтый

Вкус: свежего вареного яйца, приятный

Запах: свойственный свежесваренным яйцам

БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА

Технологическая карта № 48

Наименование изделия: Вареники ленивые

Номер рецептуры: 335

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	119,25	117	159	156
Мука пшеничная в/с	16,5	16,5	22	22
Яйцо	0,23 шт.	8,25	0,3 шт.	11
Сахар	8,25	8,25	11	11
Масса полуфабриката		142,5		190
Масса варёных вареников		150		200
Масло сливочное	7,5	7,5	10	10
Выход		157,5		210

Химический состав данного блюда на 150/7,5 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
22,25	17,0	22,46	333,52	0,29

Химический состав данного блюда на 200/10 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
29,66	22,65	29,94	444,69	0,39

Технология приготовления: Технология приготовления. В протертый творог добавляют муку, соль, сахар, сырые яйца, замешивают тесто. Раскатывают пласт толщиной 10—12 мм, нарезают на полоски шириной 25 мм, а затем на кусочки прямоугольной или треугольной формы, или ромбовидные, отваривают небольшими партиями в кипящей подсоленной воде 5 мин перед подачей. Соотношение вареников и воды — 1:5.

Поливают растопленным маслом.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления.

Требования к качеству. Вареники сохраняют форму, сочные, мягкие, белые, без посторонних привкуса и запахов.

Технологическая карта № 49**Наименование изделия:** Пудинг из творога (Запеченный)**Номер рецептуры** 235

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Творог	80	78	120	118
Крупа манная	5	5	10	10
Яйца	1/8 шт.	5	1/4 шт.	10
Сахар	4	4	8	8
Виноград сушеный (изюм)	5	4,8	10	8,7
Ванилин	0,01	0,01	0,01	0,01
Масло сливочное	2	2	5	5
Молоко сухое	2	2	5	5
Сметана	2	2	4	4
Масса готового пудинга	-	90	-	120
Соус №350. 366, 351, 358-362	-	20	-	30
Выход с соусом	-	115	-	150

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
15,14	13,70	10,76	24,34	254,00	0,20	0,06	0,23	130,00	0,96

Технология приготовления

В горячей воде растворяют ванилин, затем всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают.

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную крупу, размягченное масло сливочное, соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до образования густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают слоем толщиной 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень (или в формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 25-35 мин при температуре 220-250 °С. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм.

Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски. Отпускают с молочным или сладким соусом.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки подрумянены, без трещин и подгорелых мест, политы соусом

Консистенция: однородная, нежная, с вкраплениями изюма

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе - белый с коричневыми вкраплениями изюма

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта № 50**Наименование изделия:** Запеканка из творога**Номер рецептуры** 237**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Творог	46,9	46	120	118
Крупа манная	3	3	10	10
или мука пшеничная	4	4	8	8
Сахар	4	4	8	8
Яйца	1/8 шт.	5	1/4 шт.	10
Масло сливочное	2	2	4	4
Молоко сухое	2	2	5	5
Сметана	2	2	4	4
Масса готовой запеканки	-	50	-	130
Соус №358-362	-	15	-	30
Выход с соусом	-	65	-	160

Химический состав данного блюда на 160 г.(с манной крупой)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
17,54	16,51	12,05	17,15	247,00	0,24	0,05	0,26	147,30	0,69

Технология приготовления

Протертый творог смешивают с мукой или с 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 220-250 °С до образования на поверхности румяной корочки.

Отпускают со сладким соусом.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки, без трещин и подгорелых мест

Консистенция: однородная, нежная, мягкая

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе - белый, соуса коричневый

Вкус, творога и продуктов, входящих в блюдо

Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта № 51**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Творог	27,5	27	55,1	54
Крупа манная	3	3	6	6
Сахар	7	7	14	14
Морковь	12	9	24	18
Яйца	1/20 шт.	2	1/10 шт.	4
Молоко	9	9	18	18
Масло растительное	2	2	4	4
Сухари	2	2	4	4
Сметана	2	2	4	4
Масса готовой запеканки	-	50	-	100
Соус №358-362	-	15	-	30
Выход с соусом	-	65	-	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
11,66	10,42	10,29	23,78	234,00	0,71	0,06	0,20	113,60	0,69

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 °С до образования на поверхности румяной корочки. Отпускают со сладким соусом.

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

Технологическая карта № 52**Наименование изделия: Сырники из творога запеченные****Номер рецептуры: 331****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	136	135	181,33	180
Крупа манная	11	11	14,67	14,67
Яйца	1/8 шт.	5	0,17 шт.	6,67
Сахар	15	15	20	20
Ванилин	0,02	0,02	0,03	0,03
Мука пшеничная	10	10	13,33	13,33
Сметана	5	5	6,67	6,67
Масса полуфабриката		176		234,67
Масло сливочное (для смазки)	2	2	2,67	2,67
Масса готовых сырников		150		200
Выход		150		200

Химический состав данного блюда на 150 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
26,19	14,75	32,94	345,26	0,35

Химический состав данного блюда на 200 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
34,92	19,67	43,92	460,35	0,47

Технология приготовления: Рекомендуется готовить из обезжиренного творога. В протёртый творог добавляют манную крупу, сырые яйца, сахар, йодированную соль. Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперёк, панируют в муке (1/2 нормы), формуют в виде круглых биточков толщиной 1,5 см, по 3 шт. на порцию, укладывают в смазанную сливочным маслом ёмкость. Сметану смешивают с оставшейся мукой. Полученной смесью смазывают поверхность сырников и запекают в жарочном шкафу при температуре 250^oС 10-20 мин, до образования корочки, затем в камере с температурой 180-200^oС 15-20 мин.

Подают, поливая соусом молочным, или молочным сладким, или сладким фруктовым.

Температура подачи: 65^oС.**Срок реализации:** не более 1-2 часов с момента приготовления.

Требования к качеству: форма круглая, приплюснутая, без трещин, соусом полита на 1/3 высоты. Консистенция нежная, без комочков не промешанных продуктов. Без посторонних привкусов и запахов.

Технологическая карта № 53**Наименование изделия:** Пудинг из творога с яблоками**Номер рецептуры** 240

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Творог	34,5	34	68,9	68
Яблоки свежие	20	12	38	23
Сахар	4	4	8	8
Яйца	1/8 шт.	5	1/4 шт.	10
Масло сливочное	3	3	4	4
Ванилин	0,01	0,01	0,01	0,01
Сухари	2	2	4	4
Сметана	2	2	4	4
Масса готового пудинга	-	50	-	100
Соус №358-362	-	15	-	30
Выход с соусом	-	65	-	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
13,61	13,10	10,67	14,63	209,00	1,33	0,05	0,23	116,50	1,19

Технология приготовления

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, протертые яблоки, ванилин, предварительно растворенный в горячей воде, размягченное сливочное масло, соль. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до образования густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень (или в формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу 25-35 мин при температуре 220-250 °С. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, разрезают на порционные куски. Отпускают со сладким соусом

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки подрумянены, без трещин и подгорелых мест, политы соусом

Консистенция: однородная, нежная

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

Вкус: творога и яблок, сладковатый

Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта № 54**Наименование изделия: Творожники песочные****Номер рецептуры: 417**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная высшего сорта	21	21	24	24
Масло коровье сладкосливочное	9	9	10,5	10,5
Яйцо	1/13 шт.	3	1/11 шт.	3,5
Сахар	5	5	6	6
Сметана с м. д.ж. не более 15%	1,8	1,8	2	2
Масса теста		40		46
Мука пшеничная	2,5	2,5	3	3
Сахар	4	4	5	5
Яйцо	1/13 шт.	3	1/11 шт.	3,5
Творог	23	22	27	26
Сода	0,1	0,1	0,2	0,2
Ванилин	0,02	0,02	0,03	0,03
Масса фарша		30	35	35
Масло растительное для смазки	0,2	0,2	0,3	0,3
Масса полуфабриката		70		81
Масса готового изделия		60		70
Выход		60		70

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
5,4	6,8	18,3	137	34,91	0,37	0,05	0,03	0,11

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
6,3	7,93	21,35	160	40,73	0,43	0,06	0,04	0,13

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.

Изготовление песочного теста: масло сливочное, сахар, яйцо, соду, соль, эссенцию перемешивают в течение 20-30 минут, до получения однородной массы. Песочное тесто должно иметь гладкую поверхность без комочков и непромеса, цвет от светло-желтого, приятный запах и легкий аромат без эссенции.

Приготовление фарша: творог взбивают во взбивальной машине при малом числе оборотов в течение 5-7 минут, до однородной массы. Во взбивальную машину добавляют муку, яйцо, сахар и взбивают еще 10 минут, в конце взбивания добавляют ванилин.

Готовое песочное тесто размешивают и раскатывают в круглые лепешки. На середину лепешки раскладывают творожный фарш. Края лепешки накладывают друг на друга. Сформированное изделие выпекают 10-15 минут, при температуре 230-250°C.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: соответствующая форма.

Консистенция: мягкая, пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: свойственный данному изделию, с творогом.

Запах: свойственный данному изделию, с творогом.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

Технологическая карта № 55

Наименование изделия: Рыба, припущенная с овощами

Номер рецептуры 244

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Из филе, выпускаемого промышленностью: судак,	33	30	43	40
или хек тихоокеанский,	33	30	44	40
или треска	31	30	50	48
Вода	15	15	20	20
Морковь	31	25	41	32
Лук репчатый	3	2	5	4
Масса полуфабриката	-	72	-	96
Выход рыбы с овощами	-	60	-	80
Гарниры №319, 320, 321	-	120	-	150
Соус №347, 354, 367, 348	-	15	-	30
или масло сливочное	-	5	-	5
Выход с гарниром и соусом	-	195	-	260
Выход с гарниром и маслом сливочным	—	185	—	235

Химический состав данного блюда на 60 г.(треска)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
4,43	4,13	0,18	1,89	27,00	0,61	0,02	0,02	7,20	0,28

Химический состав данного блюда на 80 г.(треска)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
5,91	5,50	0,25	2,54	36,00	0,84	0,03	0,03	9,40	0,37

Химический состав данного блюда на 60 г.(хек)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
----------------------	--	--	--	----------------	---------------	--	--	---------------------------	--

Б	в т.ч. животные	Ж	У	ценность (ккал)	С	В1	В2	Са	Fe
4,59	4,28	0,61	1,89	31,00	0,56	0,03	0,03	7,80	0,32

Химический состав данного блюда на 80 г.(хек)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
6,12	5,71	0,81	2,54	42,00	0,77	0,04	0,04	10,30	0,43

Технология приготовления

Филе рыбы припускают до готовности. Овощи мелко шинкуют, заливают рыбным бульоном и припускают 10-15 минут до готовности. Филе соединяют с овощами и доводят до кипения.

При отпуске на рыбу кладут готовые овощи.

Отпускают с прокипяченным сливочным маслом, соусом белым, сметанным или томатным.

Гарниры - картофель отварной в молоке, пюре картофельное, овощи отварные с маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки филе рыбы, сохраняющие форму

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание

Цвет: филе рыбы на разрезе светло-серый, овощей входящих в блюдо

Вкус: рыбы в сочетании с овощами, умеренно соленый

Запах: припущенной рыбы с ароматом овощей

Технологическая карта № 56**Наименование изделия: Рыба, тушеная в томате с овощами****Номер рецептуры: 354****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Треска*	112	85	200	151,8
Или минтай*	113	87	201,8	155,36
Вода или бульон	25	25	44,64	44,64
Морковь	32	25	57,14	44,64
Петрушка (корень)	5	4	8,93	7,14
Лук репчатый	17	14	30,36	25
Томат-пюре	9	9	16,07	16,07
Масло растительное	7,5	7,5	13,4	13,4
Сахар	2,5	2,5	4,46	4,46
Масса тушеной рыбы		70		125
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом		140		250
Выход		140		250

*Нормы даны на треску, минтай потрошённые обезглавленные

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Треска*	160	121,43	104	78,93
Или минтай*	161,43	124,29	104,93	80,78
Вода или бульон	35,71	35,71	23,22	23,22
Морковь	45,71	35,71	29,72	23,22
Петрушка (корень)	7,14	5,71	4,65	3,72
Лук репчатый	24,29	20,00	15,78	13
Томат-пюре	12,86	12,86	8,35	8,35
Масло растительное	10,71	10,71	6,97	6,97
Сахар	3,57	3,57	2,32	2,32
Масса тушеной рыбы		100		65
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом		200		130
Выход		200		130

Химический состав данного блюда на 130 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
12,4	6,68	5,58	132	2,67

Химический состав данного блюда на 140 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
13,35	7,19	6,01	142,15	2,88

Химический состав данного блюда на 200 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
19,07	10,27	8,59	203,07	4,11

Химический состав данного блюда на 250 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
23,84	12,84	10,73	253,84	5,14

Технология приготовления: Рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают под углом 90 °по одному куску на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник слоями: слой рыбы, слой овощей и т.д. Овощи нарезаны соломкой. Заливают водой или бульоном, сваренным из рыбных отходов, доводят до кипения, добавляют пассированные томат-пюре, сахар, соль, закрывают крышкой и тушат до готовности – 45-50 мин. За 5 мин. до готовности вводят специи.

Рыбу отпускают с гарниром и соусом, в котором рыба тушилась.

Гарниры: картофель отварной (крупный кубик), пюре картофельное, рассыпчатые каши.

Температура подачи: 65°C.

Срок реализации: не более 3 часов с момента приготовления

Требования к качеству: Рыба хорошо очищена, куски целые, сохранившие форму, консистенция мягкая. Рыба залита соусом с овощами. Цвет рыбы на поверхности светло оранжевый, на разрезе – белый. Аромат свойственный виду рыбы, овощей, томата-пюре.

Технологическая карта № 57**Наименование изделия: Котлеты рыбные любительские****Номер рецептуры: 357, 448****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	1 вариант		2 вариант	
	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Треска*	53,5	33,5	85,6	53,6
или минтай*	55	33,5	88	53,6
или скумбрия*	60,5	33,5	96,8	53,6
Морковь	13	10**	20,8	16**
Хлеб пшеничный	4	4	6,4	6,4
Лук репчатый	5	4	8	6,4
Яйца	0,17 шт.	6	0,27 шт.	9,6
Молоко	5	5	8	8
Масса полуфабриката		60		96
Масло сливочное	1,5	1,5	2,4	2,4
Масса готовых котлет		50		80
Выход:		50		80

*Нормы расхода даны на треску, минтай потрошённые обезглавленные, скумбрию неразделанную.

**Масса варёной моркови

Химический состав данного блюда на 50 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,24	1,56	3,01	51,01	0,37

Химический состав данного блюда на 80 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
9,98	2,49	4,82	81,62	0,59

Технология приготовления: Филе рыбы без кожи и костей нарезают кусками и дважды пропускают через мясорубку, второй раз пропускают вместе с белым чёрствым хлебом, замоченным в молоке, варёной морковью и репчатым, бланшированным луком. В массу добавляют сырое яйцо, йодированную соль, всё хорошо перемешивают и формируют котлеты. Изделия кладут в сотейник, смазанный сливочным или растительным маслом в один ряд, добавляют немного горячего бульона и припускают при слабом кипении и закрытой крышке 25 мин. Рыбный бульон готовят из пищевых отходов рыбы (кожа, позвоночник и реберные кости). Отпускают с гарниром и соусом.

Гарниры: картофельное пюре

Соусы: молочный (№ 448), молочный с морковью

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: изделия сохранили свою форму, без трещин, масса на разрезе однородная, рыхлая, сочная. Цвет белый с серым оттенком, вкус и запах припущенной рыбы. Не допускается привкус кислого хлеба. Если подают с соусом, то соус подливают сбоку.

БЛЮДА ИЗ МЯСА, КУРИЦЫ, КРОЛИКА

Технологическая карта № 58

Наименование изделия: Голубцы с мясом говядины(ленивые)

Номер рецептуры 274

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка)	80	50	100	70
Масса котлетная	-	50	-	70
Морковь	6	5	10	8
Капуста	67	50	100	70
Яйцо	1/8шт.	5	1/6шт.	7
Масло растительное	5	5	7	7
Рис	10	10	15	15
Лук репчатый	8	6	10	8
Масло сливочное	5	5	5	5
Овощной отвар или вода	-	44	-	57
Масса полуфабриката	-	150	-	180
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

Овощи нарезают мелкими кубиками, отваривают до полуготовности. На овощном отваре готовят соус белый или томатный.

Отварное мясо мелко нарезают, заливают горячей водой, добавляют картофель, нарезанный кубиками, варят до полуготовности картофеля, соединяют с отварными

овощами и соусом, тушат до готовности, в конце приготовления добавляют масло сливочное.

Отпускают с овощами и соусом, в котором тушилось мясо

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки мяса одинаково нарезаны, овощи сохраняют форму нарезки

Консистенция: мяса — сочная, мягкая; овощей - мягкая

Цвет: мяса - серый, свойственный овощам и соусу

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Технологическая карта № 59**Наименование кулинарного изделия (блюда): Пельмени отварные с маслом сливочным****Номер рецептуры: 442,443,444****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова 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
Тесто для пельменей				
Мука пшеничная	58	58	73	73
Вода	22	22	28	28
Яйцо	1/8 шт.	5	1/7 шт.	6
Тесто для пельменей		83		104
Говядина	108	80	100	100
Лук репчатый	10	8	10	10
Сахар	0,09	0,09	0,1	0,1
Вода	17	17	21	21
Масса фарша		104		130
Яйцо для смазки	1/10 шт.	4	1/8 шт.	5
Масса пельменей		185		231
Пельмени п/ф		185		231
Масса отварных пельменей		200		250
Масло сливочное	5	5	6	6
Выход		200/5		250/6

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
19,84	31,43	37,07	471,05	35,2	1,81	0,3	0,2	0

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
24,8	39,29	46,34	588,81	44	2,26	0,38	0,25	0

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,

Пельмени варят в подсоленной воде или бульоне. (нам 1 кг пельменей берут 4 л. воды и 15 г соли)

Для приготовления теста для пельменей: муку засыпают в тестомесильную машину, добавляют нагретую до 30-35° С воду, яйца, соль и замешивают до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Подготовленное тесто выдерживают 30-40 минут для набухания клейковины и придания тесту эластичности, после чего используют для приготовления пельменей.

Для приготовления фарша: котлетное мясо и лук измельчают на мясорубке, добавляют соль, сахар и холодную воду, затем все тщательно перемешивают.

Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 1,5-2 мм. Край раскатанного пласта толщиной шириной 5-6 см смазывают яйцами.

На середину смазанной полосы, вдоль нее, кладут рядом рядами шарики фарша массой 7-8 г на расстоянии 3-4 см один от другого. Затем края смазанной полосы теста приподнимают, накрывают фарш, после чего вырезают пельмени специальным приспособлением или формочкой с заостренными краями и с затупленным ободком (для зажима). Масса одной штуки должна быть 12-13 г. оставшиеся обрезки теста без фарша используют при повторной раскатке. Сформованные пельмени укладывают в один ряд на обсыпанные мукой деревянные лотки.

Готовые отварные пельмени отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным или с бульоном.

Температура подачи не ниже 75° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма сохранена.

Консистенция: оболочки - мягкая, плотная, фарша - сочная, мягкая.

Цвет: оболочки - от светло-кремового до светло-желтого, фарша -коричневый.

Вкус: умеренно соленные с запахом мяса и репчатого лука.

Запах: мяса и репчатого лука.

Технологическая карта № 60**Наименование изделия:** Гуляш из отварного мяса**Номер рецептуры** 277

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина(покретка, лопаточная часть, грудинка)	90	68	100	74
Масса отварного мяса	-	48	-	54
Морковь	12	10	15	12
Лук репчатый	10	8	10	8
Томатное пюре	-	-	2	2
Масло сливочное	2	2	2	2
Мука пшеничная	3	3	5	5
Овощной отвар или вода	-	20	-	25
Масса соуса	-	30	-	40
Масса гуляша	-	80	-	100
Гарнир № 313, 318, 320, 321	-	120	-	150
Выход	-	200	-	250

Химический состав данного блюда на 80 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
10,28	9,82	8,27	2,64	126,0	0,40	0,04	0,07	1,94	0,76

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
13,75	1,31	10,86	3,49	166,66	0,74	0,05	0,09	2,48	1,05

Технология приготовления: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 вместе с соусом, в котором тушилось мясо.

Гарниры - каши рассыпчатые, картофель отварной, овощи отварные, пюре картофельное.

Требования к качеству Внешний вид: небольшие порционные куски политы соусом, гарнир расположен сбоку. **Консистенция:** мяса - сочная, мягкая. **Цвет:** мяса

- светло-серый; свойственный овощам и соусу. *Вкус:* свойственный продуктам, входящим в блюдо. *Запах:* свойственный продуктам, входящим в блюдо

Технологическая карта № 61**Наименование изделия:** Жаркое по-домашнему**Номер рецептуры:** 379**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	102,96	75,68	130,41	95,86
Картофель	103,63	77,72	131,27	98,45
Лук репчатый	11,93	10,22	15,11	12,95
Масло сливочное	5	5	6	6
Томат-пюре	5	5	6	6
Масса тушеного мяса		47		60
Масса готовых овощей.		103		130
Выход		150		190

Химический состав данного блюда на 150 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
15,17	15,56	11,71	247,54	5,34

Химический состав данного блюда на 190 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
19,22	19,71	14,83	313,55	6,77

Технология приготовления. Мясо нарезают ломтиками поперек волокон по 2 куса на порцию массой по 30-40 г, картофель и лук – кубиками. Затем мясо обжаривают до образования легкой румяной корочки, лук бланшируют и пассеруют, картофель обжаривают до полуготовности. Обжаренное мясо и овощи кладут в сотейник слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют пассированное томатное пюре, соль, перец и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист.

Отпускают жаркое вместе с бульоном и овощами, посыпая рубленой зеленью. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

Температура подачи: 65°C.**Срок реализации:** не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: цвет мяса темно-красный (с томатом), консистенция мягкая, вкус и запах овощей и специй, куски мяса нарезаны поперек волокон, сохранили форму нарезки. Овощи мягкие, цвет коричневый, форма нарезки сохранена.

Технологическая карта № 62**Наименование изделия:** Котлеты, биточки, шницели рубленые**Номер рецептуры** 282**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо),	60	44	80	59
или свинина (котлетное мясо),	52	44	70	59
Говядина(покромка,лопаточная часть,грудинка)	67	44	100	59
Хлеб пшеничный	11	11	14	14
Молоко или вода	14	14	19	19
Сухари	6	6	8	8
Масса полуфабриката	-	74	-	99
Масса запеченных котлет, биточков, шницелей	-	60	-	80
соус №354, 367	-	15	-	30
Гарнир №313.317,318, 320, 336	-	120	-	150
Выход с соусом	-	195	-	260

Химический состав данного блюда на 80 г.(с молоком)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
12,44	10,54	9,24	12,56	183,00	0,12	0,08	0,13	35,00	1,20

Технология приготовления

Из котлетной массы формуют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 мм (биточки), или плоскоовальной формы толщиной 1 см (шницели).

Котлеты, биточки и шницели можно приготовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто) и чеснока (0,5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды. Подготовленные изделия кладут на противень, смазанный маслом, и запекают при температуре 180-200 °С до готовности (12-15 мин).

Отпускают с прокипяченным маслом или соусом сметанным.

Гарниры - каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, овощи отварные, капуста тушеная.

Требования к качеству

Внешний вид: форма котлеты - овально-приплюснутая с заостренным концом, форма биточков - кругло-приплюснутая, сбоку подлит соус или масло и уложен гарнир

Консистенция: сочная, пышная, однородная

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

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Технологическая карта № 63**Наименование изделия: Тефтели из говядины с рисом («ёжики»)****Номер рецептуры: 400, 446****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина I категории (котлетное мясо)	51,85	37,4	67,1	48,4
Вода	5,95	5,95	7,7	7,7
Крупа рисовая	5,1	5,1	6,6	6,6
Масса готового рассыпчатого риса		14,88		19,25
Лук репчатый	20,83	17,85	27	23,1
Масло сливочное	3,4	3,4	4,4	4,4
Масса пассеров.лука		8,93		11,55
Мука пшеничная	4,25	4,25	5,5	5,5
Масса полуфабриката		70,55		91,3
Масло сливочное	5,1	5,1	6,6	6,6
Масса готовых тефтелей		60		80
Соус	25	25	30	30
Выход: (с соусом)		60/25		80/30

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина I категории (котлетное мясо)	61	44
Вода	7	7
Крупа рисовая	6	6
Масса готового рассыпчатого риса		17,5
Лук репчатый	24,5	21
Масло сливочное	4	4
Масса пассерованного лука		10,5
Мука пшеничная	5	5
Масса полуфабриката		83
Масло сливочное	6	6
Масса готовых тефтелей		70
Соус молочный	30	30
Выход: (с соусом)		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,98	13,96	10,68	204,28	0

Химический состав данного блюда на 85 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,63	11,87	9,08	173,64	0

Химический состав данного блюда на 110 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
9,88	15,36	11,75	224,71	0

Технология приготовления: Рис перебирают, варят рассыпчатую рисовую кашу, лук нарезают мелким кубиком, бланшируют, пассеруют. Мясо измельчают на мясорубке с двойной мелкой решеткой или дважды. В измельчённое мясо добавляют воду, пассерованный лук, рассыпчатый рис, хорошо перемешивают, разделяют в виде шариков по 2 штуки на порцию (по 42 г). Шарики панируют в муке, обжаривают на противне до образования легкой корочки, заливают соусом и тушат в жарочном шкафу при температуре 160- 200⁰С 10-15 мин.

Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились и гарниром.

Гарниры: картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные, тушеные.

Соусы: томатный, молочный, сметанный, сметанный с томатом.

Температура подачи: 65⁰С.

Срок реализации: не более 3 часов с момента приготовления.

Требования к качеству: изделия должны сохранять форму, сочные, соус немного загустевший, вкус в меру соленый. Без посторонних привкусов и запахов.

Технологическая карта № 164**Наименование изделия: Фрикадельки мясные****Номер рецептуры: 121****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: ДеЛи принт, 2012.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	1549	1140	38,73	28,5
или баранина	1549	1140	38,73	28,5
или свинина	1338	1140	33,45	28,5
Лук репчатый	119	100	3	2,5
Вода	100	100	2,5	2,5
Яйца	2 шт.	80	0,05 шт.	2
Соль	9	9	0,23	0,23
Масса полуфабриката		1430		35,75
Выход		1000		25

Химический состав данного блюда на 1000 гр фрикадельки из говядины:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
190,89	101,19	7,88	1706	10

Химический состав данного блюда на 25 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,77	2,53	0,20	42,65	0,25

Технология приготовления: Мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо размешивают. Сформированные шарики массой 8-10 г. Припускают в бульоне до готовности.**Хранят** фрикадельки до отпуска на мармите в бульоне.**Требования к качеству:** Внешний вид: изделия в форме шариков одинакового размера. Консистенция: мягкая, нежная. Цвет: фрикаделек – серый. Вкус и запах: отварных фрикаделек.

Технологическая карта № 65**Наименование изделия: Птица или кролик отварные****Номер рецептуры 300****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Куры,	177	157	236	209
или бройлер-цыпленок,	187	138	249	184
или индейка,	179	133	238	177
или филе птицы (полуфабрикат)	84	82	1123	109
Или кролик	117	82	156	109
Лук репчатый	2	1,7	3	2,5
Масса отварной птицы или кролика	-	60	-	80
Соус № 350, 366, 354, 367	-	15	-	30
или №355	-	-	-	30
Гарнир №313, 315, 316, 318, 320, 321	-	120	-	150
Выход	-	195	-	260

Химический состав данного блюда на 60 г.(бройлер- цыпленок)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
12,66	12,66	8,16	0,00	124,00	0,00	0,02	0,08	23,4	1,08

Технология приготовления

Подготовленные тушки птицы перед варкой формируют, придавая им компактную форму, кладут в горячую воду (2- 2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют соль, нарезанные овощи, лук и варят до готовности при слабом кипении в закрытой посуде.

Сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть. У отварной птицы удаляют кожу, отделяют мякоть от костей, порционируют. Порционные куски заливают горячим куриным бульоном, доводят до кипения и хранят в бульоне на мармите в закрытой посуде.

Кроликов нарубают на 4-6 частей в зависимости от величины тушек и нормы выхода на порции.

Нарубленные порции кролика заливают горячим бульоном, доводят до кипения и хранят в бульоне на мармите в закрытой посуде.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные куски одинакового размера, не разваренные, уложены на тарелку, сбоку гарнир и соус

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: сероватый- для мякоти ножки, белый- филе, кролика- светло- серый

Вкус: умеренно соленый

Запах: свойственный мясу отварной птицы или кролика

Технологическая карта № 66**Наименование изделия: Птица, тушенная в соусе с овощами****Номер рецептуры 302**

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Куры,	89	79	118	105
или бройлер-цыпленок,	93	69	124	92
или индейка,	90	67	119	89
или филе птицы (полуфабрикат)	42	41	57	56
Масса отварной птицы	-	30	-	40
Соус №354, 367,	-	30	-	40
или №355,	-	-	-	40
или №357	-	-	-	40
Картофель	103	77	129	97
Морковь	40	32	50	40
Лук репчатый	22	18	28	23
Горошек зеленый консервированный	8	5	10	6
Масса овощей и соуса	-	150	-	190
Выход	-	180	-	230

Химический состав данного блюда на 230 г.(кура)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
11,94	8,82	8,64	20,88	209,00	9,24	0,24	0,14	51,20	1,86

Химический состав данного блюда на 230 г. (бройлер- цыпленок)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe

11,37	8,25	7,37	20,88	195,00	9,24	0,13	0,14	53,40	1,93
-------	------	------	-------	--------	------	------	------	-------	------

Технология приготовления

Подготовленные тушки птицы варят до готовности, охлаждают, отделяют мякоть от кожи и костей, нарезают на порционные куски, складывают в глубокую посуду, добавляют соус, доводят до кипения и тушат с подготовленными овощами в посуде с закрытой крышкой 15-20 мин при слабом кипении.

Филе птицы (полуфабрикат) нарезают на порционные кусочки, припускают до готовности. Бульон от припускания используют для приготовления соуса. Соус соединяют с припущенным филе, доводят до кипения, добавляют подготовленные овощи и тушат в посуде с закрытой крышкой 15-20 мин при слабом кипении.

На противень, смазанный маслом, выкладывают нарезанный дольками картофель и запекают 10-15 мин. Морковь и мелко шинкованный репчатый лук припускают. Подготовленные овощи соединяют с тушеной птицей, и доводят до готовности 15-20 мин при слабом кипении в посуде с закрытой крышкой.

За 5-10 минут до готовности добавляют припущенный зеленый горошек. Отпускают с овощами и соусом, в котором они тушились.

Требования к качеству

Внешний вид: куски птицы уложены рядом с гарниром и политы соусом, в котором тушилась птица

Консистенция: мягкая, сочная, соус средней густоты, эластичный

Цвет: филе птицы на разрезе – белый

Вкус: продуктов, входящих в блюдо

Запах: продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта № 67**Наименование изделия:** Печень, тушенная в соусе**Номер рецептуры:** 411, 454**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Печень говяжья	103,2	85,2	120,4	99,4
Мука пшеничная	3,6	3,6	4,2	4,2
Масса полуфабриката		88,8		103,6
Масло сливочное	6	6	7	7
Масса тушёной печени		60		70
Соус сметанный		60		70
Выход		120		140

Химический состав данного блюда на 120 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
11,93	9,19	7,61	167,32	10,5

Химический состав данного блюда на 140 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
13,92	10,72	8,88	195,21	12,25

Технология приготовления: Печень нарезают на порционные куски, посыпают йодированной солью, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон до полуготовности (5- 10 мин). Затем печень заливают соусом и тушат в течение 15-20 мин. Подают с гарниром и соусом.

Гарниры: каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из варёного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с маслом.

Соусы: сметанный, сметанный с томатом и луком.

Температура подачи: 75°C.

Срок реализации: не более трёх часов с момента приготовления.

Требования к качеству: печень сохранила форму нарезки. На разрезе серого цвета, мягкая. Соус однородный, без посторонних привкусов, запахов.

Технологическая карта № 68**Наименование изделия: Плов из отварной говядины****Номер рецептуры: 380****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	109,48	81,93	151	113
Масса вареного мяса		50,75		70
Морковь	13,78	10,88	19	15
Масло сливочное	3,63	3,63	5	5
Лук репчатый	13,05	10,88	18	15
Крупа рисовая	30,45	30,45	42	42
Вода	62,35	62,35	86	86
Выход		145		200

Химический состав данного блюда на 145 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
15,83	12,33	22,24	263,18	0

Химический состав данного блюда на 200 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
21,83	17	30,67	363	0

Технология приготовления: Мясо зачищают и варят крупным куском 1—1,5 кг до полуготовности. Охлаждают и нарезают кубиками массой 10—15 г. Добавляют пассированную на сливочном масле с добавлением бульона морковь, бланшированный и слегка пассерованный лук, горячий бульон согласно расчету по рецептуре с учетом того, что в крупе при промывании остается вода в количестве 15 % от массы крупы, соль.

Мясо и овощи варят при слабом кипении 5—10 мин, всыпают подготовленную крупу, варят до загустения, затем закрывают крышкой и доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160°C в течение 30—40 мин.

Готовый плов взрыхляют, подают, укладывая горкой, посыпая рубленой зеленью.

Температура подачи: 65 °С.**Срок реализации:** не более 3 часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Консистенция — мясо мягкое, сочное. Рис хорошо набухший, рассыпчатый. Цвет мяса серый, риса — белый. Плов имеет аромат говядины, лука, моркови и риса. Не допускается запах пригоревшего риса и мяса.

Технологическая карта № 69**Наименование изделия:** Плов из отварной птицы**Номер рецептуры:** 416**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Курица 1 категории потрошенная	158,10	140/101*	207,5	184/132*
Масса отварной мякоти птицы без кожи		53,3		70
Масло растительное	8,4	8,4	11	11
Лук репчатый	16,8	8,4	22	11
Морковь	10,7	8,4	14	11
Крупа рисовая	37,3	37,3	49	49
Бульон для риса	79,24	79,24	104	104
Масса готового риса с овощами		107		140
Выход		160		210

*В числителе — масса тушек кур до варки, в знаменателе — масса тушек вареных кур.

Химический состав данного блюда на 160 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
10.03	10.00	27.76	237.45	0.30

Химический состав данного блюда на 210 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
13,16	13,12	36,43	311,65	0,4

Технология приготовления: Подготовленных кур отваривают целиком, отделяют мякоть, нарезают кубиками, заливают бульоном и кипятят 3-5 мин. Оставляют в бульоне. Морковь нарезают кубиками, припускают с маслом, добавляют бланшированный рубленый лук, бульон в соответствии с рецептурой, соль и доводят до кипения. Всыпают подготовленную рисовую крупу и варят до загустения. Посуду плотно закрывают крышкой и доводят плов до готовности при умеренном нагреве в течение 35—40 мин (на водяной бане). При отпуске плов укладывают в тарелку горкой так, чтобы сверху была отварная мякоть кур. При расчете воды следует учесть, что в рисе при его промывании остается вода в количестве 15 % от массы риса.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: птица нарезана кубиками, морковь, лук — соломкой или мелкими кубиками, плов уложен горкой, украшен веточкой зелени. Вкус и запах отварной курицы, риса и овощей. Не допускается запах пригоревших мяса, риса, овощей. Цвет птицы и риса белый. Консистенция мякоти птицы мягкая, сочная, рис хорошо набухший, рассыпчатый.

ГАРНИРЫ

Технологическая карта № 70

Наименование изделия: Каша вязкая

Номер рецептуры 314

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Масса пшеничной каши	-	970
Масло сливочное	35	35
<i>Выход</i>	-	<i>1000</i>

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
26,69	0,28	28,29	163,70	1016,00	0,00	0,54	0,23	104,3	11,35

Технология приготовления

Вязкая каша представляет собой густую массу. При температуре 60-70°C она держится на тарелке горкой, не расплываясь. На 1 кг крупы получается от 4 до 5 кг готовой каши.

При варке необходимо учитывать, что различные виды круп неодинаково быстро набухают и развариваются.

Подготовленные крупы всыпают в кипящую жидкость, добавляют соль и варят, периодически помешивая, пока каша не загустеет.

Отпускают в горячем виде с маслом или поливают растопленным сливочным маслом.

выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна частично разварены, не разделяются; каша уложена горкой, сохраняет форму

Консистенция: вязкая

Цвет: от желтого до кремового оттенков

Вкус: каши с маслом, умеренно соленый

Запах: каши из крупы данного вида с маслом

Технологическая карта № 71**Наименование изделия:** Пюре картофельное**Номер рецептуры** 321**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-й вариант	
	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	200	142
Молоко сухое	5	5
Масло сливочное	5	5
<i>Выход</i>	-	150

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	Ca	Fe
3,40	0,72	53,35	20,52	152,5	20,17	0,155	0,12	41,08	1,12

Технология приготовления

Очищенный картофель варят в подсоленной воде до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель протирают, температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80 °С. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в два-три приема горячее кипяченое молоко и растопленное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: протертая картофельная масса

Консистенция: густая, пышная, 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, кипяченого молока и сливочного масла

Технологическая карта № 72**Наименование изделия: Макароны изделия отварные с маслом****Номер рецептуры: 204, 205****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия	42	42	52,5	52,5
Масса отварных макаронных изделий		120		150
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход		120/5		150/5

Химический состав данного блюда на 120/5 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,58	3,52	21,98	137,9	0

Химический состав данного блюда на 150/5 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,68	4,36	27,25	171	0

Технология приготовления: Макароны 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—12 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их 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.

Требования к качеству. Внешний вид: макароны уложены горкой, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная Цвет: белый с кремовым оттенком. Вкус: отварных макаронных изделий и сливочного масла, умеренно соленый запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла.

Технологическая карта № 73**Наименование изделия:** Рагу овощное с мясом**Номер рецептуры** 331.**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Мясо(покретка,лопаточная часть,грудинка)	40	33
Картофель	80	64
Капуста белокачаная	80	66
Морковь	20	14
Лук репчатый	10	8
Масса припущенных овощей	-	210
Масло сливочное	5	5
Масло растительное	5	5
Мука пшеничная	5	5
<i>Выход</i>	-	<i>220</i>

Химический состав данного блюда на 220 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
1,89	0,05	5,97	15,77	124,44	26,79	0,07	0,08	41,2	1,07

Технология приготовления

Овощи нарезают дольками или кубиками, затем кладут в посуду слоем не более 5 см и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла.

Припущенные овощи заправляют соусом молочным и доводят до кипения. При использовании моркови в соус добавляют сахар в количестве 3 г на порцию.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: припущенные овощи, сохранившие форму нарезки

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: соответствует виду овощей

Вкус: соответствует виду овощей, умеренно соленый

Запах: припущенных овощей, сливочного масла

Технологическая карта № 74**Наименование изделия:** Капуста тушеная**Номер рецептуры** 336**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная свежая	190	145
или квашеная	142	100
Масло растительное	5	5
Морковь	10	8
Лук репчатый	8	5
Томатное пюре	3	3
Мука пшеничная	2	2
Сахар	1	1
<i>Выход</i>	-	150

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
20,65	0,00	32,37	94,28	751,00	171,62	0,27	0,37	554,5	8,08

Технология приготовления

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), масло растительное, прогретое томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют припущенные, нарезанные соломкой, морковь, лук и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют подсушенной мукой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения. Для детей первой возрастной группы соус готовят без томатного пюре.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушенной капусты с овощами; капуста, лук и морковь - в виде соломки

Консистенция: сочная, слабо хрустящая

Цвет: светло-коричневый

Вкус: свойственный капусте и продуктам, входящим в состав, умеренно соленый, кисло-сладкий

Запах: тушеной капусты, томата, овощей

Технологическая карта № 75**Наименование изделия:** Пюре из гороха с маслом**Номер рецептуры:** 427,428**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Горох	88,68	87,80	101	100
Вода	180	180	205	205
Масса пюре из гороха		176		200
Масло сливочное	4	4	5	5
Выход		180		200/5

Химический состав данного блюда на 176/4 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
34,23	5,52	69,58	464,87	0

Химический состав данного блюда на 200/5 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
38,98	6,29	79,24	529,43	0

Технология приготовления: Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (в прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой (2,5 л на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении 60 – 90 минут. Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того как горох станет целиком мягким, варку прекращают, отвар сливают, горох протирают, добавляют соль (8-10 г на 1 кг). В горячий протертый горох добавляют растопленное сливочное масло и перемешивают. Растопленное сливочное масло можно добавлять при отпуске непосредственно в тарелку. **Температура подачи:** 65°C.

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления**Требования к качеству:** Цвет жёлтый, масса однородная, в меру солёная, без посторонних привкусов.

Технологическая карта № 76**Наименование изделия: Рис отварной****Номер рецептуры: 424****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	43,2	43,2	54	54
Масло сливочное	5,4	5,4	6,75	6,75
Выход		120		150

Химический состав данного блюда на 120 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,99	4,89	30,09	180,56	0

Химический состав данного блюда на 150 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,74	6,11	37,61	225,7	0

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают многократно в тёплой воде. Подготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду (6 л. воды, 40 г йодированной соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зёрна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают воде стечь. Рис перекладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют горячим сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160 °С 5-7 мин.

Температура подачи: 65 °С.**Срок реализации:** не более одного часа с момента приготовления.**Требования к качеству:** зерна крупы набухшие, мягкие, не деформированные, белого цвета, не слипшиеся. Не допускается вкус и запах подгорелой каши.

СОУСЫ

Технологическая карта № 77

Наименование изделия: Заправка для салатов

Номер рецептуры: 478

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Масло растительное	7,47	7,47	9,96	9,96
Лимонная кислота	0,23	0,23	0,3	0,3
Сахар	0,63	0,63	0,84	0,84
Соль	0,30	0,30	0,40	0,40
Выход		9		12

Химический состав данного блюда на 9 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0	7,46	0,63	69,67	0

Химический состав данного блюда на 12 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0	9,95	0,84	92,89	0

Технология приготовления: Заправку для салатов приготавливают из смеси растительного масла и лимонной кислоты с добавлением йодированной соли, сахара. Заправку используют для салатов и винегретов.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: жидкая однородная масса. Цвет светло-желтый. Вкус кисловатый, умеренно соленый, растительного масла. Запах растительного масла.

Технологическая карта № 78**Наименование изделия: Соус белый основной****Номер рецептуры 347****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Бульон или вода	-	1100
Масло сливочное	50	50
Мука пшеничная	50	50
Лук репчатый	24	20
Петрушка (корень)	13	10
Соль	-	10
<i>Выход</i>	-	<i>1000</i>

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
6,01	0,39	35,15	36,66	487,00	2,75	0,12	0,10	117,3	1,59

Технология приготовления

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают до 60-70 °С, вливают четвертую часть воды или бульона и вымешивают до образования однородной массы; затем постепенно вводят оставшуюся жидкость. Вымешивают, доводят до кипения. После этого в соус кладут нарезанные лук репчатый, петрушку и варят 25-30 мин.

В конце варки добавляют соль. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Готовый соус используют для приготовления производных соусов. Если соус используется как самостоятельный, его заправляют лимонной кислотой (1 г) и маслом сливочным (30 г).

Соус белый основной подают к блюдам из отварного и припущенного мяса и птицы, а также используют для приготовления других соусов

Технологическая карта № 79**Наименование изделия: Соус томатный****Номер рецептуры 348****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Бульон или вода	-	1000
Масло сливочное	45	45
Мука пшеничная	45	45
Морковь	75	60
Лук репчатый	34	20
Петрушка (корень)	13	10
Томатное пюре	150	150
Масло сливочное	15	15
Сахар	10	10
Соль	-	10
<i>Выход</i>	-	<i>1000</i>

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
11,62	0,47	42,03	80,18	745,00	23,75	0,20	0,18	158,8	4,78

Технология приготовления

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания, периодически помешивая для удаления комочков. Правильно спассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. Муку охлаждают до 60-70 °С, используют четвертую часть горячей жидкости и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся жидкость, доводят до кипения. Мелко нарезанные корни, лук припускают, добавляют томатное пюре, продолжают тушение еще 15-20 минут.

В соус кладут подготовленные тушеные овощи, и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, сахар. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов. При использовании его как самостоятельного, соус томатный заправляют лимонной кислотой (0,5 г) и маслом сливочным (30 г).

Соус томатный подают к блюдам из отварной, припущенной, запеченной рыбы и рыбной котлетной массы, блюдам из запеченного мяса, блюдам из овощей для детей второй возрастной группы.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков муки, всплывшего жира на поверхности. **Консистенция:** вязкая, эластичная, нежная

Цвет: красный. **Вкус:** насыщенный, соответствующий использованным продуктам, свойственный томату. **Запах:** продуктов, входящих в соус

Технологическая карта № 80**Наименование изделия:** Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)**Номер рецептуры** 352**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Молоко	500	500
Масло сливочное	110	110
Мука пшеничная	110	110
Вода	500	500
Соль	-	8
<i>Выход</i>	-	<i>1000</i>

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
26,77	15,23	92,20	98,76	1332,00	3,25	0,39	0,85	669,30	2,99

Технология приготовления

Соус молочный средней густоты приготавливают по рец. №350.

Для улучшения вкуса и эластичности в соус можно добавить сырые яичные желтки (2-3 шт. на 1 кг соуса).

Требования к качеству*Внешний вид:* однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков муки, пленки и всплывшего жира*Консистенция:* полужидкая, эластичная, нежная*Цвет:* кремовый*Вкус:* нежный, сладкий, молочный*Запах:* выраженный запах молока и продуктов, входящих в соус

Технологическая карта № 81**Наименование изделия: Соус молочный сладкий****Номер рецептуры: 452****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	18,75	18,75	37,5	37,5
Вода	6,25	6,25	12,5	12,5
Мука пшеничная	1	1	2	2
Масло сливочное	1	1	2	2
Сахар	2,5	2,5	5	5
Ванилин	0,01	0,01	0,02	0,02
Выход		25		50

Химический состав данного блюда на 25 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,65	1,77	3,94	30,30	0,12

Химический состав данного блюда на 50 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,3	3,54	7,88	60,6	0,24

Технология приготовления: Горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7-10 минут. Добавляют сахар, процеживают и доводят до кипения, добавляют ванилин.

Соус подают к блюдам из круп, творога, овощей.

Температура подачи: 65 °С.**Срок реализации:** не более трех часов с момента приготовления.**Требования к качеству:** консистенция жидкой сметаны, однородная, цвет белый или слегка кремовый, запах молока, ванилина, вкус сладкий.

Технологическая карта № 82**Наименование изделия: Соус сметанный****Номер рецептуры 354****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Сметана	250	250
Мука пшеничная	75	75
Вода или отвар	750	750
Масса белого соуса	-	750
Соль	-	8
<i>Выход</i>	-	<i>1000</i>

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
14,06	6,19	49,96	58,68	741,00	0,38	0,21	0,29	273,00	2,08

Технология приготовления

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70° С выливают 1/4 часть горячей воды или отвара и вымешивают.

Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и снова доводят до кипения.

Подают соус к мясным, овощным и рыбным блюдам или используют для запекания рыбы, мяса, овощей.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная масса, без комочков неразварившейся муки, пленки и всплывшего жира

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная

Цвет: от белого до светло - кремового

Вкус: свежей сметаны и продуктов, входящих в блюдо, умеренно соленый

Запах: свежей сметаны и продуктов, входящих в соус

Технологическая карта № 83**Наименование изделия: Соус яблочный****Номер рецептуры 362****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Яблоки свежие	256	225
Сахар	125	125
Крахмал картофельный	30	30
Корица молотая	1	1
Кислота лимонная	1	1
Вода	800	800
<i>Выход</i>		<i>1000</i>

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
0,93	0,00	0,90	170,26	693,00	9,00	0,05	0,04	87,8	5,33

Технология приготовления

Нарезанные ломтиками яблоки с кожицей заливают горячей водой и варят в течение 6-8 мин в закрытой посуде до готовности. Затем протирают, соединяют с отваром, добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят предварительно разведенный охлажденным отваром крахмал, доводят до кипения и добавляют корицу. Готовый соус охлаждают.

Соус можно готовить без корицы.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная гладкая масса без пленки

Консистенция: вязкая, эластичная

Цвет: продуктов, входящих в соус

Вкус: кисло-сладкий, насыщенный

Запах: яблок, корицы

Технологическая карта № 84**Наименование изделия: Соус шоколадный****Номер рецептуры: 487****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Какао-порошок	3	3	5	5
Сахар	6	6	10	10
Молоко цельное сгущённое с сахаром	13,65	13,65	22,75	22,75
Ванилин	0,01	0,01	0,01	0,01
Вода	9	9	15	15
Выход		30		50

Химический состав данного блюда на 30 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,09	0,48	15,19	67,96	0,14

Химический состав данного блюда на 50 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,09	0,48	15,19	67,96	0,14

Технология приготовления: Какао смешивают с сахаром. Молоко сгущенное разводят горячей водой, нагревают до кипения и при непрерывном помешивании вливают смесь какао с сахаром, доводят до кипения, процеживают и охлаждают. В охлажденный соус вводят ванилин, растворенный в теплой воде (1:20).**Температура подачи:** 14°C.**Срок реализации:** не более трех часов с момента приготовления.**Требование к качеству:** однородная, вязкая масса. Цвет светло-коричневый. Вкус сладкий, нежный. Запах сладкий, молочный, выраженный аромат ванили.

СЛАДКИЕ БЛЮДА

Технологическая карта № 85

Наименование изделия: Плоды и ягоды свежие

Номер рецептуры 368

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Яблоки,	114	100
или груши,	111	100
или персики,	111	100
или абрикосы,	116	100
или бананы,	167	100
или виноград столовый	104	100
Выход	-	100

Химический состав данного блюда на 100 г. (яблоко)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,40	0,00	0,40	9,80	44,00	10,00	0,03	0,02	16,00	2,20

Химический состав данного блюда на 100 г. (груша)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,40	0,00	0,30	10,30	46,00	5,00	0,03	0,03	19,00	2,30

Химический состав данного блюда на 100 г. (банан)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
1,50	0,00	0,50	8,00	95,00	10,00	0,04	0,05	8,00	0,60

Технология приготовления

Яблоки или груши свежие с удаленным семенным гнездом, персики или абрикосы с удаленной косточкой, или очищенные бананы нарезают, виноград свежий столовый разделяют на кисточки, и подают на десертной тарелке или вазочке.

Выход порции может быть изменен.

Требования к качеству

Внешний вид: целые плоды или ягоды, уложенные на десертную тарелку или вазочку

Консистенция: соответствует виду плодов или ягод

Цвет: соответствует виду плодов или ягод

Вкус: соответствует виду плодов или ягод

Запах: соответствует виду плодов или ягод

Технологическая карта № 86**Номер рецептуры 371.****Наименование изделия: Апельсины, мандарины с сахаром****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Апельсины,	104	75	149	100
или мандарины	95	75	135	100
сахар или рафинадная пудра	5	5	10	10
Выход	-	80	-	110

Химический состав данного блюда на 80г.(мандарины)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
0,56	0,00	0,14	15,23	64,00	26,60	0,04	0,02	24,8	0,10

Технология приготовления

Апельсины или мандарины моют, очищают от кожицы, нарезают кружочками или делят на дольки.

Подают в вазочках, посыпают сахаром или рафинадной пудрой.

Требования к качеству

Внешний вид: дольки или кружочки апельсинов или мандаринов, посыпанные сахаром или рафинадной пудрой

Консистенция: сочная

Цвет: оранжевый

Вкус: кисло-сладкий, приятный

Запах: апельсинов или мандаринов

КОМПОТЫ

Технологическая карта № 87

Наименование изделия: Компот из смеси сухофруктов

Номер рецептуры: 522

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Смесь сухофруктов	18,75	22,88*	25	30,5*
Сахар	11,25	11,25	15	15
Вода	142,5	142,5	190	190
Выход:		150		200

*Масса сухофруктов отварных

Химический состав данного блюда на 150 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,42	0	20,55	83,88	0,11

Химический состав данного блюда на 200 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,56	0	27,4	111,84	0,15

Технология приготовления: Сушеные фрукты перебирают, сортируют по видам, несколько раз промывают в теплой воде, затем закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5-2 часа; яблоки – 20-30 минут; урюк – 18-20 минут. Охлаждают. Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.

Температура подачи: 14°C.

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Не допускаются посторонние примеси и порченные плоды. Ягоды и плоды сварены до полной готовности и пропитаны отваром. Отвар – прозрачный. Вкус сладкий. Вкус и запах соответствуют использованным в компоте сухофруктам. Цвет – коричневый или темно-коричневый.

Технологическая карта № 88**Наименование изделия:** Компот из свежих плодов и ягод**Номер рецептуры** 372**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Яблоки или груши	40	36
Черника или брусника	20	20
Вода	156	156
Черешня или вишня.	35	35
или слива, или персики.	40	35
Изюм	5	5
Вода	150	150
Сахар	12	12
<i>Выход</i>	-	<i>180</i>

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,14	0,00	10,9	21,89	89,09	0,87	0,03	0,05	14,49	0,89

Химический состав данного блюда на 180г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,14	0,00	0,14	21,70	88,72	1,56	0,05	0,04	13,16	0,85

Технология приготовления

Яблоки, груши или айву, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой.

Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды, Яблоки и груши варят на слабом огне не более 6-8 мин. Быстро разваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; сливы, персики или абрикосы перебирают, моют, разрезают пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки, груши зачищены от сердцевины и плодоножек, нарезаны дольками; абрикосы, персики, сливы разделены пополам, косточки удалены; мелкие - с косточками

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая

Цвет: присущий вареным плодам в сиропе

Вкус: кисло-сладкий

Запах: фруктов - концентрированный, приятный

Технологическая карта № 89**Наименование изделия: Компот из апельсинов или мандаринов****Номер рецептуры 374****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование полуфабрикатов	продуктов	и	Масса, г	
			брутто	нетто
Апельсины			373	250
или мандарины			338	250
Сахар			150	150
Цедра			25	25
Вода			625	625
Выход			-	1000

Химический состав данного блюда на 1000 г.(из апельсинов)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
2,25	0,00	0,50	169,95	693,00	64,50	0,08	0,07	117,6	1,20

Технология приготовления

Апельсины или мандарины моют, очищают от кожицы, нарезают тонкими кружочками (мандарины можно разделить на дольки), заливают горячим сиропом, доводят до кипения и дают настояться до полного охлаждения. Для приготовления сиропа в горячей воде растворяют сахар, добавляют цедру, предварительно очищенную от белой мякоти, нарезанную тонкой соломкой, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: сироп прозрачный, апельсины или мандарины нарезаны дольками

Консистенция: цитрусовых - мягкая, соотношение густой и жидкой части 1:3 или

1:5

Цвет: оранжевый

Вкус: апельсина или мандарина, сладкий

Запах: апельсина или мандарина

Технологическая карта № 90**Наименование изделия: Кисель из концентрата плодового или ягодного****Номер рецептуры: 517****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сахар	7,5	7,5	10	10
Вода	142,5	142,5	190	190
Концентрат киселя:	18	18	24	24
Крахмал	5,09	5,09	6,79	6,79
Сахар	11,52	11,52	15,36	15,36
Лимонная кислота	0,13	0,13	0,17	0,17
Выход		150		200

Химический состав данного блюда на 150 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,02	0	21,77	91,14	0

Химический состав данного блюда на 200 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,36	0	29,02	121,52	0

Технология приготовления: Концентрат разминают, разводят равным количеством холодной воды. Полученную смесь вливают в кипяток, добавляют сахар и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают.**Температура подачи:** 14°C**Срок реализации:** не более 1 часа с момента приготовления.**Требования к качеству:** Кисель имеет цвет ягод или плодов, из которых изготовлен концентрат. Вкус и запах кисло-сладкий с ароматом вида концентрата. Консистенция средней густоты, без комков заварившегося крахмала.

НАПИТКИ

Технологическая карта № 91

Наименование изделия: Чай-заварка

Номер рецептуры № 391.

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,0006	0,0006
Вода	198	198
<i>Выход</i>	-	180

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
0,36	0,00	0,09	0,072	2,54	0,18	0,01	0,018	17,8	1,49

Технология приготовления

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определенное количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема чайника.

Настаивают 5- 10 мин и доливают кипятком.

Требования к качеству

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

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: чуть терпкий

Запах: свойственный чаю

Технологическая карта № 92**Наименование изделия:** Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом**Номер рецептуры** 392**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных орга

низациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Чай-заварка №391, (мл)	20	20	30	30
Сахар,	7	7	12	12
или варенье.	10	10	15	15
или джем.	10	10	15	15
или мед.	12	12	15	15
или повидло	15	15	20	20
Вода	130	130	150	150
<i>Выход с сахаром</i>	—	150/7		180/10
<i>с вареньем</i>	-	150/10	-	180/15
<i>с джемом</i>	-	150/10	-	180/15
<i>с медом</i>		150/12		180/15
<i>с повидлом</i>		150/15	-	180/20

Химический состав данного блюда на 180 г.(с сахаром)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,06	0,00	0,02	9,46	37,89	0,03	0,00	0,00	9,47	0,27

Технология приготовления

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан или чашку или подают отдельно. Варенье, джем, мед, повидло подают отдельно.

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 № 93**Наименование изделия:** Чай с лимоном**Номер рецептуры** 393**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Чай-заварка №391, (мл)	20	20	30	30
Сахар	7	7	12	12
Лимон свежий	3	2,5	4	3,5
Вода	130	130	150	150
Выход	-	150/7/3,5	-	180/10/7

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
0,12	0,00	0,02	10,20	41,00	2,83	0,00	0,00	12,80	0,32

Технология приготовления

Предварительно промытый теплой водой лимон ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин.

Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром непосредственно перед отпуском.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавает кружочек лимона

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, с привкусом лимона

Запах: свойственный чаю и лимону

Технологическая карта № 94**Наименование изделия:** Чай с молоком или сливками**Номер рецептуры** 394**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Чай-заварка №391, (мл)	20	20	30	30
Сахар	7	7	10	10
Молоко или сливки	92	90	92	90
Вода	40	40	60	60
Выход	-	150	-	180

Химический состав данного блюда на 180 г. (с молоком)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
2,67	2,61	2,34	14,31	89,00	1,20	0,04	0,14	113,9	0,37

Технология приготовления

К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко или сливки.

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 № 95**Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком****Номер рецептуры 395****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Кофейный напиток	2	2	3	3
Сахар	7	7	10	10
Молоко	75	75	120	120
Вода	90	90	78	78
Выход		150		180

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
2,85	2,61	2,41	14,36	91,00	1,17	0,04	0,14	113,20	0,12

Технология приготовления

Кофейный напиток заливают кипятком, размешивают, доводят до кипения, кипятят 3-5 мин и дают отстояться в течение 5-8 мин при закрытой крышке. После этого готовый кофейный напиток процеживают через частое сито, добавляют горячее кипячёное молоко, сахар и доводят до кипения.

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 № 96**Наименование изделия:** Какао с молоком**Номер рецептуры** 397**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Какао порошок	2	2	2	2
Сахар	8	8	10	10
Молоко	92	92	110	110
Вода	65	65	80	80
Выход	-	150	-	180

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
3,67	3,19	3,19	15,82	107	1,43	0,05	0,17	137,0	0,43

Технология приготовления

Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают до однородной массы, затем вливают при постоянном помешивании кипяченое горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

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 № 97**Наименование изделия:** Напиток из плодов шиповника**Номер рецептуры** 398**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 гола		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Плоды шиповника сушеные	15	15	18	18
Сахар	7	7	10	10
Вода	150	150	180	180
Выход	-	150	-	180

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
0,61	0,00	0,25	18,67	79,00	90,00	0,01	0,05	19,2	0,57

Технология приготовления

Плоды шиповника промывают холодной водой, кладут в посуду из неоокисляющегося материала, заливают кипятком и варят при закрытой крышке и слабом кипении 10 мин. Добавляют сахар, затем оставляют для настаивания на 2-4 часа. После этого отвар процеживают.

Требования к качеству*Внешний вид:* напиток налит в стакан*Консистенция:* жидкая*Цвет:* темно-красный*Вкус:* кисло-сладкий, с привкусом плодов шиповника*Запах:* шиповника

Технологическая карта № 98**Наименование изделия: Соки овощные или ягодные****Номер рецептуры 399****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сок томатный, или морковный, или черносмородиновый, или сливовый, или яблочный, или абрикосовый, или вишневый, или виноградный	150	150	180	180
Выход	-	150		180

Химический состав данного блюда на 180 г. (томатный)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
1,80	0,00	0,18	5,22	30,00	18,00	0,05	0,05	12,6	0,90

Химический состав данного блюда на 180 г. (сливовый)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
0,54	0,00	0,18	27,36	113,00	7,20	0,02	0,02	18,00	0,54

Химический состав данного блюда на 180 г. (яблочный)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
0,90	0,00	0,00	18,18	76,00	3,60	0,02	0,02	12,6	2,52

Химический состав данного блюда на 180 г. (виноград)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
0,54	0,00	0,36	29,34	123,00	3,60	0,04	0,02	36,00	0,72

Технология приготовления

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями по 150-180 мл непосредственно перед отпуском.

Требования к качеству

Внешний вид: сок налит в стакан

Консистенция: жидкая

Цвет: соответствует соку

Вкус: соответствует соку

Запах: соответствует соку

Технологическая карта № 99**Наименование изделия: Молоко кипяченое****Номер рецептуры 400****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Молоко	158	150 ¹	189	180 ¹
Выход	-	150	-	180

¹ Масса молока кипяченого

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
5,48	5,48	4,88	9,07	102,00	2,46	0,08	0,28	226,8	0,19

Технология приготовления

Молоко кипятят в посуде, предназначенной для этой цели, а затем охлаждают и разливают в стаканы.

Требования к качеству*Внешний вид:* молоко без пленки на поверхности*Консистенция:* жидкая*Цвет:* белый, с кремовым оттенком*Вкус:* характерный для кипяченого молока, сладковатый*Запах:* кипяченого молока, приятный

Технологическая карта № 100**Наименование изделия: Кисломолочные напитки****Номер рецептуры: 530, 531****Наименование сборников рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Кефир	185,4	180	206	200
Простокваша	180	180	200	200
Ряженка	184,5	180	205	200
Варенец	180	180	200	200
Ацидофилин	194,4	180	216	200
Йогурт	180	180	206	200
Йогурт сладкий 3,2 % жирности	180	180	206	200
Выход		180		200

Химический состав кефира на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3	0,05	3,8	30	0,7

Химический состав простокваши на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,8	3,2	4,1	58	0,8

Химический состав ряженки на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3	6	4,1	84	0,3

Химический состав варенец на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,9	2,5	4,1	53	0,8

Химический состав ацидофилина на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,8	3,2	3,8	57	0,8

Химический состав йогурта на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5	3,2	3,8	66	0,6

Химический состав **йогурта сладкого** на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5	3,2	8,5	85	0,6

Технология приготовления: Из бутылок и пакетов кисломолочные продукты наливают непосредственно в стаканы. Кисломолочные продукты можно отпускать с сахаром по 5-10г, а также с кукурузными или пшеничными хлопьями по 15 г на порцию.

Температура подачи: 14°C.

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления.

Требования к качеству: кисломолочные напитки имеют белый цвет, ряженка слегка кремовый, консистенция свойственная виду напитка, не допускается излишне кислый вкус. Йогурт по внешнему виду и консистенции — это однородная жидкость, в меру вязкая. Вкус и запах — чистые, кисломолочные, без посторонних привкусов и запахов, для сладкого — в меру сладкий вкус. Цвет — молочно-белый, равномерный по всей массе, при выработке с вкусоароматическими добавками и пищевыми красителями — обусловлен цветом введенных добавок. Не допускается излишне кислый вкус.

ТЕСТО

Технологическая карта № 101

Наименование изделия: Тесто дрожжевое

Номер рецептуры №453

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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Расход сырья на 1000 г, в г		
	для пирожков печеных		для ватрушек, пирожков, кулебяк
	простых	сдобных	
Мука пшеничная высшего или 1-го сортов ¹	43	43	43
Сахар	3	3	3
Маргарин или масло сливочное	3	4	5
Меланж	-	3	3
Соль	0,6	0,5	0,6
Дрожжи (прессованные)	0,5	0,5	0,5
Вода	25	25	30
<i>Выход</i>	<i>60</i>	<i>60</i>	<i>60</i>
Влажность, %	40	33	38

¹Тесто для ватрушек, кулебяк и других изделий рекомендуется готовить из муки высшего сорта

Химический состав данного блюда на 60 г.(пирожки печеные простые)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
69,57	0,06	24,32	479,32	2414	0	1,70	0,64	210,8	14,32

Химический состав данного блюда на 60 г.(пирожки печеные сдобные)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
79,73	8,97	73,46	487,44	2930,0	0,00	1,79	0,99	243,8	16,27

Химический состав данного блюда на 60 г.(ватружки,пирожки,кулебяки)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe

74,78	4,42	40,64	475,21	2566,0	0,00	1,74	0,80	230,8	15,31
-------	------	-------	--------	--------	------	------	------	-------	-------

Технология приготовления

Дрожжевое тесто готовят двумя способами – опарным или безопарным. Безопарным способом тесто готовят преимущественно для изделий с малым содержанием сдобы(сахара, маргарина), опарным- для изделий с большим содержанием сдобы (тесто дрожжевое сдобное).

Требования к качеству

Внешний вид: тесто пышное, хорошо промешано

Консистенция: равномерно пористая, элластичная

Цвет: кремовый

Вкус: сырого дрожжевого теста

Запах: сырого дрожжевого теста

Технологическая карта № 102**Наименование изделия: Тесто дрожжевое сдобное****Номер рецептуры: 559, 560****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная в/с	640	640	565	565
Сахар	46	46	60	60
Масло сливочное	69	69	60	60
Яйца	13/4 шт.	69	1 шт.	40
Соль йодированная	8	8	10	10
Дрожжи (прессованные)	23	23	20	20
Вода	170	170	270	270
Выход		1000		1000

Химический состав данного блюда (1 вариант) на 1000 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
77,95	72,52	500,741	2967,44	0

Химический состав данного блюда (2 вариант) на 1000 гр (расчёт при использовании повидла яблочного):

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
65,82	51,32	460,75	2568,1	0

Технология приготовления. Сдобное тесто готовят опарным способом. Опарный способ: в дежу вливают подогретую до температуры 35-40 °С воду (60-70% от общего количества), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают просеянную муку (35- 60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой не выше 30 °С. Густая опара бродит 3,5 часа и увеличивается в объеме в 1,5-2 раза, жидкая (при 100% воды)

- 1,5 часа и увеличивается в объеме в 2 раза. Готовность опары определяют по появлению

«морщин» на поверхности. В готовую опару добавляют остальную жидкость с растворенными йодированной солью, сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное или растительное масло и замешивают до однородной консистенции. Температура теста 28-30 °С. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 часа для брожения. За время брожения тесто обминают 1-2 раза, чтобы удалить продукты брожения, угнетающие

жизнедеятельность дрожжей, и для более равномерного распределения углекислого газа. Это позволяет получить изделия с хорошей пористостью. После второй обминки тесто дозируют и формуют изделия.

Из опарного теста готовят **пироги закрытые, пирожки с различными фаршами, ватрушки.**

Разделка: готовое тесто перекладывают на стол (с деревянным покрытием, чтобы не допустить охлаждения теста), подпыленный мукой. Отрезают равный по толщине кусок,

закатывают в длинный жгут и режут ножом или отрывают куски требуемой массы руками, формуют шарики. После короткой (8-10 мин) расстойки производят окончательное формование изделий.

Требования к качеству: выбродившее тесто увеличивается в объеме в 2,5 раза, при надавливании пальцем медленно выравнивается, поверхность выпуклая, тесто имеет приятный спиртовой запах. Влажность: 33,00%.

ФАРШИ

Технологическая карта № 103

Наименование изделия: Фарш из свежей капусты

Номер рецептуры: 607

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная	1500	1200	37,5	30	45	36
Масло сливочное	70	70	1,75	1,75	2,1	2,1
Масса готовой капусты		900		22,5		27
Лук репчатый	238	200	5,95	5	7,14	6
Масло сливочное	30	30	0,75	0,75	0,9	0,9
Масса пассированного лука		100		2,5		3
Петрушка (зелень)	14	10	0,35	0,25	0,42	0,3
Выход		1000		25		30

Химический состав данного блюда на 1000 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
15,4	69,4	40,1	853,62	207,5

Химический состав данного блюда на 30 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,46	2,08	1,20	25,61	6,23

Химический состав данного блюда на 25 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,39	1,74	1,00	21,34	5,19

Технология приготовления: Свежую очищенную капусту мелко шинкуют, затем кладут слоем не более 3 см на противень с растопленным маслом и припускают до готовности в собственном соку. Готовую капусту охлаждают, добавляют йодированную соль, пассированный лук, мелко нарезанную зелень петрушки. Солить капусту при тепловой обработке нельзя, так как при этом из нее выделяется влага, что снижает качество фарша и повышает потери в массе.

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления.

Требования к качеству: форма нарезки – мелкая рубка, консистенция капусты, лука – мягкая. Цвет свойственный овощам. Вкус в меру соленый, аромат – входящих в состав продуктов. Не допускается запах пареной капусты

Технологическая карта № 104**Наименование изделия:** Фарш творожный (для ватрушек, пирожков и вареников)**Номер рецептуры:** 622**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	915	906	27,45	27,18	22,88	22,65
Яйца	1 шт.	40	0,03 шт.	1,2	0,03 шт.	1
Сахар	50	50	1,5	1,5	1,25	1,25
Мука пшеничная	40	40	1,2	1,2	1	1
Ванилин	0,1	0,1	0,003	0,003	0,003	0,003
или ванильный сахар	20	20	0,6	0,6	0,5	0,5
Выход		1000		30		25

Химический состав данного блюда на 1000 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
155,05	10,48	98,24	1107,26	2,26

Химический состав данного блюда на 25 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,88	0,26	2,46	27,68	0,06

Химический состав данного блюда на 30 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,65	0,31	2,95	33,22	0,07

Технология приготовления: Творог пропускают через протирочную машину. Затем добавляют сырые яйца, просеянную муку, сахар и ванильный сахар и все тщательно перемешивают.**Срок реализации:** не более 1 часа с момента приготовления.**Требования к качеству:** цвет белый. Консистенция однородная, без комочков непротёртого творога и непромешанной муки. Вкус сладкий.

Технологическая карта № 105**Наименование изделия: Фарш яблочный****Номер рецептуры: 618**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки свежие	1186	830	59,3	41,5	35,58	24,9
Сахар	200	200	10	10	6	6
Выход		1000		50		30

Химический состав данного блюда на 1000 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,32	3,32	280,94	1188,1	41,5

Химический состав данного блюда на 50 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,17	0,17	14,05	59,41	2,08

Химический состав данного блюда на 30 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,1	0,1	8,43	35,64	1,25

Технология приготовления: Готовят из сортов яблок с мягкой мякотью. У яблок удаляют семенное гнездо и кожицу, а затем нарезают тонкими ломтиками или мелкими кубиками 0,3×0,3 см и пересыпают сахаром, немедленно используют, так как нарезанные яблоки быстро темнеют.

Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления.

Требования к качеству: нарезка однородная, аккуратная, цвет – допускается небольшое потемнение (светло-бурый оттенок). Консистенция – мягкая, аромат яблок.

МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Технологическая карта № 106

Наименование изделия: Блинчики с джемом

Номер рецептуры: 265

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
Мука пшеничная	33	32	32	32
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	75	73	73	73
Яйца	1/7 шт.	6	1/7 шт.	6
Сахар	2	2	2	2
Масло коровье сладкосливочное	3	3	3	3
Масса теста		116		116
Масло растительное	3	3	3	3
Масса жареных блинчиков		75		75
Джем	10	10	10	10
Выход		75/10		75/10

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
6,24	8,1	34,31	234	104,1	0,69	0,08	0,05	1,03

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
6,24	8,1	34,31	234	104,1	0,69	0,08	0,05	1,03

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.

Яйца, сахар размешивают, добавляют холодное молоко, всыпают муку и взбивают до получения однородной массы постепенно добавляя оставшееся молоко. Готовое жидкое тесто процеживают. Блинчики выпекают на смазанных растительным маслом и разогретых сковородах с двух сторон. Отпускают с джемом.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: блинчики одинакового размера и толщины с джемом. Хорошо пропечены. Без трещин и пузырьков

Консистенция: мягкая и эластичная.

Цвет: от желтого до светло-коричневого.

Вкус: свежесыпеченного изделия с джемом.

Запах: свежесыпеченного изделия.

Технологическая карта № 107**Наименование изделия: Ватрушки****Номер рецептуры 458****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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов, г	
	из дрожжевого теста	из пресного слоеного теста
Тесто дрожжевое №453	2900	-
Тесто слоеное №455	-	2900
Мука на подпыл	87	78,5
Фарш №504	1500	1500
или повидло	1650/1500 ¹	1650/1500 ¹
Меланж для смазки ватрушек	75	75
Масло растительное для смазки листов	12,5	-
<i>Выход</i>	<i>100 шт. по 35 г</i>	<i>100 шт. по 35 г</i>

¹В числителе указана масса брутто, в знаменателе масса нетто с учетом потерь при порционировании

Химический состав данного блюда на 35 г.(из дрожжевого теста)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
4,43	2,64	7,64	12,49	136	0,02	0,04	0,05	25,2	0,43

Технология приготовления

Дрожжевое тесто для ватрушек (реп. №453) готовят опарным способом. Из теста разделяют булочки круглой формы массой 29 г, укладывают на противень смазанный маслом, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 4 см делают в них углубление, которое заполняют начинкой - по 15 г. После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают при температуре 230-240 °С 8-10 мин. При приготовлении ватрушек с повидлом смазывают яйцом только края теста, при этом смазывать края теста следует до заполнения лепешек повидлом.

Слоеное пресное тесто (реп. №455) раскатывают в пласт толщиной 5 мм и вырезают из него выемкой кружки массой 29 г для каждой ватрушки. Края кружков защипывают с таким расчетом, чтобы образовалась лепешка с бортиком. Лепешки укладывают на листы, прокалывают их в нескольких местах и заполняют начинкой - по 15 г. Ватрушки смазывают яйцом и сразу же выпекают при температуре 230-240 °С в течение 15-20 мин.

Ватрушки из пресного слоеного теста рекомендуются для детей старшей возрастной группы, из дрожжевого теста - для детей разных возрастных групп.

Требования к качеству

Внешний вид: форма круглая, в середине фарш

Консистенция: мягкая, пористая, хорошо пропеченная

Цвет: светло-коричневый

Вкус: свойственный данному изделию и начинке

Запах: свойственный данному изделию и начинке

Технологическая карта № 108**Наименование изделия:** Ватрушки с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем (фарш творожный)**Номер рецептуры:** 555, 559, 560, 622**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Тесто дрожжевое:		46,4
Мука пшеничная в/с	29,8	29,8
Сахар	1,6	1,6
Масло сливочное	1,3	1,3
Яйца	1/26 шт.	1,5
Соль йодированная	0,5	0,5
Дрожжи прессованные	0,9	0,9
Вода	12	12
Мука на подпыл	1,4	1,4
Фарш*	30	30
Яйца	1/30 шт.	1,3
Масло растительное для смазки листов	0,2	0,2
Выход		60

*Расчет химического состава велся без учета фарша

Химический состав данного блюда на 60 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,73	2	23,44	126,51	0

Химический состав данного блюда на 60 гр с творожным фаршем:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,38	2,31	26,39	159,73	0,07

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 массой 46 г. укладывают их швом вниз на лист, смазанный жиром, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубления, которое заполняют начинкой по 30 г. после полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают при температуре 230-240°C 6-8 минут.

При приготовлении ватрушек с повидлом яйцом смазывают только края теста, при этом смазывать края теста следует до заполнения лепешек повидлом.

Температура подачи: 75°C.

Срок реализации: не более 3 часов с момента приготовления

Требования к качеству: форма ватрушек круглая, хорошо сохранена. Поверхность глянцевая, цвет корочки от золотистого до светло-коричневого. Вкус сладковатый, в меру соленый, с ароматом, свойственным виду фарша. Консистенция фарша соответствует требованиям.

Технологическая карта № 109**Наименование изделия:** Сдоба обыкновенная**Номер рецептуры** 466**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

100 шт. по 50 г или 200 шт. по 25 г

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Массовая доля сухих веществ, %	Расход сырья на 100 шт. готовых изделий, г	
		в натуре	в сухих веществах
Мука пшеничная 1-го сорта	85,50	3556	3040,4
Мука пшеничная 1-го сорта (на подпыл)	85,50	148	126,5
Сахар	99,85	370	369,4
Масло сливочное	84,00	148	93,2
Масло сливочное (для разделки)	84,00	148	124,3
Меланж (для смазки)	27,00	133	35,9
Соль	96,50	55	54,0
Дрожжи (прессованные)	25,00	56	14
Итого сырья		4578	3857,7
Вода		1560	
Масса полуфабриката		5750	
Выход	63	5000	3150
Влажность не более 37,0%			
Кислотность не более 2,5°			

Химический состав данного блюда на 25 г

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
1,94	0,09	1,18	13,07	71,00	0,00	0,03	0,02	5,50	0,34

Технология приготовления

Наиболее распространенным видом сдобы являются плюшки (одинарные; *двойные* и круглые). Дрожжевое тесто (реп. №453) делят на куски, прокатывают их в жгут, а затем разрезают на куски и раскатывают в продольную лепешку. Эту лепешку смазывают жиром, свертывают в виде рулета, выравнивают растягиванием так, чтобы толщина его была одинаковой по всей длине, перегибают пополам, при этом концы накладывают один на другой и скрепляют. После этого рулет разрезают по длине ножом на две части для одинарной плюшки и на три части для двойной плюшки, оставляя неразрезанными скрепленные концы.

При укладке на лист плюшку разворачивают в стороны по линии разреза. Для плюшки круглой формы концы рулета не скрепляют, а после надреза его разворачивают, придавая изделиям круглую форму. Разделанные плюшки укладывают на листы, смазанные жиром, ставят в теплое место для расстойки на 50-80 мин. За 15-20 мин до конца расстойки поверхность смазывают меланжем. Выпекают изделия в течение 12-16 мин при температуре 200-220 °С.

Плюшки можно готовить в виде продолговатых, спиральных, фигурных устриц и крученых изделий (плетенка, крученка, вензель и др.).

Требования к качеству

Внешний вид: форма - разнообразная, с четко выраженным рисунком, поверхность глянцевая

Консистенция: мякиш хорошо пропечен, пористый

Цвет: от светло-коричневого до темно-коричневого, в местах надрезов и складок - более светлый

Вкус: свойственный свежесвепеченному изделию из дрожжевого теста

Запах: приятный, свойственный свежесвепеченному изделию из дрожжевого теста

Технологическая карта № 110**Наименование изделия:** Булочка ванильная**Номер рецептуры** 467**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.*100 шт. по 50 г или 200 шт. по 25 г.*

Наименование продуктов* полуфабрикатов	Массовая доля сухих веществ. %	Расход сырья на 100 шт. готовых изделий, г.	
		в натуре	В с у х и х веществах
Мука пшеничная <i>высшего сорта</i>	85,50	3277,5	2802,25
Мука пшеничная <i>высшего сорта (на подпыл)</i>	85,50	100	85,5
Сахар	99,85	575	574,15
Мargarин	84,00	427,5	359,1
Меланж	27,00	197,5	53,35
Меланж (для смазки)	37,00	100	27,0
Соль	96,50	47,5	45,85
Дрожжи (прессованные)	25,00	67,5	16,9
Ванилин	0,00	2,5	0,0
Итого сырья	-	4795	3964,1
Вода		1500	
Масса полуфабриката		5850	
<i>Выход</i>		5000	3200
Влажность не более 36,0 %			
Кислотность не более 2,5 ° Н			

Булочку ванильную можно выпекать массой 100 г.

Химический состав данного блюда на 25.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
1,98	0,19	2,03	13,62	81,00	0,00	0,03	0,02	5,60	0,35

Технология приготовления

Из дрожжевого теста (рец. №453) формуют шарики, кладут их швом вниз на смазанные жиром листы и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 мин. Поверхность шариков смазывают меланжем и выпекают 12- 15 мин при температура 230-240 *С,

Требования к качеству*Внешний вид:* форма – круглая, поверхность гладкая, блестящая*Консистенция:* мякиш хорошо пропечен, пористый*Цвет:* от золотистого до светло-коричневого*Вкус:* свойственный свежесвепеченному изделию из дрожжевого теста*Запах:* приятный, свойственный свежесвепеченному изделию из дрожжевого теста.

Технологическая карта № 111**Наименование изделия:** Булочка домашняя**Номер рецептуры** 469**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

100 шт. по 50 г. или 200 шт. по 25 г.

Наименование полуфабрикатов	продуктов,	Массовая доля сухих веществ, %	Расход сырья на 100 шт. готовых изделий, г	
			в натуре	в сухих веществах
Мука пшеничная высшего сорта		85,50	3208,5	2743,25
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)		85,50	169	144,5
Сахар		99,85	550	549,2
Сахар (для отделки)		99,85	160	159,75
Маргарин		84,00	742,5	623,7
Меланж (для смазки)		27,00	95	25,65
Соль		96,50	30	28,95
Дрожжи (прессованные)		25,00	85	21,25
Итого сырья			5040	4296,25
Вода			1425	
Масса полуфабриката			6040	
<i>Выход</i>		33,5	<i>5000</i>	3350
Влажность не более 33,0%				
Кислотность не более 3 °Н				

Химический состав данного блюда на 25 г

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
1,82	0,07	3,13	13,48	89,00	0,00	0,03	0,02	4,90	0,32

Технология приготовления

Приготавливают булочку домашнюю из дрожжевого теста и выпекают так же, как булочку ванильную (рец. №467), но поверхность перед выпечкой посыпают сахаром.

Требования к качеству*Внешний вид:* форма - круглая, поверхность посыпана сахаром*Консистенция:* мякиш хорошо пропечен, пористый*Цвет:* от золотистого до светло-коричневого*Вкус:* свойственный свежесдобному изделию из дрожжевого теста*Запах:* приятный, свойственный свежесдобному изделию из дрожжевого теста

Технологическая карта № 112**Наименование изделия:** Плюшка**Номер рецептуры** 474**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.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Расход сырья на 1шт.готовых изделий массой 50 г	
Мука пшеничная высшего сорта	40	42,75
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	5	2,565
Сахар	8	9,98
Сахар (для отделки)	2	1,997
Масло сливочное	5	5,88
Молоко сухое	5	5
Яйцо	1/8	5
Дрожжи	0,005	0,005
Соль	0,001	0,001
Итого сырья	65	73,178
Вода	110	-
Масса полуфабриката	60	
Выход	50	32

Влажность не более 34 %

Кислотность не более 2,5° Н

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	Ca	Fe
2,11	0,29	2,40	16,66	97,00	0,01	0,03	0,03	8,20	0,37

Технология приготовления

Приготавливают булочку российскую из дрожжевого теста и выпекают так же, как булочку ванильную (рец. №467), но перед выпечкой на поверхности делают крестообразный надрез, посыпают сахаром и выпекают в течение 10-12 мин.

Требования к качеству

Внешний вид: форма - круглая, поверхность с неглубоким крестообразным надрезом посередине, посыпана сахаром

Консистенция: мякиш хорошо пропечен, пористый

Цвет: от золотистого до светло-коричневого

Вкус: свойственный свежевыпеченному изделию из дрожжевого теста

Запах: приятный, свойственный свежевыпеченному изделию из дрожжевого теста

Технологическая карта № 113**Наименование изделия: Вафли****Номер рецептуры: 602**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Вафли с фруктово-ягодными начинками	30,0	30,0	50,0	50,0
Выход		30,0		50,0

Химический состав данного блюда на 30 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,84	1	23,2	106,2	0

Химический состав данного блюда на 50 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,4	1,66	38,66	177	0

Требования к качеству: вафли – сухие, хрустящие, лёгкие мелкопористые. Не допускаются вафли с салистыми, прогорклыми, затхлыми привкусами и запахами; загрязнённые, влажные на ощупь; поломанные.

Технологическая карта № 114**Наименование изделия: Печенье****Номер рецептуры: 604****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция		1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Печенье сахарное	30,0	30,0	50,0	50,0	70,0	70,0
Выход		30,0		50		70

Химический состав данного блюда на 30 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,25	2,94	22,32	125,1	0

Химический состав данного блюда на 50 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,75	4,9	37,2	208,5	0

Химический состав данного блюда на 70 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,25	6,86	52,08	291,9	0

Требования к качеству: форма печенья должна быть правильная, без изломов. Печенье должно иметь чёткий рисунок на лицевой стороне. Вкус и запах приятные.

Технологическая карта № 115**Наименование изделия: Пряники****Номер рецептуры: 603****Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. Ред. Перевалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Пряник	20	20	65	65
Выход		20		65

Химический состав данного блюда на 20 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,18	0,94	15	73,2	0

Химический состав данного блюда на 65 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,84	3,06	48,75	237,9	0

Требования к качеству: поверхность пряников целая, не подгорелая, без трещин и вздутий. Цвет – коричневый. Вкус и запах приятные.