

ДЕНЬ 1 (понедельник)

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 35

Каша молочная манная

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Крупа манная | 10,0 | 10,0 |
| Вода питьевая | 12,0 | 12,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 75,0 | 75,0 |
| Сахар-песок | 3,0 | 3,0 |
| Масло сливочное несоленое | 3,0 | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 4,5 | 1,15 | 24,25 | 94,37 | 16,77 | 87,69 | 0,28 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|------|------|------|------|-------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,13 | 0,03 | 0,11 | 0,25 | 0,45 | 188,0 |

Способ приготовления:

В кипящее молоко кладут манную крупу и варят 5 мин, затем добавляют сахар, соль и варят, периодически помешивая, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 45

Чай с сахаром

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|-----------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Чай черный байховый | 0,3 | 0,3 |
| Вода питьевая | 95,0 | 95,0 |
| Сахар-песок | 6,5 | 6,5 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,48 | 3,48 | 13,48 | 5,80 | 2,25 | 2,47 | 0,27 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|----|-------|------|-----|-------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0 | 0,003 | 0,02 | 3,0 | 24,00 |

Способ приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 1

Бутерброды с маслом

Вид обработки: Без обработки

Рецептура (раскладка продуктов) на 37 грамм нетто блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Хлеб | 30 | 30 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

| Наименование показателя | Содержание питательных веществ на 37 грамм блюда | Потери питательных веществ продуктов при обработке, % |
|-------------------------|--|---|
| Белки, г | 3,20 | 0 |
| Жиры, г | 5,10 | 0 |
| Углеводы, г | 5,40 | 0 |
| Калорийность, ккал | 126 | 0 |
| В1, мг | 0.05 | 0 |
| В2, мг | 0.0315 | 0 |
| С, мг | 0 | 0 |
| Са, мг | 10.8225 | 0 |
| Fe, мг | 1.1008 | 0 |

Технология приготовления

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 418

Сок

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Сок восстановленный витаминизированный или сок прямого отжима*) | 100,0 | 100,0 |
| Выход | 100,0 | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-----|-------|--------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,18 | 0,08 | 5,24 | 7,0 | 4,0 | 7,0 | 1,4 |
| Витамины, мг | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,01 | 0,01 | 0,1 | 2,0 | 28,00 | |

Готовый продукт промышленного производства.

*) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 13

Зеленый горошек

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Горошек зеленый консервированный натуральный (х/о-35%) | 154,0 | 100,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|--------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,64 | 0,24 | 7,17 | 20,0 | 21,0 | 62,0 | 0,7 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,11 | 0,05 | 0,7 | 10 | | 43,99 |

Способ приготовления:

Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течение 3-5 минут, затем отвар сливают и отпускают горошек как гарнир.

Для воспитанников ясельных групп горошек перед подачей разминается в пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 98/43

Щи из свежей капусты с мясом птицы, со сметаной

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Капуста белокочанная (х/о – 20%) | 25,0 | 20,0 |
| Картофель | | |
| с 01.09 по 31.10 х/о – 25% | 14,0 | 10,5 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 15,0 | 10,5 |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | 16,2 | 10,5 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 17,5 | 10,5 |
| или | | |
| Картофель быстрозамороженный | 10,5 | 10,5 |
| Морковь красная | | |
| до 01.01 х/о – 20% | 8,0 | 6,4 |
| с 01.01 х/о – 25% | 8,5 | 6,4 |
| или | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | 6,4 | 6,4 |
| Лук репчатый (х/о-16%) | 5,0 | 4,2 |
| Или | | |
| Лук репчатый быстрозамороженный | 4,2 | 4,2 |
| Петрушка (зелень) х/о – 26% | 1,0 | 0,74 |
| Сметана 15% жирности | 4,0 | 4,0 |
| Вода питьевая | 120,0 | 120,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,35 | 0,35 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|--------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,79 | 0,60 | 3,46 | 25,9 | 10,80 | 21,56 | 0,31 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,01 | 0,03 | 0,02 | 0,36 | 9,87 | | 42,75 |

Способ приготовления:

Овощи предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде. Белокочанную капусту нарезают соломкой, очищенный картофель - кубиками или брусочками, репчатый

лук и морковь шинкуют. В кипящую воду закладывают картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая) и варят до готовности 7-10 минут. Затем добавляют капусту, лук, морковь (замороженные овощи - не размораживая), соль и варят до готовности 10-15 минут. В готовые щи добавляют сметану, зелень и доводят до кипения.

Требования. Консистенция овощей мягкая, вкус и запах свойственные данному набору продуктов. Не допускается запах переваренной капусты.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 310

Котлета мясная, паровая

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Говядина или свинина (бескостная) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%) | 89,0 | 81,0 |
| Хлеб пшеничный | 14,0 | 14,0 |
| Вода питьевая | 19,0 | 19,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 1,0 | 1,0 |
| Масса полуфабриката | | 114,0 |
| Т/о –варка на пару – 12% | | |
| Выход | | 100 |

В 100 г. данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|-------|----------|--------------------------|-------|----------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 11,44 | 12,42 | 8,12 | 13,60 | 20,62 | 125,61 | 1,02 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,06 | 0,12 | 3,27 | 0 | 194,50 | |

Способ приготовления:

Подготовленное мясо котлетное нарезают на куски, пропускают через мясорубку дважды, смешивают с размоченным в воде хлебом пшеничным, снова пропускают через мясорубку, добавляют соль поваренную йодированную, хорошо выбивают. Из приготовленной котлетной массы формируют котлеты или биточки, варят на пару или в воде до готовности в течение 15-20 мин.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 116

Соус томатный с маслом сливочным

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Отвар овощной или вода | 90,0 | 90,0 |
| Мука пшеничная 1 сорта | 8,5 | 8,5 |
| Масло сливочное | 3,5 | 3,5 |
| Томат-пюре | 8,5 | 8,5 |
| Сахар-песок | 3,0 | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|-----------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 1,23 | 3,0 | 9,77 | 8,27 | 4,66 | 16,39 | 0,37 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,02 | 0,03 | 0,01 | 0,24 | 2,21 | 71,21 | |

Способ приготовления:

Муку пшеничную просеивают, подсушивают на сковороде (без масла) до светло-желтого цвета, охлаждают, разводят отваром овощным (водой), размешивают до образования однородной массы, варят на слабом огне в течение 10-15 мин, добавляют томат-пюре, соль поваренную йодированную, сахар-песок, варят при слабом кипении, помешивая, в течение 5-10 мин, процеживают, заправляют маслом сливочным и, помешивая, доводят до кипения.

Соус томатный подают к блюдам из отварного мяса, птицы и к блюдам из овощей.

Температура подачи: не ниже 65 С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 42/2

Макароньы отварные

Наименование продукта Расход продукта на 1 изд.

| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
|--|---------------|--------------|
| Макароньы или | 36,0 | 36,0 |
| Масло сливочное несоленое | 4,5 | 4,5 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,5 | 0,5 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|-----------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 4,20 | 4,80 | 48,00 | 4,21 | 5,55 | 25,10 | 0,54 |
| Витамины, мг | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,03 | 0,04 | 0,01 | 0,36 | 0 | 138,0 | |

Способ приготовления:

Макароньы (или лапшу) засыпать, помешивая, в кипящую подсоленную воду (1 л воды на 100 г продукта), и отварить до готовности. Готовую вермишель откинуть на сито, дать стечь воде и перемешать с прокипяченным сливочным маслом.

Требования:

Форма: вермишель не разварена, консистенция не слипшаяся, вкус и запах свойственный отварной вермишели и сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 412

Компот из сухофруктов

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---------------------------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Абрикосы без косточки (курага) или | 10,0 | 10,0 |
| Чернослив или | 10,0 | 10,0 |
| Изюм или | 10,0 | 10,0 |
| Смесь сухофруктов | 10,0 | 10,0 |
| Сахар-песок | 8,0 | 8,0 |
| Вода питьевая | 98,0 | 98,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 0,14 | 0,22 | 7,14 | 20,57 | 11,48 | 14,6 | 0,34 |

| А | Витамины мг. | | | | С | Энергетическая ценность(ккал) |
|---|--------------|------|-----|-----|---|----------------------------------|
| | В1 | В2 | РР | | | |
| 0 | 0,01 | 0,02 | 0,3 | 0,4 | | 14,68 |

Способ приготовления: Сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования: Отвар прозрачный, цвет желтый, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареным сухофруктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 253

Омлет натуральный

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Яйцо куриное | 1,25 | 50,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 60,0 | 60,0 |
| Масло сливочное для смазывания противня | 3,0 | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 8,75 | 23,9 | 12,85 | 100,82 | 14,40 | 151,5 | 1,32 |

| А | Витамины мг. | | | | С | Энергетическая ценность (ккал) |
|------|--------------|------|------|------|---|-----------------------------------|
| | В1 | В2 | РР | | | |
| 0,22 | 0,04 | 0,30 | 0,16 | 0,18 | | 289,00 |

Способ приготовления:

Яйца (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), смешивают с молоком, добавляют соль, слегка взбивают до тех пор, пока на поверхности не появится пена. Омлет запекают на противне, смазанном маслом с толстым дном, обеспечивающим постепенный равномерный прогрев яичной массы. Противень хорошо разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования легкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-200°C. При подаче нарезать на порционные куски.

Требования: Цвет светло-желтый. Консистенция пышная, пенная, пористая, упругая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, толщина слоя готового блюда не более 2,5–3 см.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 233

Кисель

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---------------------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Вода питьевая | 100,0 | 100,0 |
| Концентрат киселя "Золотой шар" | 10,0 | 10,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|----|---|----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 0,14 | 0 | 17,28 | 4,5 | 1 | 0 | 0 |

| А | Витамины мг. | | | | С | Энергетическая ценность(ккал) |
|------|--------------|-----|------|----|---|----------------------------------|
| | В1 | В2 | РР | | | |
| 0,25 | 0,3 | 0,3 | 3,25 | 15 | | 55,34 |

Способ приготовления:

Сухой продукт сначала разводят в 1/3 общего объема холодной воды, перемешивают, вливают в кипящую воду (оставшуюся часть), размешивают и доводят до кипения при непрерывном помешивании.

ДЕНЬ 2 (вторник)

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 4

Бутерброды с маслом и сыром

Вид обработки: Без обработки

Рецептура (раскладка продуктов) на 37 грамм нетто блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Хлеб | 30 | 30 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

| Наименование показателя | Содержание питательных веществ на 37 грамм блюда | Потери питательных веществ продуктов при обработке, % |
|-------------------------|--|---|
| Белки, г | 3,20 | 0 |
| Жиры, г | 5,10 | 0 |
| Углеводы, г | 5,40 | 0 |
| Калорийность, ккал | 126 | 0 |
| В1, мг | 0.05 | 0 |
| В2, мг | 0.0315 | 0 |
| С, мг | 0 | 0 |
| Са, мг | 10.8225 | 0 |
| Fe, мг | 1.1008 | 0 |

Технология приготовления

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

Технология приготовления

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 9/82

Каша молочная пшенная

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | | Вес нетто, г |
|--|---------------------------|--------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г | |
| Крупа пшено или | 10,0 | | 10,0 |
| Хлопья пшеничные, не требующие варки* | 10,0 | | 10,0 |
| Вода питьевая | | 12,0 | 12,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 75,0 | | 75,0 |
| Масло сливочное несоленое | 3,0 | | 3,0 |
| Сахар-песок | 3,0 | | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | | 0,25 |
| Выход | | | 100 |
| В 100 г данного блюда содержится | | | |
| Пищевые вещества, г | | Минеральные вещества, мг | |
| Белки Жиры Углеводы | | Ca Mg P Fe | |

| | | | | | | | | |
|--------------|------|------|------|------|-----------------|-------|-------|------|
| 4,94 | 4,27 | 21,8 | | | 92,93 | 18,62 | 91,20 | 0,36 |
| Витамины, мг | | | | | Энергетическая | | | |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) | | | |
| 0,13 | 0,05 | 0,10 | 0,22 | 0,45 | 22,5 | | | |

Способ приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду кладут подготовленную крупу и варят до полуготовности. Затем добавляют соль, сахар, горячее молоко, варят, периодически помешивая, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, и все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требование:

Цвет светло-желтый. Зерна крупы полностью хорошо разварены. Консистенция нежная, слегка расплывчатая. 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

Рецептура № 45

Чай с сахаром

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|-----------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Чай черный байховый | 0,3 | 0,3 |
| Вода питьевая | 95,0 | 95,0 |
| Сахар-песок | 6,5 | 6,5 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,48 | 3,48 | 13,48 | 5,80 | 2,25 | 2,47 | 0,27 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0 | 0,003 | 0,02 | 3,0 | | 24,00 |

Способ приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 418

Сок

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Сок восстановленный витаминизированный или сок прямого отжима*) | 100,0 | 100,0 |
| Выход | 100 ,0 | 100,0 |
| | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-----|-----|-----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,18 | 0,08 | 5,24 | 7,0 | 4,0 | 7,0 | 1,4 |
| Витамины, мг | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |

0 0,01 0,01 0,1 2,0 28,00
 Готовый продукт промышленного производства.
 *) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 85

Отварная свекла

Способ приготовления:

Свеклу промывают, отваривают, охлаждают, очищают от кожицы и нарезают.

Характеристика блюда на выходе

Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: темно-малиновый

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 136

Суп рыбный

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Филе трески ¹ (х/о – 6%) или | 20,0 | 18,8 |
| Филе судака ¹ (х/о – 8%) или | 20,4 | 18,8 |
| Филе минтая ¹ (х/о – 5%) или | 19,8 | 18,8 |
| Филе горбуши ¹ (х/о – 6%) | 20,0 | 18,8 |
| Масса вареной рыбы | | 15,0 |
| Картофель | | |
| с 01.09 по 31.10 х/о – 25% | 28,0 | 21,0 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 30,0 | 21,0 |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | 32,3 | 21,0 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 35,0 | 21,0 |
| или | | |
| Картофель быстрозамороженный | 21,0 | 21,0 |
| Морковь красная | | |
| до 01.01 х/о – 20% | 8,0 | 6,4 |
| с 01.01 х/о-25% | 8,5 | 6,4 |
| или | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | 6,4 | 6,4 |
| Лук репчатый | 5,0 | 4,2 |
| Или | | |
| Лук репчатый быстрозамороженный | 4,2 | 4,2 |
| Пшено | 2,0 | 2,0 |
| Укроп (х/о – 26%) | 1,0 | 0,74 |
| Петрушка (зелень) (х/о – 26%) | 2,0 | 1,48 |
| Вода питьевая | 120,0 | 120,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,35 | 0,35 |
| Выход | | 100 |

¹ – для приготовления блюда используется филе рыбное без костей и кожи промышленного производства

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 13,45 | 4,92 | 4,71 | 24,3 | 16,17 | 88,85 | 0,34 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|------|------|-----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,01 | 0,04 | 0,05 | 0,86 | 2,95 | 60,34 |

Способ приготовления:

Филе рыбы (минтая, трески, судака) промыть, нарезать на порционные куски. Крупу пшеничную перебрать и тщательно промыть. Заложить в кипящую воду (3 л на 1 кг крупы) и сварить до полуготовности, воду слить. Очищенный картофель нарезать кубиками или брусочками. Морковь и репчатый лук мелко нашинковать. В кипящую воду положить пшено, а через несколько минут мелко нарезанный картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживать) и варить при медленном кипении 7-10 минут. Добавить подготовленное филе рыбы, соль поваренную йодированную, овощи (замороженные овощи - не размораживать) и варить до готовности. За 1-2 мин до окончания варки добавить нашинкованные зелень петрушки и укропа.

Требования:

Консистенция крупы и картофеля мягкая, цвет супа светло-желтый, вкус и запах свойственные продуктам с ароматом овощей и рыбы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 174

Гуляш из отварной говядины

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Говядина или свинина(бескостная) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-варка-38%) | 85,7 | 78,0 |
| Масса отварного мяса | | 48 |
| Морковь красная до 01.01 х/о-20% | 20,0 | 16,0 |
| с 01.01 х/о-25% | 21,0 | 16,0 |
| или | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | 16,0 | 16,0 |
| Лук репчатый | 8,0 | 6,4 |
| Или | | |
| Лук репчатый быстрозамороженный | 6,4 | 6,4 |
| Соус: | | |
| Мука пшеничная 1 сорта | 2,0 | 2,0 |
| Бульон мясной (или вода) | 35,0 | 35,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 15,0 | 15,0 |
| Сметана 15% жирности | 3,0 | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 1,2 | 1,2 |
| Масса соуса | | 55 |
| Масса полуфабриката т/о-20% | | 125 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|-------|----------|--------------------------|-------|--------|----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 56,60 | 16,20 | 17,80 | 19,08 | 18,89 | 121,07 | 1,78 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,003 | 0,03 | 0,08 | 2,33 | 0,36 | 274,00 | |

Способ приготовления:

Подготовленное мясо промывают, нарезают на куски массой 1-1,5 кг, толщиной 8 см, закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Готовое вареное мясо охлаждают и нарезают мелкими кубиками. Очищенные морковь и лук репчатый нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды (бульона) (замороженные овощи не размораживают). Из подсушенной муки, с добавлением бульона, молока и сметаны готовят соус. Нарезанное вареное мясо укладывают в посуду, добавляют припущенные репчатый лук и морковь, соль (оставшуюся часть), заливают соусом, перемешивают и тушат в закрытой посуде 10-20 минут. Гуляш отпускают вместе с соусом, в котором он тушился.

Срок реализации: не более 3 часов с момента приготовления.

Требования:

Консистенция мяса мягкая, сочная, цвет светло-коричневый, вкус и запах блюда свойственный набору продуктов, с ароматом мяса, молочно-сметанного соуса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 117

Гречка рассыпчатая

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Крупа гречневая ядрица | 46,0 | 46,0 |
| Или | | |
| Хлопья гречневые, не требующие варки* | 46,0 | 46,0 |
| Вода питьевая | 70,0 | 70,0 |
| Масло сливочное несоленое | 4,0 | 4,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|--------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 1,70 | 2,88 | 16,10 | 9,49 | 90,18 | 135,08 | 3,03 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,02 | 0,14 | 0,07 | 1,64 | 0 | 72,0 | |

Способ приготовления: Крупу перебрать, промыть. В кипящую воду положить соль, всыпать подготовленную крупу и варить до загустения, периодически помешивая. Когда каша загустеет, довести до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. Сливочное масло растопить в эмалированной посуде, прокипятить, добавить в готовую кашу и все тщательно перемешать.

Требования:

Зерна крупы хорошо набухшие, разварены. Консистенция зерен мягкая. Цвет светло-коричневый. Вкус и запах свойственные набору продуктов без признаков вкуса пригорелой каши.

*Способ приготовления при использовании хлопьев, не требующих варки:

Воду доводят до кипения, заливают кипящей жидкостью хлопья, тщательно перемешивают, чтобы не было комков, закрывают крышкой и дают настояться в течение 5 минут. Добавляют соль, прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 412

Компот из сухофруктов

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--------------------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Абрикосы без косточки (курага) | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Чернослив | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Изюм | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Смесь сухофруктов | 10,0 | 10,0 |
| Сахар-песок | 8,0 | 8,0 |
| Вода питьевая | 98,0 | 98,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,14 | 0,22 | 7,14 | 20,57 | 11,48 | 14,6 | 0,34 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,01 | 0,02 | 0,3 | 0,4 | 14,68 | |

Способ приготовления: Сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования: Отвар прозрачный, цвет желтый, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареным сухофруктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 267

Запеканка творожная

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Творог 9%-ной жирности (х/о-протираие–1-2%) | 70,0 | 68,6 |
| Яйцо куриное диетическое | 0,2 | 8,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 34,0 | 34,0 |
| Крупа манная | 7,0 | 7,0 |
| Сахар-песок | 3,0 | 3,0 |
| Масло сливочное для смазывания противня | 1,6 | 1,6 |
| Т/о запекание – 15% | | |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|--------|-----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 12,40 | 5,90 | 25,30 | 146,93 | 20,20 | 191,43 | 0,59 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,10 | 0,04 | 0,25 | 0,39 | 0,27 | | 152,00 |

Способ приготовления:

Творог протирают, добавляют молоко, яйцо (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), сахар, манную крупу, хорошо вымешивают. Выкладывают слоем 3-4 см на противень, смазанный сливочным маслом, разравнивают и запекают в жарочном шкафу 20-30 мин. при t 220-280°C.

Требования:

Поверхность ровная, без трещин, консистенция однородная. Цвет золотисто-желтый; вкус и запах, свойственные творогу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 113

Соус молочный сладкий

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Мука пшеничная высшего сорта | 9,0 | 9,0 |
| Сахар-песок | 7,0 | 7,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 110,0 | 110,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|--------|-----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 4,14 | 3,44 | 8,08 | 129,47 | 16,33 | 102,45 | 0,23 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,17 | 0,03 | 0,13 | 0,19 | 0,33 | | 117,69 |

Способ приготовления:

Муку подсушить на сковороде без жира до светло-желтого цвета, остудить, развести кипяченым молоком, добавить сахар и, непрерывно помешивая, варить при слабом кипении 7-10 минут, процедить и довести до кипения.

Требования: консистенция однородная, без комков заварившейся муки, цвет светло-кремовый. Вкус нежный, без запаха подгорелой муки и молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 127

Молоко

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное х/о-розлив-5% | 105,0 | 100,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|-----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,8 | 3,2 | 4,1 | 121,0 | 14,0 | 91,0 | 0,1 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|-----|-----|-----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,1 | 0,02 | 0,13 | 0,1 | 0,6 | 56,0 |

Готовый продукт промышленного производства. Поступает в пакетах или бутылках. Молоко стерилизованное не требует предварительного кипячения. Перед отпуском разливают в стаканы.

Температура подачи – не ниже 15°C.

Срок реализации: не более 1 часа после вскрытия упаковки.

ДЕНЬ 3 (среда)ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 1**Бутерброды с маслом**

Вид обработки: Без обработки

Рецептура (раскладка продуктов) на 37 грамм нетто блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Хлеб | 30 | 30 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

| Наименование показателя | Содержание питательных веществ на 37 грамм блюда | Потери питательных веществ продуктов при обработке, % |
|-------------------------|--|---|
| Белки, г | 3,20 | 0 |
| Жиры, г | 5,10 | 0 |
| Углеводы, г | 5,40 | 0 |
| Калорийность, ккал | 126 | 0 |
| В1, мг | 0.05 | 0 |
| В2, мг | 0.0315 | 0 |
| С, мг | 0 | 0 |
| Са, мг | 10.8225 | 0 |
| Fe, мг | 1.1008 | 0 |

Технология приготовления

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 228**Каша молочная рисовая**

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Крупа рисовая или | 10,0 | 10,0 |
| Хлопья рисовые, не требующие варки* | 10,0 | 10,0 |
| Вода питьевая | 12,0 | 12,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 75,0 | 75,0 |
| Сахар-песок | 3,0 | 3,0 |
| Масло сливочное несоленое | 3,0 | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 4,59 | 4,16 | 9,53 | 94,37 | 16,77 | 87,69 | 0,28 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|------|------|------|------|----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,13 | 0,03 | 0,11 | 0,25 | 0,45 | 128,50 |

Способ приготовления:

Крупы рисовую перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду кладут подготовленную крупу и варят 20 мин, затем добавляют горячее молоко, сахар, соль, промытый и варят, периодически помешивая, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, и все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования:

Цвет белый. Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция нежная, слегка расплывается. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши, комков и засохших пленок.

*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. Изюм без косточек перебирают, промывают, заливают кипятком, немного настаивают для размягчения. Затем его добавляют в кашу, закрывают крышкой и дают настояться в течение 5 минут. Добавляют соль, сахар, прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 431

Какао-напиток с молоком

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Молоко сухое или стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 90,0 | 90,0 |
| Какао-напиток быстрорастворимый (смесь сухая) | 7,0 | 7,0 |
| Вода питьевая | 15,0 | 15,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,10 | 3,20 | 11,18 | 110,57 | 15,89 | 92,71 | 0,35 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|------|------|--------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,14 | 0,02 | 0,12 | 0,12 | 0,54 | 84,68 |

Способ приготовления:

Молоко вскипятить. Смешать в соотношении 1:1 с горячей кипяченой водой. Смесь молока с водой залить порошок и перемешать до получения однородной массы. Затем влить оставшееся горячее молоко и все тщательно перемешать.

Температура подачи напитка – не выше 60 С. В летнее время допускается подавать напиток комнатной температуры. Срок реализации 2-3 часа с момента приготовления.

Требования: Цвет светло-коричневый, аромат и вкус какао и кипяченого молока, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 418

Сок

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Сок восстановленный витаминизированный или сок прямого отжима*) | 100,0 | 100,0 |
| Выход | 100,0 | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-----|-----|-----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,18 | 0,08 | 5,24 | 7,0 | 4,0 | 7,0 | 1,4 |

| Витамины, мг | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|-----|-----|--------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0,01 | 0,01 | 0,1 | 2,0 | 28,00 |

Готовый продукт промышленного производства.

*) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 53

Икра кабачковая

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Икра кабачковая для детского питания (х/о 5%) | 105,4 | 100,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|---------------------|------|----------|--------------------------|----|----|-----|----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe | |
| 2,64 | 8,58 | 11,88 | 41 | 15 | 37 | 0,7 | |
| Витамины мг. | | | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | | |
| 0 | 0,02 | 0,05 | 0,4 | 7 | | | 72,60 |

Готовый продукт промышленного производства

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 115

Суп гороховый с мясом птицы

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | | Картофель |
|--|---------------------------|--------------|-----------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г | |
| Горох шлифованный с 01.09 по 31.10 х/о-25%) | 12,0 | 12,0 | |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 18,7 | 14,0 | |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | 20,0 | 14,0 | |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 21,5 | 14,0 | |
| или | 23,3 | 14,0 | |
| Картофель быстрозамороженный | 14,0 | 14,0 | |
| Морковь красная до 01.01 х/о-20% | 8,0 | 6,4 | |
| с 01.01 х/о-25% | 8,5 | 6,4 | |
| или | | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | 6,4 | 6,4 | |
| Лук репчатый (х/о-16%) | 5,0 | 4,2 | |
| Или | | | |
| Лук репчатый быстрозамороженный | 4,2 | 4,2 | |
| Петрушка (зелень) | 1,0 | 0,74 | |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,35 | 0,35 | |
| Вода питьевая | 120 | 120 | |
| Выход | | 100 | |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|-----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe | |
| 2,13 | 1,5 | 7,59 | 23,92 | 18,61 | 41,78 | 1,06 | |
| Витамины мг. | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | | |
| 0,01 | 0,10 | 0,03 | 0,46 | 2,13 | | | 41,50 |

Способ приготовления:

Лущеный горох перебрать, промыть, заложить в кипящую воду и варить до готовности. Добавить очищенный мелко нарезанный картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживать) и варить 7-10 минут. Затем ввести нарезанные ломтиками морковь и репчатый лук (замороженные овощи-не размораживать), соль. В готовый суп положить зелень и довести до кипения. Суп можно подать с гренками.

Для приготовления гренек пшеничный хлеб без корки нарезать кубиками, положить на противень и подсушить в духовке.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 47

Гренки для супов

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
|-------------------------------------|---------------------------|---------------|--------------|
| Хлеб пшеничный формовой из муки в/с | 200,0 | | 100,0 |
| Выход | | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|----|-----------------|-----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 15,2 | 1,6 | 97,2 | 40 | 28 | 130 | 2,2 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая | |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) | |
| 0 | 0,22 | 0,06 | 1,84 | 0 | 476 | |

Способ приготовления:

Пшеничный хлеб очистить от корок, нарезать тонкими ломтиками, положить на противень и подсушить в духовке. Корки могут использоваться для приготовления сухарей панировочных.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 120

Суфле из печени

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | |
|-----------------------------------|-------------------------------|-----------|
| | 1 порция | |
| | Брутто, г | Нетто, г |
| Печень говяжья | 79,8 | 74,2 |
| Масло растительное рафинированное | 1,4 | 1,4 |
| Мука высший сорт | 4,2 | 4,2 |
| Яйцо куриное | 0,18шт | 7,25 |
| Лук репчатый | 11,9 | 10 |
| Молоко с м.д.ж 2,5-3,2% | 36,4 | 36,4 |
| Масло сливочное 72,5% | 1,4 | 1,4 |
| Соль йодированная | 0,4 | 0,4 |
| <i>Выход:</i> | | <i>70</i> |

Химический состав данного блюда

| Пищевые вещества | | | | Витамин С, мг |
|------------------|---------|-------------|-----------------------|---------------|
| белки, г | жиры, г | углеводы, г | энерг. ценность, ккал | |
| 15,5 | 7,0 | 5,3 | 161,6 | 10,4 |

Технология приготовления: печень очистить от пленок и желчных протоков, промыть, нарезать тонкими ломтиками, потушить в небольшом количестве воды с добавлением масла 3-5 минут. Затем добавить в печень лук репчатый, соль и тушить еще 10-15 минут. Готовую массу остудить. Пропустить через мясорубку, соединить с молочным соусом, хорошо вымесить, добавить желтки яиц (яйца предварительно обрабатывают согласно СанПиН), растопленное сливочное масло. Белки взбить в густую пену и аккуратно ввести в готовую смесь. Полученную массу выложить на смазанный маслом противень слоем 3-4 см и запекать в духовом шкафу при температуре 220-230° около 20-25 минут.

Требования к качеству:

Внешний вид : изделие воздушное, пышное, ровное без надрывов

Консистенция: мягкая, сочная, нежная, однородная

Цвет: темно-коричневый

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 361

Картофельное пюре

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Картофель | | |
| с 01.09 по 31.10 х/о – 25%; | 98,0 | 73,5 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 105,0 | 73,5 |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | 113,1 | 73,5 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 122,5 | 73,5 |
| т/о-3% | | |
| масса отварного картофеля | | 71,3 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 28,0 | 28,0 |
| Масло сливочное несоленое | 2,5 | 2,5 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,65 | 4,65 | 18,15 | 36,72 | 15,56 | 54,67 | 0,49 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|------|------|--------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,06 | 0,07 | 7,02 | 0,64 | 2,09 | 131,00 |

Способ приготовления:

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем состоянии через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Требования: Цвет бело-кремовый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла. Не допускается: Цвет с синеватым оттенком, с темными глазками, кусочки непотертого картофеля, запах подгорелого молока, вкус водянистый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 412

Компот из сухофруктов

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--------------------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Абрикосы без косточки (курага) | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Чернослив | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Изюм | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Смесь сухофруктов | 10,0 | 10,0 |
| Сахар-песок | 8,0 | 8,0 |
| Вода питьевая | 98,0 | 98,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,14 | 0,22 | 7,14 | 20,57 | 11,48 | 14,6 | 0,34 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|------|------|-----|-----|-------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0,01 | 0,02 | 0,3 | 0,4 | 14,68 |

Способ приготовления: Сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования: Отвар прозрачный, цвет желтый, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареным сухофруктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 35

Макаронные изделия с маслом

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Макароны (или лапша) группы А или Макароны (или лапша) группы В витаминизированная | 36,0 | 36,0 |
| Масло сливочное несоленое | 4,5 | 4,5 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,5 | 0,5 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|-------|-----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,90 | 4,10 | 20,84 | 4,21 | 5,55 | 25,10 | 0,54 |
| Витамины, мг | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,03 | 0,04 | 0,01 | 0,36 | 0 | | 138,25 |

Способ приготовления:

Макароны (или лапшу) засыпать, помешивая, в кипящую подсоленную воду (1 л воды на 100 г продукта), и отварить до готовности. Готовые макароны откинуть на сито, дать стечь воде и перемешать с прокипяченным сливочным маслом.

Требования:

Форма: макароны не разварены, консистенция не слипшаяся, вкус и запах свойственный отварным макаронам и сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 310

Котлета мясная паровая

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Говядина или свинина (бескостная) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%) | 89,0 | 81,0 |
| Хлеб пшеничный | 14,0 | 14,0 |
| Вода питьевая | 19,0 | 19,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 1,0 | 1,0 |
| Масса полуфабриката | | 114,0 |
| Т/о –варка на пару – 12% | | |
| Выход | | 100 |

В 100 г. данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|-------|----------|--------------------------|-------|--------|----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 11,44 | 12,42 | 8,12 | 13,60 | 20,62 | 125,61 | 1,02 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |

0 0,06 0,12 3,27 0 194,50

Способ приготовления:

Подготовленное мясо котлетное нарезают на куски, пропускают через мясорубку дважды, смешивают с размоченным в воде хлебом пшеничным, снова пропускают через мясорубку, добавляют соль поваренную йодированную, хорошо выбивают. Из приготовленной котлетной массы формируют котлеты или биточки, варят на пару или в воде до готовности в течение 15-20 мин.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 45

Чай с сахаром

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|-----------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Чай черный байховый | 0,3 | 0,3 |
| Вода питьевая | 95,0 | 95,0 |
| Сахар-песок | 6,5 | 6,5 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,48 | 3,48 | 13,48 | 5,80 | 2,25 | 2,47 | 0,27 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|----|-------|------|-----|----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0 | 0,003 | 0,02 | 3,0 | 24,00 |

Способ приготовления:

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

ДЕНЬ 4 (четверг)ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 4**Бутерброды с маслом и сыром**

Вид обработки: Без обработки

Рецептура (раскладка продуктов) на 47 грамм нетто блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|
| Сыр советский | 10 | 10 |
| или Сыр российский | 10 | 10 |
| или Сыр голландский | 10 | 10 |
| или Сыр костромской | 10 | 10 |
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Хлеб | 30 | 30 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

| Наименование показателя | Содержание питательных веществ на 47 грамм блюда | Потери питательных веществ продуктов при обработке, % |
|-------------------------|--|---|
| Белки, г | 5.23 | 0 |
| Жиры, г | 11,13 | 0 |
| Углеводы, г | 12,04 | 0 |
| Калорийность, ккал | 160 | 0 |
| В1, мг | 0.0575 | 0 |
| В2, мг | 0.0895 | 0 |
| С, мг | 0.203 | 0 |
| Са, мг | 152.562 | 0 |
| Fe, мг | 1.2581 | 0 |

Технология приготовления

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 353**Каша молочная гречневая**

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Крупа гречневая ядрица | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Хлопья гречневые, не требующие варки* | 10,0 | 10,0 |
| Вода питьевая | 12,0 | 12,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 75,0 | 75,0 |
| Сахар-песок | 3,0 | 3,0 |
| Масло сливочное несоленое | 3,0 | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|----|---|----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |

3,49 5,21 12,50 92,24 30,21 97,63 0,75

| | | | | | |
|------|--------------|------|------|------|----------------------------------|
| | Витамины, мг | | | | |
| А | В1 | В2 | РР | С | Энергетическая ценность(ккал) |
| 0,13 | 0,05 | 0,11 | 0,47 | 0,45 | 111,19 |

Способ 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: 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

Рецептура № 95

Кофейный напиток с молоком

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Молоко сухое или стерилизованное 3,2% жирности | 75,0 | 75,0 |
| Напиток кофейный растворимый | 1,6 | 1,6 |
| Сахар-песок | 6,5 | 6,5 |
| Вода питьевая | 35,0 | 35,0 |
| Выход | 100 | |

В 100 г данного блюда содержится

| | | | | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 2,36 | 1,88 | 9,44 | 92,46 | 10,85 | 68,25 | 0,09 |

| | | | | | |
|------|--------------|------|------|------|-----------------------------------|
| | Витамины мг. | | | | |
| А | В1 | В2 | РР | С | Энергетическая ценность (ккал) |
| 0,11 | 0,02 | 0,10 | 0,08 | 0,45 | 52,68 |

Способ приготовления:

Напиток кофейный заливают кипятком, размешивают, добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и вновь доводят до кипения. Готовый напиток разливают в стаканы или чашки. Температура подачи +45°С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 418

Сок

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Сок восстановленный витаминизированный или сок прямого отжима*) | 100,0 | 100,0 |
| Выход | 100 | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | |
|---------------------|------|----------|
| Белки | Жиры | Углеводы |
| 0,18 | 0,08 | 5,24 |

| Минеральные вещества, мг | | | |
|--------------------------|-----|-----|-----|
| Ca | Mg | P | Fe |
| 7,0 | 4,0 | 7,0 | 1,4 |

| Витамины, мг | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|-----|-----|-----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0,01 | 0,01 | 0,1 | 2,0 | 28,00 |

Готовый продукт промышленного производства.

*) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 13

Зеленый горошек

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Горошек зеленый консервированный натуральный (х/о-35%) | 154,0 | 100,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|-----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,64 | 0,24 | 7,17 | 20,0 | 21,0 | 62,0 | 0,7 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|-----|----|-----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0,11 | 0,05 | 0,7 | 10 | 43,99 |

Способ приготовления:

Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течение 3-5 минут, затем отвар сливают и отпускают горошек как гарнир.

Для воспитанников ясельных групп горошек перед подачей разминается в пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 104

Рассольник с мясом птицы со сметаной

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Картофель | | |
| с 01.09 по 31.10 х/о-25% | 37,3 | 28,0 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 40,0 | 28,0 |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | 43,1 | 28,0 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 46,7 | 28,0 |
| или | | |
| Картофель быстрозамороженный | 28,0 | 28,0 |
| Огурцы соленые (х/о-20%) | 12,0 | 9,6 |
| Морковь красная | | |
| до 01.01 х/о-20% | 8,0 | 6,4 |
| с 01.01 х/о-25% | 8,5 | 6,4 |
| или | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | 6,4 | 6,4 |
| Лук репчатый | 4,0 | 3,4 |
| Или | | |
| Лук репчатый быстрозамороженный | 3,4 | 3,4 |
| Крупа перловая (рисовая) | 3,0 | 3,0 |
| Петрушка (зелень) | 1,2 | 0,9 |
| Бульон мясной | 120,0 | 120,0 |
| Сметана 15% жирности | 4,0 | 4,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,2 | 0,2 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| | | | | | | | |
|---------------------|------|----------|------|--------------------------|-----------------|-------|------|
| Пищевые вещества г. | | | | Минеральные вещества мг. | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,65 | 4,15 | 3,20 | | 21,3 | 14,52 | 71,43 | 0,44 |
| Витамины мг. | | | | Энергетическая | | | |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) | | |
| 0,004 | 0,05 | 0,04 | 0,59 | 3,65 | 47,37 | | |

Способ приготовления:

Овощи предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде. Крупу перебирают, промывают. Перловую крупу кладут в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают, крупу промывают. Соленые огурцы зачищают от кожицы, удаляют крупные зерна, нарезают соломкой или ромбиками, припускают в небольшом количестве воды 15 мин. В кипящий куриный бульон кладут подготовленную крупу, картофель, нарезанный брусочками (быстрозамороженный картофель кладут не размораживая), варят 7-10 минут, добавляют нарезанные соломкой морковь, лук (замороженные овощи - не размораживая), а через 5-10 минут вводят припущенные огурцы, в конце варки солят, добавляют сметану и вновь доводят до кипения.

Температура подачи первого блюда +75 С. Срок реализации 2-3 часа с момента приготовления.

Требования:

Консистенция овощей мягкая, цвет супа – светло-желтый, вкус и запах в меру острый, аромат овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 265

Плов с мясом говядины

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
|--|---------------------------|---------------|--------------|
| Говядина или свинина (бескостная) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-варка-38%) | | 34,6 | 31,5 |
| Масса отварного мяса | | | 19,5 |
| Крупа рисовая | | 8,0 | 8,0 |
| Масса рассыпчатой каши | | | 22,4 |
| Масло подсолнечное рафинированное | | 1,0 | 1,0 |
| Томат-паста | | 1,0 | 1,0 |
| Масло сливочное несоленое | | 2,5 | 2,5 |
| Бульон мясной | | 12,0 | 12,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | | 1,2 | 1,2 |
| т/о -тушение – 20% | | | |
| Выход | | | 100 |

В 100 граммах данного блюда содержится

| | | | | | | | |
|---------------------|------|----------|------|--------------------------|----------------|-------|------|
| Пищевые вещества г. | | | | Минеральные вещества мг. | | | |
| Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Mg | P | Fe |
| 5,74 | 5,74 | 18,08 | | 40,24 | 21,25 | 81,52 | 1,22 |
| Витамины мг. | | | | Энергетическая | | | |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность(ккал) | | |
| 0,02 | 0,04 | 0,07 | 1,56 | 23,14 | 168,00 | | |

Способ приготовления:

Подготовленное мясо варят, охлаждают, пропускают через мясорубку 2 раза. Рисовую крупу перебирают, промывают и варят до полуготовности. Мясо соединяют с отваренным рисом, добавляют соль и перемешивают. Тушат 30-40 минут.

Требования:

фарш сочный, вкус и запах свойственный тушеному мясу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 412

Компот из сухофруктов

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
|--------------------------------|---------------------------|---------------|--------------|
| Абрикосы без косточки (курага) | | 10,0 | 10,0 |
| или | | | |
| Чернослив | | 10,0 | 10,0 |
| или | | | |
| Изюм | | 10,0 | 10,0 |
| или | | | |

| | | |
|-------------------|------|------|
| Смесь сухофруктов | 10,0 | 10,0 |
| Сахар-песок | 8,0 | 8,0 |
| Вода питьевая | 98,0 | 98,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,14 | 0,22 | 7,14 | 20,57 | 11,48 | 14,6 | 0,34 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|------|------|-----|-----|----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0,01 | 0,02 | 0,3 | 0,4 | 14,68 |

Способ приготовления: Сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования: Отвар прозрачный, цвет желтый, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареным сухофруктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 101

Пельмени мясные

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%) | 93,4 | 85,0 |
| Хлеб пшеничный | 14,0 | 14,0 |
| Вода питьевая | 19,0 | 19,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,2 | 0,2 |
| Мука пшеничная высшего сорта | 44,0 | 44,0 |
| Яйцо куриное диетическое | 0,25 | 10,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г. данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 11,12 | 9,17 | 25,58 | 20,88 | 27,72 | 124,80 | 1,87 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|------|------|------|------|----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,01 | 0,18 | 0,10 | 2,40 | 0,28 | 261,25 |

Способ приготовления:

Мясо промывают, зачищают от сухожилий, пропускают 2 раза через мясорубку, смешивают с размоченным в воде и отжатым пшеничным хлебом и снова пропускают через мясорубку. Добавляют соль, хорошо выбивают. Из муки, молока, яиц (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), и соли приготовить тесто: в небольшом количестве воды растворяют соль поваренную йодированную, добавляют просеянную муку пшеничную, яйца куриные, перемешивают до образования однородной массы. Мясную массу разделяют в виде шариков добавляют в приготовленное тесто.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 45

Чай с сахаром

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|-----------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Чай черный байховый | 0,3 | 0,3 |
| Вода питьевая | 95,0 | 95,0 |
| Сахар-песок | 6,5 | 6,5 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,48 | 3,48 | 13,48 | 5,80 | 2,25 | 2,47 | 0,27 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|----|-------|------|-----|----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0 | 0,003 | 0,02 | 3,0 | 24,00 |

Способ приготовления:

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

ДЕНЬ 5 (пятница)ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 1**Бутерброды с маслом**

Вид обработки: Без обработки

Рецептура (раскладка продуктов) на 37 грамм нетто блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Хлеб | 30 | 30 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

| Наименование показателя | Содержание питательных веществ на 37 грамм блюда | Потери питательных веществ продуктов при обработке, % |
|-------------------------|--|---|
| Белки, г | 3,20 | 0 |
| Жиры, г | 5,10 | 0 |
| Углеводы, г | 5,40 | 0 |
| Калорийность, ккал | 126 | 0 |
| В1, мг | 0.05 | 0 |
| В2, мг | 0.0315 | 0 |
| С, мг | 0 | 0 |
| Са, мг | 10.8225 | 0 |
| Fe, мг | 1.1008 | 0 |

Технология приготовления

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 120**Суп молочный с макаронными изделиями**

Наименование продукта Расход продукта на 1 изд.

| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
|---|---------------|--------------|
| Макаронные изделия группы А или Макаронные изделия группы В витаминизированные | 10,0 | 10,0 |
| Вода питьевая | 60,0 | 60,0 |
| Масса отварных изделий | | 26,5 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 75,0 | 75,0 |
| Сахар-песок | 2,0 | 2,0 |
| Масло сливочное несоленое | 2,5 | 2,5 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 3,10 | 2,00 | 14,34 | 53,00 | 11,63 | 60,39 | 0,23 |

| Витамины, мг | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|------|------|-----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,13 | 0,02 | 0,07 | 0,16 | 0,45 | 58,28 |

Способ приготовления:

Вермишель (или лапшу) засыпать, помешивая, в кипящую подсоленную воду и отварить до готовности в течение 5-7 минут, откинуть на сито, дать стечь воде. Затем в кипящее молоко добавить сахар и заложить отварные макаронные изделия, довести до кипения и варить еще минут 5. Сливочное масло растопить в эмалированной посуде, прокипятить, добавить в готовую вермишель, все тщательно перемешать и прокипятить.

Требования:

Цвет белый. Макароны хорошо разварены, не слипшиеся. Вкус и запах свойственные отварной вермишели и молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 45

Чай с сахаром

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|-----------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Чай черный байховый | 0,3 | 0,3 |
| Вода питьевая | 95,0 | 95,0 |
| Сахар-песок | 6,5 | 6,5 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,48 | 3,48 | 13,48 | 5,80 | 2,25 | 2,47 | 0,27 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|----|-------|------|-----|----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0 | 0,003 | 0,02 | 3,0 | 24,00 |

Способ приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 418

Сок

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Сок восстановленный витаминизированный или сок прямого отжима*) | 100,0 | 100,0 |
| Выход | 100 ,0 | 100,0 |
| | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-----|-----|-----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,18 | 0,08 | 5,24 | 7,0 | 4,0 | 7,0 | 1,4 |

| Витамины, мг | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|-----|-----|-----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0,01 | 0,01 | 0,1 | 2,0 | 28,00 |

Готовый продукт промышленного производства.

*) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 53

Икра кабачковая

Наименование продукта Расход продукта на 1 изд.

Икра кабачковая
для детского питания (х/о 5%)
Выход

Вес брутто, г Вес нетто, г

105,4 100,0
100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.
Белки Жиры Углеводы
2,64 8,58 11,88

Минеральные вещества мг.
Ca Mg P Fe
41 15 37 0,7

Витамины мг.
A B1 B2 PP C
0 0,02 0,05 0,4 7

Энергетическая
ценность(ккал)
72,60

Готовый продукт промышленного производства

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 107

Суп с фрикадельками картофельный

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|----------------------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | с 1-3 лет | | с 3-7 лет | |
| | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Картофель | | | 114 | 86 |
| с 01.09-31.10 | 92 | 69 | 123 | 86 |
| с 31.10-31.12 | 99 | 69 | 132 | 86 |
| с 31.12-28.02 | 106 | 69 | 144 | 86 |
| с 29.02-01.09 | 115 | 69 | | |
| Морковь | | | 11 | 9 |
| До 1 января | 9 | 7 | 12 | 9 |
| С 1 января | 10 | 7 | 5 | 4 |
| Лук репчатый | 4 | 3 | 2 | 2 |
| Масло коровье сладкосливочное | 1,6 | 1,6 | 151 | 151 |
| Бульон или вода | 121 | 121 | | 215 |
| Выход | | 172 | | 35 |
| Фрикадельки мясные готовые | | 28 | | |
| Фарш для фрикаделек: | | | 54 | 40 |
| Говядина (котлетное мясо) | 43 | 32 | 5 | 4 |
| Лук репчатый | 4 | 3 | 4 | 4 |
| Вода | 3 | 3 | 1/13 шт. | 3 |
| Яйца | 1/20 шт. | 2 | | 47 |
| Масса полуфабриката | | 38 | | 35 |
| Выход | | 28 | | 215/35 |
| Выход с мясными фрикадельками | | 172/28 | 114 | 86 |

Способ приготовления

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками пассированные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют 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 можно готовить без томатного пюре.

Для приготовления фрикаделек:

Мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с бланшированным нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо размешивают. Сформованные шарики массой 8-10 г припускают в бульоне до готовности.

Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки (не разрезаны и не помяты). Фрикадельки одинакового размера

Консистенция: картофель и овощи мягкие; фрикадельки упругие, сочные, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: умеренно соленый, картофеля и пассированных овощей.

Запах: мясных экстрактивных веществ, пассированных овощей и картофеля.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 145

Рыба, запеченная с овощами

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Филе трески ¹ (х/о – 6%) Или | 65,0 | 61,0 |
| Филе окуня морского ¹ (х/о – 6%) Или | 65,0 | 61,0 |
| Филе судака ¹ (х/о – 8%) Или | 66,3 | 61,0 |
| Филе хека ¹ (х/о – 10%) или | 67,8 | 61,0 |
| Филе минтая ¹ (х/о – 5%) или | 64 | 61,0 |
| Филе горбуши ¹ (х/о - 6%) | 65 | 61,0 |
| Вода питьевая | 19,0 | 19,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,5 | 0,5 |
| Морковь красная до 01.01 х/о-20% | 25,0 | 20,0 |
| с 01.01 х/о-25% | 27,0 | 20,0 |
| Петрушка (корень) | 6,0 | 4,5 |
| Лук репчатый (х/о-16%) | 10,0 | 8,4 |
| Томат-пюре | 2,0 | 2,0 |
| Кислота лимонная пищевая (2%-ный р-р) | 3,0 | 3,0 |
| Сахар-песок | 2,0 | 2,0 |
| Масло подсолнечное рафинированное | 5,0 | 5,0 |
| Масса рыбы тушеной | | 50 |
| Масса рыбы готовой с овощами тушеными и соусом | | 100 |
| Выход | | 100 |

¹ – для приготовления блюда используется филе рыбное без костей и кожи промышленного производства

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|-------|----------|--------------------------|-------|--------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 31,80 | 29,30 | 37,60 | 38,58 | 39,86 | 162,02 | 0,74 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,005 | 0,07 | 0,07 | 0,75 | 4,32 | 169,32 | |

Способ приготовления:

Подготовленное филе рыбное промывают, нарезают на порционные куски, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных моркови, лука репчатого и корня петрушки. Заливают водой или бульоном, добавляют масло растительное, томат-пюре, кислоту лимонную 2%-ную (в 100 мл раствора содержится 98 мл воды, 2 г кислоты лимонной), сахар-песок, соль поваренную йодированную. Посуду закрывают крышкой и тушат до готовности в течение 45-60 мин. Допускается рыбу готовить без кислоты лимонной.

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

Температура подачи: не ниже 65С.

Срок реализации: не более 3-х часов с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 361

Картофельное пюре

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Картофель | | |
| с 01.09 по 31.10 х/о – 25%; | 98,0 | 73,5 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 105,0 | 73,5 |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | 113,1 | 73,5 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 122,5 | 73,5 |
| т/о-3% | | |
| масса отварного картофеля | | 71,3 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 28,0 | 28,0 |
| Масло сливочное несоленое | 2,5 | 2,5 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,65 | 4,65 | 18,15 | 36,72 | 15,56 | 54,67 | 0,49 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|------|------|--------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,06 | 0,07 | 7,02 | 0,64 | 2,09 | 131,00 |

Способ приготовления:

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем состоянии через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Требования: Цвет бело-кремовый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла. Не допускается: Цвет с синеватым оттенком, с темными глазками, кусочки непотертого картофеля, запах подгорелого молока, вкус водянистый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 412

Компот из сухофруктов

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--------------------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Абрикосы без косточки (курага) | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Чернослив | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Изюм | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Смесь сухофруктов | 10,0 | 10,0 |
| Сахар-песок | 8,0 | 8,0 |
| Вода питьевая | 98,0 | 98,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|----------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,14 | 0,22 | 7,14 | 20,57 | 11,48 | 14,6 | 0,34 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,01 | 0,02 | 0,3 | 0,4 | 14,68 | |

Способ приготовления: Сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования: Отвар прозрачный, цвет желтый, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареным сухофруктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 450

Ватрушка с повидлом

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Мука пшеничная в/с или 1с | 50,0 | 50,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 25,0 | 25,0 |
| Масло сливочное несоленое | 4,0 | 4,0 |
| Масло растительное рафинированное | 4,0 | 4,0 |
| Сахар-песок | 5,0 | 5,0 |
| Дрожжи прессованные | 1,5 | 1,5 |
| Яйцо куриное диетическое | 0,125 | 5,0 |
| Повидло | 35,0 | 24,5 |
| Сахар-песок | 2,0 | 2,0 |
| Масло растительное рафинир для смазывания противня | 2,0 | 2,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|-------|----------|--------------------------|--------|-----------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 6,50 | 10,68 | 37,42 | 39,90 | 13,28 | 66,18 | 1,12 |
| Витамины, мг | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,07 | 0,08 | 0,08 | 0,81 | 0,8385 | 289,48 | |

Способ приготовления:

Из муки, молока, яиц (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), сахара, масла, дрожжей и соли приготовить дрожжевое тесто, дать ему подняться (поставить в теплое место). Из дрожжевого теста формируют шарики, делают углубления, в которые закладывают повидло. Выглаживают на противень, смазанный маслом, и выпекают при температуре 230-240°C 10-12 минут до образования румяной корочки на твороге.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 127

Молоко

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное х/о-розлив-5% | 105,0 | 100,0 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|-----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,8 | 3,2 | 4,1 | 121,0 | 14,0 | 91,0 | 0,1 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|-----|-----|-----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,1 | 0,02 | 0,13 | 0,1 | 0,6 | 56,0 |

Готовый продукт промышленного производства. Поступает в пакетах или бутылках. Молоко стерилизованное не требует предварительного кипячения. Перед отпуском разливают в стаканы.

Температура подачи – не ниже 15°C.

Срок реализации: не более 1 часа после вскрытия упаковки.

ДЕНЬ 6 (понедельник)

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 4

Бутерброды с маслом и сыром

Вид обработки: Без обработки

Рецептура (раскладка продуктов) на 37 грамм нетто блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Хлеб | 30 | 30 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

| Наименование показателя | Содержание питательных веществ на 37 грамм блюда | Потери питательных веществ продуктов при обработке, % |
|-------------------------|--|---|
| Белки, г | 3,20 | 0 |
| Жиры, г | 5,10 | 0 |
| Углеводы, г | 5,40 | 0 |
| Калорийность, ккал | 126 | 0 |
| В1, мг | 0.05 | 0 |
| В2, мг | 0.0315 | 0 |
| С, мг | 0 | 0 |
| Са, мг | 10.8225 | 0 |
| Fe, мг | 1.1008 | 0 |

Технология приготовления

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

Технология приготовления

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 221

Каша молочная геркулесовая

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Овсяные хлопья "Геркулес" или Хлопья овсяные, не требующие варки* | 10,0 | 10,0 |
| Вода питьевая | 12,0 | 12,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 75,0 | 75,0 |
| Масло сливочное несоленое | 3,0 | 3,0 |
| Сахар-песок | 3,0 | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 4,82 | 4,83 | 13,24 | 95,41 | 23,18 | 100,60 | 0,45 |

| | | | | | |
|------|--------------|------|------|------|-----------------|
| | Витамины мг. | | | | Энергетическая |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) |
| 0,13 | 0,05 | 0,10 | 0,17 | 0,45 | 81 |

Способ приготовления:

Крупу перебирают. Смесь молока и воды доводят до кипения, добавляют соль, сахар, вводят крупу «Геркулес» и варят, при помешивании, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требование: Цвет светло-кремовый, слегка сероватый. Зерна крупы полностью набухшие и хорошо разварены. Консистенция мягкая, без комков и засохших пленок. Вкус и запах свойственные набору продуктов.

*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

Рецептура № 95

Кофейный напиток с молоком

| | Наименование продукта | | Расход продукта на 1 изд. | |
|-------|--|--|---------------------------|--------------|
| | | | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| | Молоко сухое или стерилизованное 3,2% жирности | | 75,0 | 75,0 |
| | Напиток кофейный растворимый | | 1,6 | 1,6 |
| | Сахар-песок | | 6,5 | 6,5 |
| | Вода питьевая | | 35,0 | 35,0 |
| Выход | | | 100 | |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,36 | 1,88 | 9,44 | 92,46 | 10,85 | 68,25 | 0,09 |

| | | | | | |
|------|--------------|------|------|------|-----------------|
| | Витамины мг. | | | | Энергетическая |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) |
| 0,11 | 0,02 | 0,10 | 0,08 | 0,45 | 52,68 |

Способ приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 418

Сок

| | Наименование продукта | | Расход продукта на 1 изд. | |
|-------|---|--|---------------------------|--------------|
| | | | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| | Сок восстановленный витаминизированный или сок прямого отжима*) | | 100,0 | 100,0 |
| Выход | | | 100,0 | 100,0 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-----|-----|-----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,18 | 0,08 | 5,24 | 7,0 | 4,0 | 7,0 | 1,4 |

| | | | | | |
|---|--------------|------|-----|-----|-----------------|
| | Витамины, мг | | | | Энергетическая |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) |
| 0 | 0,01 | 0,01 | 0,1 | 2,0 | 28,00 |

Готовый продукт промышленного производства.

*) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 13

Зеленый горошек

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Горошек зеленый консервированный натуральный (х/о-35%) | 154,0 | 100,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|-------|-----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,64 | 0,24 | 7,17 | 20,0 | 21,0 | 62,0 | 0,7 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,11 | 0,05 | 0,7 | 10 | 43,99 | |

Способ приготовления:

Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течение 3-5 минут, затем отвар сливают и отпускают горошек как гарнир.

Для воспитанников ясельных групп горошек перед подачей разминается в пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 86

Суп Дальневосточный со сметаной

| Рецептура | Брутто | Нетто |
|--|----------|----------|
| | Масса, г | Масса, г |
| Наименование сырья и пищевых продуктов | | |
| Морская капуста | 16,0 | 16,0 |
| с 1 января | 10,7 | 8,0 |
| Лук репчатый | 4,8 | 4,0 |
| Картофель (с 1 сентября по 31 октября) | 26,7 | 20,0 |
| С 1 ноября по 31 декабря | 28,6 | 20,0 |
| С 1 января по 28-29 февраля | 30,8 | 20,0 |
| С 1 марта | 33,3 | 20,0 |
| Масло растительное | 4,0 | 4,0 |
| Вода или бульон | 160,0 | 160,0 |
| Соль йодированная | 1,0 | 1,0 |
| Сметана 15% жирности | 5,0 | 5,0 |
| Выход готового блюда | 200 г | |

Способ приготовления:

Очищенные овощи нарезают: картофель – брусочками, морковь, лук – соломкой. Морковь и лук припускают с добавлением воды (20% к массе) и масла. В кипящую воду или бульон кладут картофель и варят до полуготовности, затем добавляют припущенные морковь, лук, морскую капусту, сахар, соль и варят 5-7 мин. В конце варки в суп кладут сметану, доводят до кипения. При отпуске можно добавить мелконарезанную зелень (1-2 г).

Требования:

Внешний вид: на поверхности жидкой части блески жира и сметаны, зелень. Овощи сохранили форму нарезки.

Цвет: жидкой части оранжевый, овощей – характерный для их вида.

Консистенция: овощей – мягкая, соотношение жидкой и плотной части соответствует.

Запах: свойственный для вареных и припущенных овощей, без постороннего.

Вкус: характерный для вареных и припущенных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 117

Каша гречневая рассыпчатая

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Крупа гречневая ядрица | 46,0 | 46,0 |
| Или | | |
| Хлопья гречневые, не требующие варки* | 46,0 | 46,0 |
| Вода питьевая | 70,0 | 70,0 |
| Масло сливочное несоленое | 4,0 | 4,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 1,70 | 2,88 | 16,10 | 9,49 | 90,18 | 135,08 | 3,03 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|------|---|--------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,02 | 0,14 | 0,07 | 1,64 | 0 | 72,0 |

Способ приготовления: Крупу перебрать, промыть. В кипящую воду положить соль, всыпать подготовленную крупу и варить до загустения, периодически помешивая. Когда каша загустеет, довести до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. Сливочное масло растопить в эмалированной посуде, прокипятить, добавить в готовую кашу и все тщательно перемешать.

Требования:

Зерна крупы хорошо набухшие, разварены. Консистенция зерен мягкая. Цвет светло-коричневый. Вкус и запах свойственные набору продуктов без признаков вкуса пригорелой каши.

*Способ приготовления при использовании хлопьев, не требующих варки:

Воду доводят до кипения, заливают кипящей жидкостью хлопья, тщательно перемешивают, чтобы не было комков, закрывают крышкой и дают настояться в течение 5 минут. Добавляют соль, прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 174

Гуляш из отварной говядины

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Говядина или свинина(бескостная) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-варка-38%) | 85,7 | 78,0 |
| Масса отварного мяса | | 48 |
| Морковь красная до 01.01 х/о-20% | 20,0 | 16,0 |
| с 01.01 х/о-25% | 21,0 | 16,0 |

| | | |
|---|------|------|
| или | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | 16,0 | 16,0 |
| Лук репчатый | 8,0 | 6,4 |
| Или | | |
| Лук репчатый быстрозамороженный | 6,4 | 6,4 |
| Соус: | | |
| Мука пшеничная 1 сорта | 2,0 | 2,0 |
| Бульон мясной (или вода) | 35,0 | 35,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 15,0 | 15,0 |
| Сметана 15% жирности | 3,0 | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 1,2 | 1,2 |
| Масса соуса | | 55 |
| Масса полуфабриката т/о-20% | | 125 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|-------|----------|--------------------------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 56,60 | 16,20 | 17,80 | 19,08 | 18,89 | 121,07 | 1,78 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|------|------|------|------|-------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,003 | 0,03 | 0,08 | 2,33 | 0,36 | 274,00 |

Способ приготовления:

Подготовленное мясо промывают, нарезают на куски массой 1-1,5 кг, толщиной 8 см, закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Готовое вареное мясо охлаждают и нарезают мелкими кубиками. Очищенные морковь и лук репчатый нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды (бульона) (замороженные овощи не размораживают). Из подсушенной муки, с добавлением бульона, молока и сметаны готовят соус. Нарезанное вареное мясо укладывают в посуду, добавляют припущенные репчатый лук и морковь, соль (оставшуюся часть), заливают соусом, перемешивают и тушат в закрытой посуде 10-20 минут. Гуляш отпускают вместе с соусом, в котором он тушился.

Срок реализации: не более 3 часов с момента приготовления.

Требования:

Консистенция мяса мягкая, сочная, цвет светло-коричневый, вкус и запах блюда свойственный набору продуктов, с ароматом мяса, молочно-сметанного соуса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 412

Компот из сухофруктов

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--------------------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Абрикосы без косточки (курага) | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Чернослив | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Изюм | 10,0 | 10,0 |
| или | | |
| Смесь сухофруктов | 10,0 | 10,0 |
| Сахар-песок | 8,0 | 8,0 |
| Вода питьевая | 98,0 | 98,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,14 | 0,22 | 7,14 | 20,57 | 11,48 | 14,6 | 0,34 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|----|----|----|---|-------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| | | | | | |

Способ приготовления: Сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования: Отвар прозрачный, цвет желтый, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареным сухофруктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 253

Омлет натуральный

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Яйцо куриное | 1,25 | 50,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 60,0 | 60,0 |
| Масло сливочное для смазывания противня | 3,0 | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|--------|--------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 8,75 | 23,9 | 12,85 | 100,82 | 14,40 | 151,5 | 1,32 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,22 | 0,04 | 0,30 | 0,16 | 0,18 | 289,00 | |

Способ приготовления:

Яйца (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), смешивают с молоком, добавляют соль, слегка взбивают до тех пор, пока на поверхности не появится пена. Омлет запекают на противне, смазанном маслом с толстым дном, обеспечивающим постепенный равномерный прогрев яичной массы. Противень хорошо разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования легкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-2000С. При подаче нарезать на порционные куски.

Требования: Цвет светло-желтый. Консистенция пышная, пенная, пористая, упругая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, толщина слоя готового блюда не более 2,5-3 см.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 45

Чай с сахаром

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|-----------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Чай черный байховый | 0,3 | 0,3 |
| Вода питьевая | 95,0 | 95,0 |
| Сахар-песок | 6,5 | 6,5 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|-------|-------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,48 | 3,48 | 13,48 | 5,80 | 2,25 | 2,47 | 0,27 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0 | 0,003 | 0,02 | 3,0 | 24,00 | |

Способ приготовления:

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

ДЕНЬ 7 (вторник)ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 1**Бутерброды с маслом**

Вид обработки: Без обработки

Рецептура (раскладка продуктов) на 37 грамм нетто блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Хлеб | 30 | 30 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

| Наименование показателя | Содержание питательных веществ на 37 грамм блюда | Потери питательных веществ продуктов при обработке, % |
|-------------------------|--|---|
| Белки, г | 3,20 | 0 |
| Жиры, г | 5,10 | 0 |
| Углеводы, г | 5,40 | 0 |
| Калорийность, ккал | 126 | 0 |
| В1, мг | 0.05 | 0 |
| В2, мг | 0.0315 | 0 |
| С, мг | 0 | 0 |
| Са, мг | 10.8225 | 0 |
| Fe, мг | 1.1008 | 0 |

Технология приготовления

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 185**Каша молочная манная**

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Крупа манная | 10,0 | 10,0 |
| Вода питьевая | 12,0 | 12,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 75,0 | 75,0 |
| Сахар-песок | 3,0 | 3,0 |
| Масло сливочное несоленое | 3,0 | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Са | Mg | P | Fe |
| 4,5 | 1,15 | 24,25 | 94,37 | 16,77 | 87,69 | 0,28 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|------|------|------|------|-------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,13 | 0,03 | 0,11 | 0,25 | 0,45 | 188,0 |

Способ приготовления:

В кипящее молоко кладут манную крупу и варят 5 мин, затем добавляют сахар, соль и варят, периодически помешивая, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 431

Какао-напиток с молоком

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Молоко сухое или стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 90,0 | 90,0 |
| Какао-напиток быстрорастворимый (смесь сухая) | 7,0 | 7,0 |
| Вода питьевая | 15,0 | 15,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|--------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,10 | 3,20 | 11,18 | 110,57 | 15,89 | 92,71 | 0,35 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,14 | 0,02 | 0,12 | 0,12 | 0,54 | 84,68 | |

Способ приготовления:

Молоко вскипятить. Смешать в соотношении 1:1 с горячей кипяченой водой. Смесь молока с водой залить порошок и перемешать до получения однородной массы. Затем влить оставшееся горячее молоко и все тщательно перемешать.

Температура подачи напитка – не выше 60 С. В летнее время допускается подавать напиток комнатной температуры. Срок реализации 2-3 часа с момента приготовления.

Требования: Цвет светло-коричневый, аромат и вкус какао и кипяченого молока, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 418

Сок

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Сок восстановленный витаминизированный или сок прямого отжима*) | 100,0 | 100,0 |
| Выход | 100,0 | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-----|-------|--------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,18 | 0,08 | 5,24 | 7,0 | 4,0 | 7,0 | 1,4 |
| Витамины, мг | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,01 | 0,01 | 0,1 | 2,0 | 28,00 | |

Готовый продукт промышленного производства.

*) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 53

Икра кабачковая

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Икра кабачковая для детского питания (х/о 5%) | 105,4 | 100,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|----|----------------------------------|-----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,64 | 8,58 | 11,88 | 41 | 15 | 37 | 0,7 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,02 | 0,05 | 0,4 | 7 | 72,60 | |

Готовый продукт промышленного производства

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 44

Суп свекольный с мясом птицы со сметаной

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Свекла | | |
| до 01.01 х/о-20% | 16,0 | 12,8 |
| с 01.01 х/о-25% | 17,0 | 12,8 |
| или | | |
| Свекла быстрозамороженная | 12,8 | 12,8 |
| Картофель | | |
| с 01.09 по 31.10 х/о - 25% | 15,0 | 11,2 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 16,0 | 11,2 |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | 17,2 | 11,2 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 18,7 | 11,2 |
| или | | |
| Картофель быстрозамороженный | 11,2 | 11,2 |
| Морковь красная | | |
| до 01.01 х/о-20% | 8,0 | 6,4 |
| с 01.01 х/о-25% | 8,5 | 6,4 |
| или | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | 6,4 | 6,4 |
| Лук репчатый (х/о-16%) | 5,0 | 4,2 |
| Или | | |
| Лук репчатый быстрозамороженный | 4,2 | 4,2 |
| Фасоль | 2,0 | 2,0 |
| Томат-паста | 1,0 | 1,0 |
| Укроп | 1,0 | 0,74 |
| Сметана 15% жирности | 4,0 | 4,0 |
| Бульон мясной | 120,0 | 120,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,2 | 0,2 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-----------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 1,87 | 0,85 | 5,09 | 24,08 | 13,02 | 70,82 | 0,52 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,004 | 0,05 | 0,04 | 0,48 | 4,94 | 36,41 | |

Способ приготовления:

Фасоль перебрать, промыть, замочить в холодной воде в течение 5-6 часов. Замоченную фасоль залить кипящей водой и варить до неполного разваривания (минут 25-30). Очищенную и вымытую свеклу нарезать соломкой или нашинковать. Быстрозамороженную свеклу используют не размораживая. Сложить в кастрюлю, добавить бульон, томат-пасту и тушить, закрыв крышкой. В кипящий мясной бульон с фасолью кладут очищенный и нарезанный кубиками картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая), варят 7-10 минут. Добавляют морковь, лук (замороженные овощи - не размораживая), свеклу, соль и варят до

готовности. В готовый суп кладут сметану, зелень и доводят до кипения.

Требования:

Овощи сохраняют правильную форму нарезки, не переварены, имеют мягкую консистенцию цвет блюда малиновый, вкус кисловато-сладкий. Не допустим привкус сырой свеклы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 136

Тефтели мясо-крупяные

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%) | 74,7 | 68,0 |
| Крупа рисовая | 12,0 | 12,0 |
| Масса рисовой рассыпчатой каши | | 33,6 |
| Лук репчатый | 10,0 | 8,4 |
| Яйцо куриное диетическое | 0,125 | 5,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия или | 0,2 | 0,2 |
| Тефтели мясо-крупяные из п/ф промышленного производства* | 112,0 | 112,0 |
| Масса полуфабриката | | 112 |
| Т/о – варка – 12% | | |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-----------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 12,64 | 9,49 | 6,47 | 9,03 | 18,22 | 136,75 | 1,99 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,01 | 0,05 | 0,12 | 3,17 | 0,8 | 168,73 | |

Способ приготовления:

Мясо, зачищенное от грубой соединительной ткани, пропускают через мясорубку. Рис отваривают. Мясной фарш соединяют с рисом, мелко нарезанным луком и сырым яйцом (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), перемешивают и формируют тефтели в виде шариков по 2-3 штуки на порцию, кладут в посуду, заливают водой и тушат 15-20 минут.

Требования: Тефтели круглой формы, не развалившиеся, сочные, поверхность – серовато-кремовая; вкус и запах, свойственные тушеному мясу.

*Способ приготовления тефтелей из п/ф промышленного производства:

Тефтели мясо-крупяные, не размораживая, кладут в посуду, заливают водой и тушат 15-20 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 361

Картофельное пюре

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Картофель с 01.09 по 31.10 х/о – 25%; | 98,0 | 73,5 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 105,0 | 73,5 |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | 113,1 | 73,5 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 122,5 | 73,5 |
| т/о-3% | | |
| масса отварного картофеля | | 71,3 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 28,0 | 28,0 |
| Масло сливочное несоленое | 2,5 | 2,5 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-----------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,65 | 4,65 | 18,15 | 36,72 | 15,56 | 54,67 | 0,49 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,06 | 0,07 | 7,02 | 0,64 | 2,09 | 131,00 | |

Способ приготовления:

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем состоянии через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Требования: Цвет бело-кремовый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла. Не допускается: Цвет с синеватым оттенком, с темными глазками, кусочки непотертого картофеля, запах подгорелого молока, вкус водянистый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 412

Компот из сухофруктов

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Абрикосы без косточки (курага) или Чернослив | 10,0 | 10,0 |
| или Изюм | 10,0 | 10,0 |
| Смесь сухофруктов | 10,0 | 10,0 |
| Сахар-песок | 8,0 | 8,0 |
| Вода питьевая | 98,0 | 98,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|----------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,14 | 0,22 | 7,14 | 20,57 | 11,48 | 14,6 | 0,34 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,01 | 0,02 | 0,3 | 0,4 | 14,68 | |

Способ приготовления: Сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования: Отвар прозрачный, цвет желтый, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареным сухофруктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 244

Ленивые вареники

| Наименование продукта | Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г | |
|--------------------------|--|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Творог 9 % жирн. | 74,5 | 73 |
| Мука Пшеничная 1 сорта | 11 | 11 |
| Яйцо куриное диетическое | 6 | 6 |

| | | |
|--------------------------|------|------------|
| Сахар-песок | 5 | 5 |
| Соль поваренная «Экстра» | 0,25 | 0,25 |
| Выход: | — | 100 |

Способ приготовления:

Творог протирают, добавляют к нему просеянную муку пшеничную, яйцо, сахар-песок, соль (1/2 часть от рецептурной нормы) и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Затем массу раскатывают пластом толщиной 10-12 мм и разрезают на полоски шириной 25 мм. Полоски нарезают на кусочки прямоугольной или треугольной формы.

Подготовленные вареники (полуфабрикат) отваривают в подсоленной воде (1/2 часть от рецептурной нормы) при слабом кипении в течение 4-5 мин. Готовые вареники вынимают шумовкой.

Внешний вид — Характерный данному блюду.

Цвет — Характерный для входящих в состав изделия продуктов.

Вкус и запах — Характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 113

Соус молочный сладкий

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Мука пшеничная высшего сорта | 9,0 | 9,0 |
| Сахар-песок | 7,0 | 7,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 110,0 | 110,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 4,14 | 3,44 | 8,08 | 129,47 | 16,33 | 102,45 | 0,23 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|------|------|--------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,17 | 0,03 | 0,13 | 0,19 | 0,33 | 117,69 |

Способ приготовления:

Муку подсушить на сковороде без жира до светло-желтого цвета, остудить, развести кипяченым молоком, добавить сахар и, непрерывно помешивая, варить при слабом кипении 7-10 минут, процедить и довести до кипения.

Требования: консистенция однородная, без комков заварившейся муки, цвет светло-кремовый. Вкус нежный, без запаха подгорелой муки и молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 127

Молоко

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 105,0 | 100,0 |
| х/о-розлив-5% | | |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|-----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,8 | 3,2 | 4,1 | 121,0 | 14,0 | 91,0 | 0,1 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|-----|-----|-----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,1 | 0,02 | 0,13 | 0,1 | 0,6 | 56,0 |

Готовый продукт промышленного производства. Поступает в пакетах или бутылках. Молоко стерилизованное не требует предварительного кипячения. Перед отпуском разливают в стаканы.

Температура подачи – не ниже 15°C.

Срок реализации: не более 1 часа после вскрытия упаковки.

ДЕНЬ 8 (среда)

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 4

Бутерброды с маслом и сыром

Вид обработки: Без обработки

Рецептура (раскладка продуктов) на 37 грамм нетто блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Хлеб | 30 | 30 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

| Наименование показателя | Содержание питательных веществ на 37 грамм блюда | Потери питательных веществ продуктов при обработке, % |
|-------------------------|--|---|
| Белки, г | 3,20 | 0 |
| Жиры, г | 5,10 | 0 |
| Углеводы, г | 5,40 | 0 |
| Калорийность, ккал | 126 | 0 |
| В1, мг | 0.05 | 0 |
| В2, мг | 0.0315 | 0 |
| С, мг | 0 | 0 |
| Са, мг | 10.8225 | 0 |
| Fe, мг | 1.1008 | 0 |

Технология приготовления

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

Технология приготовления

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 101

Каша молочная пшеничная

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | | | | | |
|---|---------------------------|--------------|--------------------------|-------|-----------------|------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г | | | | |
| Крупа пшеничная | 10,0 | 10,0 | | | | |
| Вода питьевая | 12,0 | 12,0 | | | | |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 75,0 | 75,0 | | | | |
| Масло сливочное несоленое | 3,0 | 3,0 | | | | |
| Сахар-песок | 3,0 | 3,0 | | | | |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 | | | | |
| Выход | | 100 | | | | |
| В 100 г данного блюда содержится | | | Минеральные вещества, мг | | | |
| Пищевые вещества, г | | | Са | Mg | P | Fe |
| Белки | Жиры | Углеводы | 92,93 | 18,62 | 91,20 | 0,36 |
| 4,05 | 1,15 | 24,25 | | | | |
| Витамины, мг | | | Энергетическая | | | |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) | |

Способ приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду кладут подготовленную крупу и варят до полуготовности. Затем добавляют соль, сахар, горячее молоко, варят, периодически помешивая, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, и все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требование:

Цвет светло-желтый. Зерна крупы полностью хорошо разварены. Консистенция нежная, слегка расплывчатая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 45

Чай с сахаром

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|-----------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Чай черный байховый | 0,3 | 0,3 |
| Вода питьевая | 95,0 | 95,0 |
| Сахар-песок | 6,5 | 6,5 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,48 | 3,48 | 13,48 | 5,80 | 2,25 | 2,47 | 0,27 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|----|-------|------|-----|----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0 | 0,003 | 0,02 | 3,0 | 24,00 |

Способ приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 418

Сок

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Сок восстановленный витаминизированный или сок прямого отжима*) | 100,0 | 100,0 |
| Выход | 100 ,0 | 100,0 |
| | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-----|-----|-----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,18 | 0,08 | 5,24 | 7,0 | 4,0 | 7,0 | 1,4 |

| Витамины, мг | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|-----|-----|-----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0,01 | 0,01 | 0,1 | 2,0 | 28,00 |

Готовый продукт промышленного производства.

*) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 85

Отварная свекла

Способ приготовления:

Свеклу промывают, отваривают, охлаждают, очищают от кожицы и нарезают.

Характеристика блюда на выходе

Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: темно-малиновый

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 43

Суп картофельный с клецками

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Картофель | | |
| с 01.09 по 31.10 х/о - 25% | 18,7 | 14,0 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 20,0 | 14,0 |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | 21,5 | 14,0 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 23,3 | 14,0 |
| или | | |
| Картофель быстрозамороженный | 14,0 | 14,0 |
| Морковь красная | | |
| до 01.01 х/о – 20% | 8,0 | 6,4 |
| с 01.01 х/о-25% | 8,5 | 6,4 |
| или | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | 6,4 | 6,4 |
| Петрушка (зелень) х/о – 26% | 1,0 | 0,74 |
| Бульон куриный | 120,0 | 120,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,2 | 0,2 |
| Клецки: | | |
| Мука пшеничная 1 сорта | 10,0 | 10,0 |
| Яйцо куриное диетическое | 0,125 | 5,00 |
| Вода питьевая | 16,0 | 16,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,03 | 0,03 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,55 | 0,86 | 8,45 | 17,6 | 16,08 | 153,44 | 0,52 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|------|------|-----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,01 | 0,06 | 0,06 | 0,77 | 2,12 | 57,12 |

Способ приготовления:

Приготовить бульон из курицы, процедить. Положить в бульон нарезанный кубиками или дольками картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая), варить до полуготовности. Через 7-10 минут ввести нарезанную кубиками морковь (замороженную морковь - не размораживая).

Клецки: В воду ввести соль, сырые яйца. Смесь размешать и постепенно соединить с просеянной мукой. Приготовить густое тесто, раскатать колбаской, нарезать на кусочки 1-1,5 см и засыпать в кипящий бульон. Варить в бульоне 5-6 минут.

Требования: клецки не разваренные, бульон светло - желтого цвета прозрачный. Вкус и цвет соответствует набору продуктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 70

Печень по-строгановски

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | | |
|--|---------------------------|--------------|-------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г | |
| Печень говяжья мороженая (х/о-17%;, т/о-32%) | 105,3 | 87,4 | |
| Масло сливочное несоленое | 3,0 | 3,0 | |
| Масса тушеной печени | | 59,4 | |
| Лук репчатый | 12,6 | 10,5 | |
| Масса припущенного лука | | 5,3 | |
| Морковь красная до 01.01 х/о-20% | 21,0 | 16,8 | |
| с 01.01 х/о-25% | 22,5 | 16,8 | |
| Масса припущенной моркови | | 15,5 | |
| Мука пшеничная 1 сорта | 3,0 | 3,0 | |
| Сметана 15% жирности | 10,5 | 10,5 | |
| Бульон или вода | 35,0 | 35,0 | |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 | |
| Масса соуса | | 45 | масса |
| полуфабриката | | 125 | |
| т/о-тушение-20% | | | |
| Выход | | 100 | |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|-------|----------|------|-----------------------------------|--------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Mg | P | Fe |
| 35,40 | 20,20 | 11,40 | | 28,1 | 20,05 | 205,06 | 4,63 |
| Витамины мг. | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | | |
| 6,47 | 0,1 | 1,00 | 4,92 | 0,52 | 274,00 | | |

Способ приготовления:

Печень размораживают, промывают, очищают от желчных протоков, удаляют пленку, нарезают брусочками длиной 3-4 см весом 5-7 г, тушат в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного. Обработанные морковь и репчатый лук припускают до готовности в отваре из печени. Печень и припущенные овощи соединяют, солят, заливают сметанным соусом, приготовленным из подсушенной муки, бульона (или воды), сметаны и тушат до готовности (10-15 минут). Отпускают вместе с соусом. Температура подачи +65 С. Срок реализации 2-3 часа.

Способ приготовления из консервов для детского питания: Печень по-строгановски (консервы) разогреть, не вскрывая в водяной бане (t=60 °С). Затем консервы вскрыть и порционировать.

Требования: Консистенция печени и овощей мягкая, сохранена форма нарезки. Вкус и запах свойственные отварной печени, овощам и сметане.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 42/2

Рис отварной

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | | |
|--|---------------------------|--------------|-------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г | |
| Крупа рисовая | 29,4 | 29,4 | |
| Вода питьевая | 62,0 | 62,0 | масса |
| готовой каши | | 82,0 | |
| Масло сливочное несоленое | 4,1 | 4,1 | |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 | |
| Выход | | 100 | |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | | Ca | Mg | P | Fe |
| 4,20 | 4,80 | 48,0 | | 4,30 | 15,24 | 41,35 | 0,42 |
| Витамины мг. | | | | Энергетическая | | | |

| | | | | | |
|------|------|------|------|------|-----------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) |
| 2,43 | 0,02 | 1,62 | 0,46 | 1,33 | 121,00 |

Способ приготовления:

Крупу рисовую перебирают, промывают, кладут в подсоленную кипящую воду и варят при слабом кипении. В конце варки добавляют масло сливочное (50%).

Температура подачи блюда +65 С. Срок реализации 2-3 часа с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 412

Компот из сухофруктов

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Абрикосы без косточки (курага) или Чернослив | 10,0 | 10,0 |
| или Изюм | 10,0 | 10,0 |
| или Смесь сухофруктов | 10,0 | 10,0 |
| Сахар-песок | 8,0 | 8,0 |
| Вода питьевая | 98,0 | 98,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,14 | 0,22 | 7,14 | 20,57 | 11,48 | 14,6 | 0,34 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|------|------|-----|-----|----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0,01 | 0,02 | 0,3 | 0,4 | 14,68 |

Способ приготовления: Сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования: Отвар прозрачный, цвет желтый, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареным сухофруктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 89

Котлета рыбная

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Филе трески ¹ (х/о – 6%) Или Филе окуня морского ¹ (х/о – 6%) | 85,0 | 80,0 |
| Или Филе судака ¹ (х/о – 8%) | 87,0 | 80,0 |
| Или Филе хека ¹ (х/о – 10%) | 89,0 | 80,0 |
| или Филе минтая ¹ (х/о – 5%) | 70,5 | 80,0 |
| Или Филе горбуши ¹ (х/о – 6%) | 85,0 | 80,0 |
| Хлеб пшеничный | 15,0 | 15,0 |
| Вода питьевая | 19,0 | 19,0 |
| Яйцо куриное диетическое | 0,1 | 4,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,5 | 0,5 |
| Масса полуфабриката | | 118 |

¹ – для приготовления блюда используется филе рыбное без костей и кожи промышленного производства

В 100 г. данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|-------|----------|--------------------------|-------|----------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 52,80 | 18,72 | 18,20 | 43,20 | 23,83 | 273,68 | 0,37 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,01 | 0,02 | 0,16 | 2,48 | 0 | 376,00 | |

Способ приготовления:

Подготовленное филе рыбное без костей и кожи промывают, нарезают на куски и пропускают вместе с хлебом пшеничным, предварительно замоченным в воде, через мясорубку с мелкой решеткой. К рыбной массе добавляют соль поваренную йодиро-ванную, яйца куриные сырые, вымешивают, пропускают через мясорубку, хорошо выбивают. Приготовленную массу формируют в виде котлет или биточков, укладывают в сотейник или другую посуду и варят на пару в течение 20-30 мин до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 369, 361

Сложный гарнир (картофельное пюре и капуста тушенная)

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Капуста белокочанная (х/о - 20%) | 120,0 | 96,0 |
| Или | | |
| Капуста белокочанная быстрозамороженная | 96,0 | 96,0 |
| Масса отварной капусты | | 88,3 |
| Морковь красная | | |
| до 01.01 х/о-20% | 15,0 | 12,0 |
| с 01.01 х/о-25% | 16,0 | 12,0 |
| или | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | 12,0 | 12,0 |
| Масса припущенной моркови | | 10,3 |
| Лук репчатый (х/о-16%) | 16,0 | 13,4 |
| Или | | |
| Лук репчатый быстрозамороженный | 13,4 | 13,4 |
| Масса припущенного лука | | 6,7 |
| Масло сливочное несоленое | 3,5 | 3,5 |
| Мука пшеничная 1 сорта | 2,0 | 2,0 |
| Томат-паста | 2,0 | 2,0 |
| Масло подсолнечное рафинированное | 2,0 | 2,0 |
| Петрушка (зелень) | 3,5 | 2,6 |
| Вода питьевая | 25 | 25 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,3 | 0,3 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-----------------------------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,12 | 4,48 | 4,65 | 59,3 | 24,13 | 46,64 | 0,84 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,02 | 0,03 | 0,04 | 0,69 | 11,3 | 79,80 | |

Допускается взамен овощей свежих использовать соответствующие овощи свежие быстрозамороженные в том же количестве (нетто). Их направляют на термообработку без предварительного размораживания.

Способ приготовления: Капусту нарезают шашками или соломкой, варят в кипящей подсоленной воде 5-10 минут, затем отвар сливают. Морковь и лук припускают в воде с добавлением сливочного масла и томат-пасты. Муку подсушивают на раскаленной сковороде. В отваренную капусту добавляют припущенные овощи, растительное масло и тушат 5-10 минут. Затем добавляют подсушенную муку, разведенную водой (в соотношении 1 к 2), соль и тушат до готовности. Перед подачей посыпают зеленью.

Требования: Консистенция капусты мягкая. Вкус и запах свойственные тушеной капусте.

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Картофель | | |
| с 01.09 по 31.10 х/о – 25%; | 98,0 | 73,5 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 105,0 | 73,5 |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | 113,1 | 73,5 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 122,5 | 73,5 |
| т/о-3% | | |
| масса отварного картофеля | | 71,3 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 28,0 | 28,0 |
| Масло сливочное несоленое | 2,5 | 2,5 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,17 | 3,12 | 5,36 | 36,72 | 15,56 | 54,67 | 0,49 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|------|------|--------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,06 | 0,07 | 7,02 | 0,64 | 2,09 | 82,60 |

Способ приготовления:

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем состоянии через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Требования: Цвет бело-кремовый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла. Не допускается: Цвет с синеватым оттенком, с темными глазками, кусочки непотертого картофеля, запах подгорелого молока, вкус водянистый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 45

Чай с сахаром

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|-----------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Чай черный байховый | 0,3 | 0,3 |
| Вода питьевая | 95,0 | 95,0 |
| Сахар-песок | 6,5 | 6,5 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,48 | 3,48 | 13,48 | 5,80 | 2,25 | 2,47 | 0,27 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
|--------------|----|-------|------|-----|-------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0 | 0 | 0,003 | 0,02 | 3,0 | 24,00 |

Способ приготовления:

В чайник насыпать чай и сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, охладить до температуры 40-45°C, после чего разлить по стаканам. Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите.

ДЕНЬ 9 (четверг)

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 4

Бутерброды с маслом и сыром

Вид обработки: Без обработки

Рецептура (раскладка продуктов) на 37 грамм нетто блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Хлеб | 30 | 30 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

| Наименование показателя | Содержание питательных веществ на 37 грамм блюда | Потери питательных веществ продуктов при обработке, % |
|-------------------------|--|---|
| Белки, г | 3,20 | 0 |
| Жиры, г | 5,10 | 0 |
| Углеводы, г | 5,40 | 0 |
| Калорийность, ккал | 126 | 0 |
| В1, мг | 0.05 | 0 |
| В2, мг | 0.0315 | 0 |
| С, мг | 0 | 0 |
| Са, мг | 10.8225 | 0 |
| Fe, мг | 1.1008 | 0 |

Технология приготовления

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

Технология приготовления

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура № 185

Каша молочная геркулесовая

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Овсяные хлопья "Геркулес" или | 10,0 | 10,0 |
| Хлопья овсяные, не требующие варки* | 10,0 | 10,0 |
| Вода питьевая | 12,0 | 12,0 |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 75,0 | 75,0 |
| Масло сливочное несоленое | 3,0 | 3,0 |
| Сахар-песок | 3,0 | 3,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|--------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 4,82 | 4,83 | 13,24 | 95,41 | 23,18 | 100,60 | 0,45 |

Витамины мг.

Энергетическая

| | | | | | |
|------|------|------|------|------|-----------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) |
| 0,13 | 0,05 | 0,10 | 0,17 | 0,45 | 81 |

Способ приготовления:

Крупу перебирают. Смесь молока и воды доводят до кипения, добавляют соль, сахар, вводят крупу «Геркулес» и варят, при помешивании, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требование: Цвет светло-кремовый, слегка сероватый. Зерна крупы полностью набухшие и хорошо разварены. Консистенция мягкая, без комков и засохших пленок. Вкус и запах свойственные набору продуктов.

*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

Рецептура № 95

Кофейный напиток с молоком

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Молоко сухое или стерилизованное 3,2% жирности | 75,0 | 75,0 |
| Напиток кофейный растворимый | 1,6 | 1,6 |
| Сахар-песок | 6,5 | 6,5 |
| Вода питьевая | 35,0 | 35,0 |
| Выход | 100 | |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|-----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,36 | 1,88 | 9,44 | 92,46 | 10,85 | 68,25 | 0,09 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,11 | 0,02 | 0,10 | 0,08 | 0,45 | | 52,68 |

Способ приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 418

Сок

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Сок восстановленный витаминизированный или сок прямого отжима*) | 100,0 | 100,0 |
| Выход | 100 | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-----|-----|-----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,18 | 0,08 | 5,24 | 7,0 | 4,0 | 7,0 | 1,4 |
| Витамины, мг | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,01 | 0,01 | 0,1 | 2,0 | | 28,00 |

Готовый продукт промышленного производства.

*) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 114

Свекла отварная

Способ приготовления:

Свеклу промывают, отваривают, охлаждают, очищают от кожицы и нарезают.

Характеристика блюда на выходе

Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: темно-малиновый

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура №

Суп гречневый с мясом птицы

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Картофель | | |
| с 01.09 по 31.10 х/о - 25% | 37,3 | 28,0 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 40,0 | 28,0 |
| с 01.01 по 28-09.02 х/о – 35% | 43,1 | 28,0 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 46,7 | 28,0 |
| или | | |
| Картофель быстрозамороженный | 28,0 | 28,0 |
| Морковь красная | | |
| до 01.01 х/о-20% | 8,0 | 6,4 |
| с 01.01 х/о-25% | 8,5 | 6,4 |
| или | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | 6,4 | 6,4 |
| Лук репчатый (х/о-16) | 5,0 | 4,2 |
| Или | | |
| Лук репчатый быстрозамороженный | 4,2 | 4,2 |
| Петрушка (зелень) | 1,0 | 0,74 |
| Гречка | 4,0 | 4,0 |
| Вода питьевая | 120,0 | 120,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,35 | 0,35 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 1,21 | 0,81 | 6,6 | 19,1 | 14,95 | 34,55 | 0,46 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|------|------|-----------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,004 | 0,05 | 0,03 | 0,44 | 3,54 | 46,04 |

Способ приготовления:

Крупу гречневую перебрать и тщательно промыть. Заложить в кипящую воду (3 л на 1 кг крупы) и сварить до полуготовности, воду слить. Очищенный картофель нарезать кубиками или брусочками. Морковь и репчатый лук мелко нашинковать. В кипящую воду положить подготовленную крупу, нарезанный картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая), варить 7-10 минут, добавить овощи (замороженные овощи - не размораживая), соль и варить до готовности.

Требования: Консистенция крупы и картофеля мягкая, цвет супа светло-коричневый, вкус и запах свойственные продуктам с ароматом овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 92

Ленивые голубцы с мясом говядины

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-варка-38%) | 34,6 | 31,5 |
| Масса отварного мяса | | 19,5 |
| Капуста белокочанная (х/о- 20%) | 90,0 | 72,0 |
| Масса припущенной капусты (т/о 8%) | | 66,2 |
| Крупа рисовая | 8,0 | 8,0 |
| Масса рассыпчатой каши | | 22,4 |
| Масло подсолнечное рафинированное | 1,0 | 1,0 |
| Томат-паста | 1,0 | 1,0 |
| Масло сливочное несоленое | 2,5 | 2,5 |
| Сметана 15% жирности | 2,0 | 2,0 |
| Бульон мясной | 12,0 | 12,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия т/о -тушение – 20% | 1,2 | 1,2 |
| Выход | | 100 |

В 100 граммах данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|-------|-------|--------------------------|------|----------------|--|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe | Энергетическая | |
| 7,31 | 7,32 | 9,34 | 40,24 | 21,25 | 81,52 | 1,22 | ценность(ккал) | |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая | | | |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность(ккал) | | | |
| 0,02 | 0,04 | 0,07 | 1,56 | 23,14 | 133,21 | | | |

Способ приготовления:

Подготовленное мясо варят, охлаждают, пропускают через мясорубку 2 раза. Рисовую крупу перебирают, промывают и варят до полуготовности. Мясо соединяют с отваренным рисом, добавляют соль и перемешивают. Белокочанную капусту нарезают мелкой соломкой, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, перекладывают в дуршлаг, дают стечь отвару. Подготовленную капусту соединяют с мясом и рисом, перемешивают, добавляют бульон, масло, томат-пасту и тушат 30-40 минут. В конце тушения добавляют сметану и доводят блюдо до кипения.

Требования:

Капуста мелкая, фарш сочный, вкус и запах свойственный тушеному мясу и капусте.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 412

Компот из сухофруктов

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Абрикосы без косточки (курага) или Чернослив | 10,0 | 10,0 |
| или Изюм | 10,0 | 10,0 |
| или Смесь сухофруктов | 10,0 | 10,0 |
| Сахар-песок | 8,0 | 8,0 |
| Вода питьевая | 98,0 | 98,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|-------|-------|--------------------------|------|----------------|--|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe | Энергетическая | |
| 0,14 | 0,22 | 7,14 | 20,57 | 11,48 | 14,6 | 0,34 | ценность(ккал) | |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая | | | |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность(ккал) | | | |

Способ приготовления: Сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования: Отвар прозрачный, цвет желтый, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареным сухофруктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 218

Вареники с картошкой

| Наименование сырья | Брутто, г | Нетто, г |
|--------------------|-----------|----------|
| Мука | 39 | 39 |
| Яйцо | 1/5 | 8 |
| Лук репчатый | 18 | 18 |
| Картофель | 111 | 76,5 |
| Выход | | 150 |

Способ приготовления:

Готовят тесто для вареников. Из муки, молока, яиц (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), и соли приготовить тесто: в небольшом количестве воды растворяют соль поваренную йодированную, добавляют просеянную муку пшеничную, яйца куриные, перемешивают до образования однородной массы. Для фарша картофель отваривают, отвар сливают, картофель протирают в горячем виде, смешивают с пассированным до готовности луком. Формуют вареники и отваривают в подсоленной воде, отпускают с маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 118

Кисель

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---------------------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Вода питьевая | 100,0 | 100,0 |
| Концентрат киселя "Золотой шар" | 10,0 | 10,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|----|----------------------------------|----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,14 | 0 | 17,28 | 4,5 | 1 | 0 | 0 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность(ккал) | |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0,25 | 0,3 | 0,3 | 3,25 | 15 | 55,34 | |

Способ приготовления:

Сухой продукт сначала разводят в 1/3 общего объема холодной воды, перемешивают, вливают в кипящую воду (оставшуюся часть), размешивают и доводят до кипения при непрерывном помешивании.

ДЕНЬ 10 (пятница)

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 1

Бутерброды с маслом

Вид обработки: Без обработки

Рецептура (раскладка продуктов) на 47 грамм нетто блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|
| Сыр советский | 10 | 10 |
| или Сыр российский | 10 | 10 |
| или Сыр голландский | 10 | 10 |
| или Сыр костромской | 10 | 10 |
| Масло сливочное | 7 | 7 |
| Хлеб | 30 | 30 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

| Наименование показателя | Содержание питательных веществ на 47 грамм блюда | Потери питательных веществ продуктов при обработке, % |
|-------------------------|--|---|
| Белки, г | 5.23 | 0 |
| Жиры, г | 11,13 | 0 |
| Углеводы, г | 12,04 | 0 |
| Калорийность, ккал | 160 | 0 |
| В1, мг | 0.0575 | 0 |
| В2, мг | 0.0895 | 0 |
| С, мг | 0.203 | 0 |
| Са, мг | 152.562 | 0 |
| Fe, мг | 1.2581 | 0 |

Технология приготовления

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 66

Каша молочная ("Дружба")

Наименование продукта

Расход продукта на 1 изд.

Вес брутто, г Вес нетто, г

Крупа рисовая
или

5,0

5,0

Хлопья рисовые, не требующие варки*

5,0

5,0

Крупа пшено

5,0

5,0

или

Хлопья пшениные, не требующие варки*

5,0

5,0

Вода питьевая

12,0

12,0

Молоко стерилизованное 3,2%

жирности витаминизированное

75,0

75,0

Масло сливочное несоленое

3,0

3,0

Сахар-песок

3,0

3,0

Соль

йодированная с пониженным

| | | |
|--------------------|------|------|
| содержанием натрия | 0,25 | 0,25 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | | | Минеральные вещества мг. | | |
|---------------------|------|----------|------|-------|--------------------------|------|--|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe | |
| 3,16 | 5,09 | 13,17 | 91,9 | 16,99 | 87,09 | 0,27 | |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая | | |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) | | |
| 0,13 | 0,04 | 0,10 | 0,22 | 0,45 | 111,58 | | |

Способ приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду закладывают подготовленную пшеничную крупу и варят 10-15 минут, помешивая. Затем всыпают подготовленную рисовую крупу и варят 5-10 минут, потом добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, периодически помешивая, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, и все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования:

Зерна полностью разварены. Консистенция каши нежная. Вкус и запах свойственные набору круп, без признаков подгорелой каши.

*Способ приготовления при использовании хлопьев, не требующих варки:

Смесь молока и воды доводят до кипения, заливают кипящей жидкостью смесь хлопьев, 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

Рецептура № 431

Какао-напиток с молоком

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Молоко сухое или стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное | 90,0 | 90,0 |
| Какао-напиток быстрорастворимый (смесь сухая) | 7,0 | 7,0 |
| Вода питьевая | 15,0 | 15,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-----------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 3,10 | 3,20 | 11,18 | 110,57 | 15,89 | 92,71 | 0,35 |
| Витамины мг. | | | Энергетическая | | | |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) | |
| 0,14 | 0,02 | 0,12 | 0,12 | 0,54 | 84,68 | |

Способ приготовления:

Молоко вскипятить. Смешать в соотношении 1:1 с горячей кипяченой водой. Смесью молока с водой залить порошок и перемешать до получения однородной массы. Затем влить оставшееся горячее молоко и все тщательно перемешать.

Температура подачи напитка – не выше 60 С. В летнее время допускается подавать напиток комнатной температуры. Срок реализации 2-3 часа с момента приготовления.

Требования: Цвет светло-коричневый, аромат и вкус какао и кипяченого молока, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 418

Сок

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|-----------------------|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |

| | | |
|--|--------|-------|
| Сок восстановленный витаминизированный | 100,0 | 100,0 |
| или сок прямого отжима*) | 100 ,0 | 100,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества, г | | | Минеральные вещества, мг | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-----|-----|-----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,18 | 0,08 | 5,24 | 7,0 | 4,0 | 7,0 | 1,4 |
| Витамины, мг | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,01 | 0,01 | 0,1 | 2,0 | | 28,00 |

Готовый продукт промышленного производства.

*) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 53

Икра кабачковая

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | Вес брутто, г | |
|--|---------------------------|---------------|--------------|
| | | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Икра кабачковая для детского питания (х/о 5%) | | 105,4 | 100,0 |
| Выход | | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|----|----|----------------------------------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,64 | 8,58 | 11,88 | 41 | 15 | 37 | 0,7 |
| Витамины мг. | | | | | | Энергетическая ценность(ккал) |
| A | B1 | B2 | PP | C | | |
| 0 | 0,02 | 0,05 | 0,4 | 7 | | 72,60 |

Готовый продукт промышленного производства

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 83

Борщ из свежей капусты с мясом птицы и фасолью

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | Вес брутто, г | |
|------------------------------------|---------------------------|---------------|--------------|
| | | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Свекла | | | |
| до 01.01 х/о -20% | | 14,0 | 11,2 |
| с 01.01 х/о-25% | | 15,0 | 11,2 |
| или | | | |
| Свекла быстрозамороженная | | 11,2 | 11,2 |
| Картофель | | | |
| с 01.09 по 31.10 х/о -25% | | 13,0 | 9,8 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | | 14,0 | 9,8 |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | | 15,0 | 9,8 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | | 16,3 | 9,8 |
| или | | | |
| Картофель быстрозамороженный | | 9,8 | 9,8 |
| Капуста белокочанная (х/о 20%) | | 20,0 | 16,0 |
| Морковь красная | | | |
| до 01.01 х/о-20% | | 6,0 | 4,8 |
| с 01.01 х/о-25% | | 6,5 | 4,8 |
| или | | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | | 4,8 | 4,8 |
| Лук репчатый | | 4,0 | 3,2 |
| Или | | | |

| | | |
|---|-------|-------|
| Лук репчатый быстрозамороженный | 3,2 | 3,2 |
| Кислота лимонная пищевая | 0,05 | 0,05 |
| Сахар-песок | 0,4 | 0,4 |
| Петрушка (корень) (х/о – 25%) | 2,0 | 1,5 |
| Бульон мясной | 120,0 | 120,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,2 | 0,2 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-----------------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 7,82 | 6,10 | 4,0 | 29,57 | 12,39 | 63,61 | 0,44 |
| Витамины мг. | | | | | Энергетическая | |
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) | |
| 0,01 | 0,03 | 3,35 | 0,44 | 4,99 | 32,49 | |

Способ приготовления: Приготовить куриный бульон, вареную курицу вынуть из бульона, бульон процедить. В кипящий куриный бульон положить картофель, нарезанный брусками (быстрозамороженный картофель кладут не размораживая), варить минут 7-10. Свеклу очистить, промыть, мелко нарезать или натереть на крупной терке. Тушить (замороженную свеклу - не размораживая) в небольшом количестве бульона с добавлением лимонной кислоты в закрытой посуде в течение 30 минут, сначала на сильном огне, затем на тихом. Подготовленные мелко нарезанные овощи (замороженные овощи - не размораживая): белокочанную капусту, морковь, нашинкованные соломкой, мелко нарезанный репчатый лук, соль, сахар положить в кипящий куриный бульон с картофелем и варить до готовности. За 10 мин до готовности добавить тушеную свеклу. Готовый суп заправить сметаной и прокипятить. Температура подачи блюда 45-50 С.

Требования: Цвет бульона малиново-красный. Овощи сохранили форму нарезки, консистенция овощей мягкая. Вкус и запах кисло-сладкий, аромат овощей

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 61

Жаркое по-домашнему

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Говядина или свинина (бескостная) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-38%) | 24,2 | 22,0 |
| Масса тушеного мяса | | 13,7 |
| Томат-паста | 1,0 | 1,0 |
| Картофель | | |
| с 01.09 по 31.10 х/о-25% | 104,0 | 78,0 |
| с 01.11 по 31.12 х/о – 30% | 111,4 | 78,0 |
| с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35% | 120,0 | 78,0 |
| с 01.03 по 31.08 х/о – 40% | 130,0 | 78,0 |
| или | | |
| Картофель быстрозамороженный | 78,0 | 78,0 |
| Морковь красная | | |
| до 01.01 х/о-20% | 10,0 | 8,0 |
| с 01.01 х/о-25% | 11,0 | 8,0 |
| или | | |
| Морковь красная быстрозамороженная | 8,0 | 8,0 |
| Лук репчатый (х/о-16%) | 10,0 | 8,4 |
| Или | | |
| Лук репчатый быстрозамороженный | 8,4 | 8,4 |
| Масло сливочное несоленое | 2,0 | 2,0 |
| Масло подсолнечное рафинированное | 1,0 | 1,0 |
| Соль йодированная с пониженным содержанием натрия | 0,2 | 0,2 |
| Вода питьевая (или бульон) т/о-20% | 20,0 | 20,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|-------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 5,74 | 5,74 | 18,08 | 14,55 | 23,16 | 85,14 | 1,18 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая |
|--------------|------|------|------|------|-----------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность (ккал) |
| 0,01 | 0,08 | 0,07 | 1,76 | 2,05 | 165,34 |

Способ приготовления:

Подготовленные порционные куски мяса (1-2 шт на порцию) складывают в посуду, добавляют воду, томат-пасту и тушат 45-60 мин. Картофель, морковь и репчатый лук нарезают кубиками. Лук и морковь (замороженные овощи не размораживают) припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла и соединяют с мясом. Картофель укладывают сверху мяса (быстрозамороженный картофель не размораживают), добавляют соль, наливают воду, так, чтобы она закрыла картофель. Жаркое тушат 20 мин. Отпускают мясо с соусом и тушеным картофелем.

Требования: Кусочки мяса одинаковые по форме и размеру. Консистенция мягкая, сочная. Мясо легко разжевывается. Картофель тушеный вместе с мясом сохраняет форму нарезки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 412

Компот из сухофруктов

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|--|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Абрикосы без косточки (курага) или Чернослив | 10,0 | 10,0 |
| или Изюм | 10,0 | 10,0 |
| или Смесь сухофруктов | 10,0 | 10,0 |
| Сахар-песок | 8,0 | 8,0 |
| Вода питьевая | 98,0 | 98,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|-------|------|------|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 0,14 | 0,22 | 7,14 | 20,57 | 11,48 | 14,6 | 0,34 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая |
|--------------|------|------|-----|-----|----------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | ценность(ккал) |
| 0 | 0,01 | 0,02 | 0,3 | 0,4 | 14,68 |

Способ приготовления: Сушеные плоды перебирают, удаляют посторонние примеси, промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные плоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят при слабом кипении 10-20 мин. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования: Отвар прозрачный, цвет желтый, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареным сухофруктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 17

Булка домашняя

| Наименование сырья | Расход сырья и полуфабрикатов | | | |
|---------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|
| | 1 порция | | 1 порция | |
| | Брутто, г | Нетто, г | Брутто, г | Нетто, г |
| Мука пшеничная в/с | 32,5 | 32,5 | 39 | 39 |
| Сахар | 5,83 | 5,83 | 7 | 7 |
| Масло сливочное | 7,5 | 7,5 | 9 | 9 |
| или растительное | 7,5 | 7,5 | 9 | 9 |
| Яйца (для смазки) | 0,02 шт. | 1 | 1/36 шт. | 1,2 |
| Соль йодированная | 0,33 | 0,33 | 0,4 | 0,4 |
| Дрожжи | 0,83 | 0,83 | 1 | 1 |
| Вода | 14,17 | 14,17 | 17 | 17 |
| Масса полуфабриката | | 60,42 | | 72,5 |

| | | | | |
|-------|--|----|--|----|
| Выход | | 50 | | 60 |
|-------|--|----|--|----|

Способ приготовления:

Из муки, воды, яиц (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), сахара, масла, дрожжей и соли приготовить дрожжевое тесто, дать ему подняться (поставить в теплое место). Из дрожжевого теста формируют шарики, кладут их швом вниз на смазанные маслом листы на расстоянии 8-10 см и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 минут. Поверхность шариков смазывают яйцом, посыпают сахаром и выпекают 5 минут при температуре 230-240°C.

Температура подачи: 65°C

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: булочки круглые, от золотисто-желтого до светло-коричневого цвета, поверхность блестящая. Тесто хорошо пропечено. Мякиш равномерно пористый, пышный. Вкус в меру соленый, с привкусом сахара, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 127

Молоко

| Наименование продукта | Расход продукта на 1 изд. | |
|---|---------------------------|--------------|
| | Вес брутто, г | Вес нетто, г |
| Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное х/о-розлив-5% | 105,0 | 100,0 |
| Выход | | 100 |

В 100 г данного блюда содержится

| Пищевые вещества г. | | | Минеральные вещества мг. | | | |
|---------------------|------|----------|--------------------------|------|------|-----|
| Белки | Жиры | Углеводы | Ca | Mg | P | Fe |
| 2,8 | 3,2 | 4,1 | 121,0 | 14,0 | 91,0 | 0,1 |

| Витамины мг. | | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|------|------|-----|-----|--------------------------------|
| A | B1 | B2 | PP | C | |
| 0,1 | 0,02 | 0,13 | 0,1 | 0,6 | 56,0 |

Готовый продукт промышленного производства. Поступает в пакетах или бутылках. Молоко стерилизованное не требует предварительного кипячения. Перед отпуском разливают в стаканы.

Температура подачи – не ниже 15°C.

Срок реализации: не более 1 часа после вскрытия упаковки.