

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	PP			
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	Ca	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	PP			
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 № 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	Ca	Mg	P	Fe
0,14	0	17,28	4,5	1	0	0

А	Витамины мг.				С	Энергетическая ценность(ккал)
	В1	В2	PP			
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	10,0		10,0
или			
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. 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 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 № 115

Суп гороховый с мясом птицы

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.		
	Вес брутто, г	Вес нетто, г	
Горох шлифованный с 01.09 по 31.10 х/о-25%)	12,0	12,0	Картофель
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 01.01 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	
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.			
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 размораживая) и варить 7-10 минут. Затем ввести нарезанные ломтиками морковь и репчатый лук (замороженные овощи-не размораживая), соль. В готовый суп положить зелень и довести до кипения. Суп можно подать с гренками.

Для приготовления гренков 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	Ca	Mg	P	Fe
15,2	1,6	97,2	40	28	130	2,2
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
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 иодированная	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				Энергетическая
А	В1	В2	РР	С	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	Р	Fe
2,36	1,88	9,44	92,46	10,85	68,25	0,09

	Витамины мг.				Энергетическая
А	В1	В2	РР	С	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. Макаaronные изделия 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		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
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		125
т/о-20%		
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 180-200°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 № 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 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	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 № 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	100,0
		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 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
A	B1	B2	PP	C	ценность (ккал)
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				
Пищевые вещества, г	Минеральные вещества, мг			
Белки Жиры Углеводы	Са	Mg	P	Fe
4,05 1,15 24,25	92,93	18,62	91,20	0,36
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 °C). 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%) или Филе минтая ¹ (х/о – 5%)	89,0	80,0
Или Филе горбуши ¹ (х/о – 6%)	70,5	80,0
Хлеб пшеничный	85,0	80,0
Вода питьевая	15,0	15,0
Яйцо куриное диетическое	19,0	19,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,1	4,0
Масса полуфабриката	0,5	0,5
		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 тушеная)

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, остудить 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 шинковать. 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		
7,31	7,32	9,34	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	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		
0,14	0,22	7,14	20,57	11,48	14,6	0,34		
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. 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	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 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 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 ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
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)	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
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.