

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 33

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран**

Номер рецептуры: № 401

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Без обработки

Наименование сырья Продукт (полуфабрикат)	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Кефир 3,2% жирности</u>	154	150

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 150 грамм блюда
Белки, г	4.35
Жиры, г	3.75
Углеводы, г	6
Калорийность, ккал	75
А, мг	0.03
В1, мг	0.06
В2, мг	0.255
С, мг	1.05
Са, мг	180
Fe, мг	0.15
К, мг	219
Mg, мг	21
Na, мг	75
Р, мг	135
PP, мг	0.15
кар, мг	0.015
нэ, мг	1.2
рэ, мг	0.03

#### ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА

Кисломолочные продукты наливают непосредственно в стакан.

#### ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА НА ВЫХОДЕ

Требования к качеству Внешний вид: стакан с густой жидкостью белого или светло-кремового цвета

Консистенция: жидкая, сметанообразная Цвет: от белого до светло-кремового Вкус: молочнокислый Запах:

кисломолочных продуктов

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 32

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Плоды и ягоды свежие**

Номер рецептуры: № 368а

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Без обработки

В общеобразовательной организации груши выдаются поштучно.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Груша	144	130
Выход		130

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 130 грамм блюда
Белки, г	0.52
Жиры, г	0.39
Углеводы, г	13.4
Калорийность, ккал	59.8
В1, мг	0.039
В2, мг	0.039
С, мг	6.5
Са, мг	24.7
Е, мг	0.52
Fe, мг	2.99
К, мг	202
Mg, мг	15.6
Na, мг	18.2
Р, мг	20.8
РР, мг	0.13
кар, мг	0.013
нэ, мг	0.26

**ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА**

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

**ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА НА ВЫХОДЕ**

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

Консистенция: соответствует виду плодов или ягод Цвет: соответствует виду плодов или ягод Вкус:

соответствует виду плодов или ягод Запах: соответствует виду плодов или ягод

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 31

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Фрукты и ягоды свежие**

Номер рецептуры: № 368г

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Без обработки

В общеобразовательной организации бананы выдаются поштучно.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Банан	251	150
Выход		150

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 150 грамм блюда
Белки, г	2.25
Жиры, г	0.75
Углеводы, г	31.5
Калорийность, ккал	143
В1, мг	0.06
В2, мг	0.075
С, мг	15
Са, мг	12
Е, мг	0.6
Fe, мг	0.9
К, мг	522
Mg, мг	63
Na, мг	46.5
Р, мг	42
РР, мг	0.9
кар, мг	0.18
нэ, мг	1.35
рэ, мг	0.03

**ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА**

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

**ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА НА ВЫХОДЕ**

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

Консистенция: соответствует виду плодов или ягод Цвет: соответствует виду плодов или ягод Вкус:

соответствует виду плодов или ягод Запах: соответствует виду плодов или ягод

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 30

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Фрукты и ягоды свежие**

Номер рецептуры: № 368

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Без обработки

В общеобразовательной организации яблоки выдаются поштучно.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки	148	130
Выход		130

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 130 грамм блюда
Белки, г	0.52
Жиры, г	0.52
Углеводы, г	12.7
Калорийность, ккал	57.2
В1, мг	0.039
В2, мг	0.026
С, мг	13
Са, мг	20.8
Е, мг	0.26
Fe, мг	2.86
К, мг	361
Mg, мг	11.7
Na, мг	33.8
P, мг	14.3
PP, мг	0.39
кар, мг	0.039
нэ, мг	0.52

#### ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА

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

#### ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА НА ВЫХОДЕ

Требования к качеству Внешний вид: целые плоды или ягоды, уложенные на десертную тарелку или вазочку  
Консистенция: соответствует виду плодов или ягод Цвет: соответствует виду плодов или ягод Вкус: соответствует виду плодов или ягод Запах: соответствует виду плодов или ягод

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 28

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Хлеб ржаной**

Номер рецептуры: № 700

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Без обработки

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб ржаной	90	90
Выход		90

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 90 грамм блюда
Белки, г	5.94
Жиры, г	1.08
Углеводы, г	30.1
Калорийность, ккал	157
В1, мг	0.162
В2, мг	0.072
Са, мг	31.5
Е, мг	1.26
Fe, мг	3.51
К, мг	221
Mg, мг	42.3
Na, мг	549
Р, мг	142
PP, мг	0.63
нэ, мг	1.8

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 29

Наименование кулинарного изделия (блюда):

**Хлеб пшеничный**

Номер рецептуры: № 701

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Без обработки

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	60	60
Выход		60

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда
Белки, г	4.74
Жиры, г	0.6
Углеводы, г	29
Калорийность, ккал	141
В1, мг	0.096
В2, мг	0.036
Са, мг	13.8
Е, мг	0.78
Fe, мг	1.2
К, мг	79.8
Mg, мг	19.8
Na, мг	227
Р, мг	52.2
PP, мг	0.96
нэ, мг	1.86

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 15

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Печень по-строгановски**

Номер рецептуры: № 256

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга

Вид обработки: Жарение

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Печень говяжья	132	110
Масло сладко-сливочное несоленое	8.92	8.92
~ Соус сметанный:	-	45.7
Пшеничная мука, высшего сорта	3.66	3.66
Вода	34.7	34.7
Сметана 15,0% жирности	11.9	11.9
Соль пищевая йодированная	0.348	0.348
Томат-паста	2.98	2.98
Выход		120

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 120 грамм блюда
Белки, г	20.1
Жиры, г	14.4
Углеводы, г	8.83
Калорийность, ккал	244
А, мг	8.35
В1, мг	0.288
С, мг	19.5
Са, мг	21
Е, мг	4.79
Fe, мг	7.49
Mg, мг	22.5
Р, мг	346

ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА

Подготовленную печень нарезают брусочками длиной 3-4 см массой 5-7 г, посыпают солью. Кладут ровным слоем на разогретую сковороду с маслом и обжаривают при помешивании 3-4 мин. Затем заливают соусом сметанным, добавляют томатную пасту, размешивают и доводят до кипения. Отпускают печень вместе с

соусом, гарнир укладывают сбоку. Гарнир - макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с маслом. Оптимальная температура подачи 65 °С.

#### ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА НА ВЫХОДЕ

Внешний вид - печень, нарезанная тонкими брусочками, вместе с соусом уложена горкой на тарелку, сбоку - гарнир; Цвет печени - светло-коричневый, соуса - светло-красный.



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 16

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Печень, тушеная в сметане**

Номер рецептуры: № 103

Наименование сборника рецептов: Методические указания города Москвы: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. 2007

Вид обработки: Тушение

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Печень говяжья	137	114
~ <i>Масса тушеной печени</i>	-	76.8
<i>или</i> Печень говяжья тушеная (консервы)	96	76.8
Сметана	27.6	27.6
Мука пшеничная	3.6	3.6
Вода	48	48
Масло растительное	1.2	1.2
~ <i>Масса соуса</i>	-	75.6
~ <i>Масса полуфабриката</i>	-	152
Соль пищевая йодированная	1.44	1.44
Выход		120

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 120 грамм блюда
Белки, г	18.9
Жиры, г	7.61
Углеводы, г	2.92
Калорийность, ккал	151
А, мг	8.44
В1, мг	0.144
В2, мг	1.31
С, мг	0.06
Са, мг	34.1
Fe, мг	6.19
Mg, мг	17.6
Р, мг	256
РР, мг	5.92

#### ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА

Печень очистить от пленок и желчных протоков, промыть, нарезать тонкими ломтиками, потушить в небольшом количестве воды с добавлением масла 3-5 минут. Залить соусом, приготовленным из подсушенной муки, сметаны, соли, тушить до готовности (10-15 мин).  
 Способ приготовления из консервов "Печень тушеная для детского питания" ТУ 9216-006-45157804-2006: Печень тушеную выложить в емкость, залить соусом, приготовленным из подсушенной муки, сметаны, соли и тушить в нем в течение 5-10 минут.

#### ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА НА ВЫХОДЕ

Консистенция печени мягкая, соуса однородная, слегка вязкая, без комков заварившейся муки. Цвет светло-коричневый. Вкус и запах печени и соуса.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 24

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Соус сметанный с луком**

Номер рецептуры: № 356

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Соус сметанный № 354	-	54
Лук репчатый	14.3	12
Масло сливочное	1.2	1.2
Томатная паста. Консервы	1.2	1.2
Выход		<b>60</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда
Белки, г	0.972
Жиры, г	3.52
Углеводы, г	4.22
Калорийность, ккал	52.5
А, мг	0.018
В1, мг	0.012
В2, мг	0.018
С, мг	0.768
Са, мг	19.3
Е, мг	0.174
Fe, мг	0.228
К, мг	49.2
Mg, мг	5.03
Na, мг	171
Р, мг	19.6
PP, мг	0.102
кар, мг	0.024

нэ, мг	0.33
рэ, мг	0.03

#### ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА

Лук репчатый мелко шинкуют, припускают до готовности вместе с томатным пюре, кладут в готовый соус сметанный и доводят до кипения. Рекомендуется для детей старшей возрастной группы.

#### ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА НА ВЫХОДЕ

Требования к качеству. Внешний вид: однородная масса, смешанная с припущенным луком, без комочков неразварившейся муки и всплывшего жира  
Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная  
Цвет: светло-кремовый  
Вкус: сметаны, припущенного лука, умеренно соленый  
Запах: сметаны, припущенного лука и продуктов, входящих в соус

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 25

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Соус сметанный с томатом**

Номер рецептуры: № 355

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Сметана 10,0% жирности	15	15
Пшеничная мука, первого сорта	4.5	4.5
Вода	45	45
Томатная паста. Консервы	6	6
Соль поваренная пищевая	0.48	0.48
<b>Выход</b>		<b>60</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда
Белки, г	1.06
Жиры, г	3
Углеводы, г	4.21
Калорийность, ккал	48.1
А, мг	0.018
В1, мг	0.012
В2, мг	0.018
С, мг	0.804
Са, мг	17.5
Е, мг	0.18
Fe, мг	0.24
К, мг	62.6
Mg, мг	5.87
Na, мг	95
Р, мг	17.6
PP, мг	0.126
кар, мг	0.084

нэ, мг	0.342
рэ, мг	0.036

#### ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА

Томатное пюре уваривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения. Соус используют для приготовления и подачи блюд для детей второй возрастной группы.

#### ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА НА ВЫХОДЕ

Требования к качеству Внешний вид: однородная масса, без комочков неразварившейся муки, пленки и всплывшего жира Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная Цвет: светло-красный Вкус: продуктов, входящих в соус, умеренно соленый Запах: сметаны с томатом и продуктов, входящих в соус

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 26

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Соус молочный (для подачи к блюду)**

Номер рецептуры: № 350

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко стерилизованное 3,5% жирности	30	30
Масло сливочное	3.3	3.3
Пшеничная мука, первого сорта	3.3	3.3
Вода	30	30
Сахарный песок	0.6	0.6
Соль поваренная пищевая	0.48	0.48
<b>Выход</b>		<b>60</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда
Белки, г	1.24
Жиры, г	3.14
Углеводы, г	4.25
Калорийность, ккал	50.3
А, мг	0.018
В1, мг	0.018
В2, мг	0.048
С, мг	0.192
Са, мг	39.5
Е, мг	0.09
Fe, мг	0.114
К, мг	49.2
Mg, мг	5.64
Na, мг	193
Р, мг	30.5

РР, мг	0.09
кар, мг	0.012
нэ, мг	0.384
рэ, мг	0.024

#### ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают и разводят горячим молоком или молоком с добавлением воды и варят 7-10 мин при слабом кипении. Затем кладут сахар, соль, процеживают и доводят до кипения.

#### ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА НА ВЫХОДЕ

Требования к качеству Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков муки, пленки и всплывшего жира Консистенция: полужидкая, однородная, нежная Цвет: кремовый Вкус: насыщенный, соответствует использованным продуктам, молока Запах: продуктов, входящих в соус



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 27

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Соус томатный**

Номер рецептуры: № 348

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Бульон мясной № 511	-	60
<i>или</i> Вода	60	60
Масло сливочное	2.7	2.7
Пшеничная мука, первого сорта	2.7	2.7
Морковь, красная	4.5	3.6
Лук репчатый	2.04	1.2
Петрушка (корень)	0.78	0.6
Томатная паста. Консервы	9	9
Масло сливочное	0.9	0.9
Сахарный песок	0.6	0.6
Соль поваренная пищевая	0.6	0.6
Выход		60

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда
Белки, г	0.696
Жиры, г	2.52
Углеводы, г	4.81
Калорийность, ккал	44.7
А, мг	0.012
В1, мг	0.012
В2, мг	0.012
С, мг	1.43
Са, мг	9.53
Е, мг	0.156

Fe, мг	0.288
K, мг	75.3
Mg, мг	6.91
Na, мг	223
P, мг	13.3
PP, мг	0.138
кар, мг	0.552
нэ, мг	0.27
рэ, мг	0.108

#### ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания, периодически помешивая для удаления комочков. Правильно спассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. Муку охлаждают до 60-70 °С, используют четвертую часть горячей жидкости и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся жидкость, доводят до кипения. Мелко нарезанные коренья, лук припускают, добавляют томатное пюре, продолжают тушение еще 15-20 минут. В соус кладут подготовленные тушеные овощи, и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, сахар. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов. При использовании его как самостоятельного, соус томатный заправляют лимонной кислотой (0,5 г) и маслом сливочным (30 г). Соус томатный подают к блюдам из отварной, припущенной, запеченной рыбы и рыбной котлетной массы, блюдам из запеченного мяса, блюдам из овощей для детей второй возрастной группы.

#### ХАРАКТЕРИСТИКА БЛЮДА НА ВЫХОДЕ

Требования к качеству Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков муки, всплывшего жира на поверхности Консистенция: вязкая, эластичная, нежная Цвет: красный Вкус: насыщенный, соответствующий использованным продуктам, свойственный томату Запах: продуктов, входящих в соус

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 23

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Чай с лимоном**

Номер рецептуры: № 393

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Чай-заварка № 391</u>	-	30.5
<u>Сахарный песок</u>	10.2	10.2
<u>Лимон</u>	8.12	7.1
<u>Вода</u>	152	152
Выход		200

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда

Белки, г	0.12
Жиры, г	0.02
Углеводы, г	10.4
Калорийность, ккал	41.6
С, мг	2.88
Са, мг	13
Е, мг	0.02
Fe, мг	0.32
К, мг	19.5
Mg, мг	2.24
Na, мг	1.12
P, мг	4.06
PP, мг	0.04
нэ, мг	0.02

### Технология приготовления блюда

Предварительно промытый теплой водой лимон ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин. Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром непосредственно перед отпуском.

### Характеристика блюда на выходе

Требования к качеству Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавает кружочек лимона Консистенция: жидкая Цвет: золотисто-коричневый Вкус: сладкий, с привкусом лимона Запах: свойственный чаю и лимону

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 22

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Компот из сушеных фруктов**

Номер рецептуры: № 376

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Смесь сухофруктов</u>	20	50
<i>или Яблоки сушеные</i>	15	56
<i>или Груша сушеная</i>	30	45
<i>или Абрикосы сушеные без косточки (курага)</i>	20	37
<i>или Урюк</i>	25	46
<i>или Изюм</i>	20	32
<i>~ Масса плодов или ягод вареных</i>	-	-
<u>Сахарный песок</u>	16	16
<i>~ Для компота из кураги и изюма закладка сахара составляет</i>	11	11
<u>Лимонная кислота</u>	0.2	0.2
<u>Вода</u>	203	203
Выход		200

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда

Белки, г	0.44
Жиры, г	0.02
Углеводы, г	27.8
Калорийность, ккал	113
С, мг	0.4
Са, мг	31.8
Е, мг	0.2
Fe, мг	1.24
К, мг	116
Mg, мг	6
Na, мг	2.56
P, мг	15.4
PP, мг	0.14
нэ, мг	0.24

### **Технология приготовления блюда**

Подготовленные сушеные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности. Груши сушеные в зависимости от величины и вида варят 1-2 ч, яблоки - 20-30 мин, урюк, курагу - 10-20 мин, изюм - 5-10 мин. Компот из плодов или ягод сушеных готовят накануне, для того чтобы он настоялся. Выход порции определяется возрастной группой.

### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: плоды, ягоды не переваренные, уложены в стакан или креманку и залиты полученным при варке компота прозрачным отваром  
Консистенция: отвара - жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов Цвет: от светло-коричневого до темно-коричневого, в зависимости от набора сухофруктов Вкус: сладкий или кисло-сладкий Запах: аромат использованных плодов и ягод

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 21

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Компот из свежих плодов**

Номер рецептуры: № 372

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Яблоки</u>	45.4	40
<i>или Айва</i>	45.4	40
<i>или Груша</i>	44.4	40
<u>Вода</u>	172	172
<u>Сахарный песок</u>	20	20
<u>Лимонная кислота</u>	0.2	0.2
Выход		200

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда

Белки, г	0.16
Жиры, г	0.16
Углеводы, г	23.9
Калорийность, ккал	97.6
С, мг	1.72
Са, мг	14.5
Е, мг	0.08
Fe, мг	0.94
К, мг	112
Mg, мг	3.6
Na, мг	10.6
P, мг	4.4
PP, мг	0.1
нэ, мг	0.16

**Технология приготовления блюда**

Яблоки, груши или айву, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде

растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят на слабом огне не более 6-8 мин. Быстро разваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения. Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; сливы, персики или абрикосы перебирают, моют, разрезают пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения. Выход порции определяется возрастной группой.

#### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки, груши зачищены от сердцевины и плодоножек, нарезаны дольками; абрикосы, персики, сливы разделены пополам, косточки удалены; мелкие - с косточками Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая Цвет: присущий вареным плодам в сиропе Вкус: кисло-сладкий Запах: фруктов - концентрированный, приятный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 20

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Пюре картофельное**

Номер рецептуры: № 321

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Картофель</u>	171	128
<u>Молоко стерилизованное 3,5% жирности</u>	23.7	23.7
~ Масса кипяченого молока	-	22.5
~ При отсутствии молока можно на 10 г увеличить норму закладки сливочного масла	-	-
<u>Масло сливочное</u>	5.25	5.25

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 150 грамм блюда

Белки, г	3.06
Жиры, г	4.8
Углеводы, г	20.4
Калорийность, ккал	137
А, мг	0.03
В1, мг	0.135
В2, мг	0.105
С, мг	18.2
Са, мг	37
Е, мг	0.18
Fe, мг	1.01
К, мг	648
Mg, мг	27.8
Na, мг	5.54
Р, мг	86.6
PP, мг	1.35
кар, мг	0.045
нэ, мг	2.51
рэ, мг	0.03

Технология приготовления блюда



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

#### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: протертая картофельная масса Консистенция: густая, пышная, однородная Цвет: белый с кремовым оттенком Вкус: свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный Запах: свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного масла

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 19

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рис отварной**

Номер рецептуры: № 315

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Рис, зерно продовольственное</u>	53.6	53.6
<u>Масло сливочное</u>	6.75	6.75
Выход		150

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 150 грамм блюда

Белки, г	3.65
Жиры, г	5.37
Углеводы, г	36.7
Калорийность, ккал	210
А, мг	0.03
В1, мг	0.03
В2, мг	0.015
Са, мг	1.37
Е, мг	0.285
Fe, мг	0.525
К, мг	40.6
Mg, мг	16.3
Na, мг	3.27
Р, мг	60.9
РР, мг	0.675
кар, мг	0.015
нэ, мг	1.79
рэ, мг	0.03

### Технология приготовления блюда

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом, перемешивают и прогревают. Выход порции определяется возрастной группой.

### Характеристика блюда на выходе

Требования к качеству Внешний вид: зерна крупы - целые, хорошо набухшие, легко разделяются  
Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная Цвет: от белого до кремового Вкус: отварного риса с маслом Запах: отварного риса с маслом

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Макаронные изделия отварные**

Номер рецептуры: № 204

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Макаронные изделия, высшего сорта, яичные</u>	52.5	52.5
Выход		150

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 150 грамм блюда

Белки, г	5.76
Жиры, г	0.825
Углеводы, г	31.1
Калорийность, ккал	155
В1, мг	0.09
В2, мг	0.03
Са, мг	7.49
Е, мг	0.945
Fe, мг	1.22
К, мг	53.3
Mg, мг	22.7
Na, мг	0.54
P, мг	47.5
PP, мг	0.96
нэ, мг	2.25

#### Технология приготовления блюда

Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 30 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу - 20-25 мин, вермишель - 10-12 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза (в зависимости от сорта). Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом (1/3-1/2 часть от указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Остальной частью масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде. Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия можно варить, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг

макаронных изделий 2,2-3,0 л воды, 15 г соли). Рекомендованный выход блюд для первой возрастной группы - 150 г, для второй -200 г.

**Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: макаронные изделия сохраняют форму, легко отделяются друг от друга Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная Цвет: белый с кремовым оттенком Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям, умеренно соленый Запах: отварных макаронных изделий

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 17

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Каша рассыпчатая (гречневая)**

Номер рецептуры: № 165

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Гречневая крупа ядрица</u>	69.7	69.7
<u>Вода</u>	104	104
<u>Соль поваренная пищевая</u>	0.36	0.36
~ <i>Масса каши</i>	-	146
<u>Масло сливочное</u>	3.66	3.66
или <u>Сахар-песок</u>	3.66	3.66
<b>Выход</b>		<b>150</b>

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 150 грамм блюда

Белки, г	8.58
Жиры, г	5.79
Углеводы, г	38.5
Калорийность, ккал	240
А, мг	0.015
В1, мг	0.24
В2, мг	0.12
Са, мг	15.4
Е, мг	0.6
Fe, мг	4.65
К, мг	259
Mg, мг	135
Na, мг	76.2
Р, мг	203
РР, мг	2.64
кар, мг	0.015
нэ, мг	4.98
рэ, мг	0.03

### **Технология приготовления блюда**

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, периодически помешивая. Сливочное масло можно добавлять во время варки или использовать его, поливая кашу при отпуске. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть, за это время она приобретает своеобразный приятный запах и цвет. Для упревания рассыпчатых каш требуется: гречневой (из ядрицы, вырабатываемой из непропаренного зерна) - около 4,5 ч; из поджаренной крупы - 1,5-2 ч; из ядрицы быстрораствориваемой - 1-1,5 ч; перловой, ячневой, пшенной, пшеничной - 1,5-2 ч; рисовой - около 1 ч. При варке в наплитной посуде кашу для упревания можно поставить в жарочный шкаф. При варке в пищеварочном котле после набухания крупы уменьшают нагрев, закрывают котел крышкой и доводят кашу до готовности. При отпуске рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают прокипяченным сливочным маслом или посыпают сахаром, можно отпускать с прокипяченным сливочным маслом и сахаром.

### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость, разделяются между собой. Каша полита маслом, или посыпана сахаром, или отпущена с молоком Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая, мягкая Цвет: свойственный данному виду крупы Вкус: свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов в соответствии с рецептурой Запах: свойственный данному виду крупы

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 14

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Тефтели мясные (1-й вариант)**

Номер рецептуры: № 286

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Тушение

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Говядина 1 кат.</u>	70	51
<i>или</i> <u>Телятина 1 кат.</u>	77	51
<i>~ Мясо-котлетное</i>	-	-
<u>Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта</u>	11	11
<u>Молоко стерилизованное 3,5% жирности</u>	16	16
<i>или</i> <u>Вода</u>	16	16
<i>~ Масса готовых тефтелей</i>	-	80
<u>Лук репчатый</u>	19	16
<u>Масло сливочное</u>	3.01	3.01
<i>~ Масса припущенного лука</i>	-	12
<u>Пшеничная мука, первого сорта</u>	4	4
<i>~ Масса полуфабриката</i>	-	95
<u>Масло сливочное</u>	3.01	3.01
<u>Вода</u>	16	16
<u>Соус сметанный с луком № 356</u>	-	80
Выход		160

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 160 грамм блюда

Белки, г	11.8
Жиры, г	12.9
Углеводы, г	14.9
Калорийность, ккал	223
А, мг	0.048
В1, мг	0.064
В2, мг	0.128
С, мг	1.14
Са, мг	57.8
Е, мг	0.784
Fe, мг	1.26
К, мг	282
Mg, мг	28.4
Na, мг	398
Р, мг	141
РР, мг	2.43
кар, мг	0.048
нэ, мг	5.66
рэ, мг	0.064

#### **Технология приготовления блюда**

Котлетную массу дважды пропускают через мясорубку, добавляют измельченный припущенный репчатый лук, перемешивают и формируют в виде шариков по 3-4 шт. на порцию, панируют в муке, запекают 6-8 мин до полуготовности, заливают соусом сметанным с луком с добавлением воды (12-16 г на порцию) и тушат 8-10 мин до готовности. Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели. Гарниры - картофель отварной, овощи отварные с маслом, картофельное пюре.

#### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: тефтели в виде шариков без трещин, пропитанных соусом Консистенция: тефтелей в меру плотная, сочная Цвет: тефтелей - коричневый, соуса - в зависимости от вида Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый Запах: тушеного мяса, соуса и гарнира



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 13

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Котлеты или биточки рыбные запеченные**

Номер рецептуры: № 255

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Запечение

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Треска</u>	65	60
<i>или Судак</i>	65	60
<i>~ Рыба - филе, выпускаемое промышленностью</i>	-	-
<u>Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта</u>	14	14
<u>Молоко стерилизованное 3,5% жирности</u>	20	20
<i>или Вода</i>	20	20
<i>~ Масса полуфабриката</i>	-	92
<u>Масло сливочное</u>	4	4
Выход		80

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию**

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 80 грамм блюда

Белки, г	10.6
Жиры, г	3.76
Углеводы, г	7.67
Калорийность, ккал	104
А, мг	0.024
В1, мг	0.072
В2, мг	0.08
С, мг	0.344
Са, мг	42.7
Е, мг	0.76
Fe, мг	0.592
К, мг	240
Mg, мг	24

Na, мг	299
P, мг	147
PP, мг	1.47
кар, мг	0.016
нэ, мг	4.08
рэ, мг	0.032

#### **Технология приготовления блюда**

Из рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, выкладывают на смазанный маслом противень, запекают в жарочном шкафу 12-15 минут до готовности. Отпускают с прокипяченным маслом или соусом томатным, молочным, сметанным, сметанным с томатом и луком. Гарниры - картофель отварной, овощи отварные с маслом, пюре картофельное, овощи, припущенные с маслом.

#### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом, сбоку - гарнир Консистенция: сочная, нежная, однородная Цвет: котлет или биточков - светло-серый, гарнира - используемых овощей Вкус: рыбной котлетной массы, умеренно соленый Запах: продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 12

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Гуляш из отварного мяса**

Номер рецептуры: № 277

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Тушение

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Говядина 1 кат.</u>	131	96.7
~ Говядина (покроя, лопаточная часть, грудинка)	-	-
~ Масса отварного мяса	-	60
<u>Морковь, красная</u>	14.3	11.3
<u>Лук репчатый</u>	12.7	10.5
<u>Томатная паста. Консервы</u>	4.5	4.5
<u>Масло сливочное</u>	3.74	3.74
<u>Пшеничная мука, первого сорта</u>	3	3
<u>Отвар овощной</u>	-	39.7
или <u>Вода</u>	39.7	39.7
~ Масса соуса	-	60
<b>Выход</b>		<b>120</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 120 грамм блюда

Белки, г	15.5
Жиры, г	12.2
Углеводы, г	3.94
Калорийность, ккал	188
А, мг	0.012
В1, мг	0.036
В2, мг	0.108
С, мг	0.828
Са, мг	27.9
Е, мг	0.492
Fe, мг	1.19
К, мг	194
Mg, мг	26.1
Na, мг	294

Р, мг	123
РР, мг	2.27
кар, мг	1.27
нэ, мг	5.58
рэ, мг	0.252

#### **Технология приготовления блюда**

Отварное мясо нарезают кубиками, соединяют с припущенной морковью, мелко нашинкованным бланшированным репчатым луком, с томатным пюре (для второй возрастной группы), заливают водой, добавляют соль и тушат 10-15 минут. На отваре или воде готовят соус, которым заливают мясо и доводят до кипения. Отпускают с соусом, в котором тушилось мясо. Гарниры - каши рассыпчатые, картофель отварной, овощи отварные, пюре картофельное.

#### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: небольшие порционные куски политы соусом, гарнир расположен сбоку Консистенция: мяса - сочная, мягкая Цвет: мяса - светло-серый, свойственный овощам и соусу Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 11

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Птица тушеная**

Номер рецептуры: № 301

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Тушение

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Курица, 1 категории</u>	177	157
<i>или Бройлеры (цыплята) 1 кат.</i>	187	138
<i>или Индейки 1 кат.</i>	179	133
<i>или Филе птицы (полуфабрикат)</i>	84	81.7
<i>~ Масса отварной птицы</i>	-	60
<u>Соус сметанный № 354</u>	-	60
<i>или Соус сметанный № 367</i>	-	60
<i>или Соус сметанный с томатом № 355</i>	-	60
Выход	-	<b>120</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 120 грамм блюда

Белки, г	14.1
Жиры, г	12.9
Углеводы, г	3.53
Калорийность, ккал	187
А, мг	0.048
В1, мг	0.252
В2, мг	0.096
С, мг	0.012
Са, мг	37.3
Е, мг	0.384
Fe, мг	1.09
К, мг	122
Mg, мг	14.6
Na, мг	347
P, мг	107
PP, мг	3.76
кар, мг	0.012
нэ, мг	7.55

рэ, мг

0.048

#### **Технология приготовления блюда**

Подготовленные тушки птицы варят до готовности, охлаждают, отделяют мякоть от кожи и костей, нарезают на порционные куски, складывают в глубокую посуду, добавляют бульон куриный (10% к массе соуса), соединяют с соусом, доводят до кипения и тушат в посуде с закрытой крышкой 15-20 мин при слабом кипении. Филе птицы (полуфабрикат) нарезают на порционные куски, припускают до готовности. Бульон от припускания используют для приготовления соуса. Соус соединяют с припущенным филе, доводят до кипения и тушат в посуде с закрытой крышкой 15-20 мин при слабом кипении. Отпускают с соусом, в котором тушилась птица. Гарниры - рис отварной или припущенный, картофель отварной, картофельное пюре.

#### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: мясо сохранило форму, залито соусом, сбоку гарнир  
Консистенция: сочная, нежная Цвет: сероватый - для мякоти ножки, белый - филе, соуса сметанного - белый, соуса сметанного с томатом - светло-оранжевый Вкус: умеренно соленый Запах: свойственный мясу птицы и соусу

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 10

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Биточки рубленые из птицы или кролика паровые**

Номер рецептуры: № 306

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Курица, 1 категории</u>	98	59
<i>или Бройлеры (цыплята) 1 кат.</i>	127	59
<i>или Куриный окорочок</i>	101	59
<i>или Индейки 1 кат.</i>	85	59
<i>или Мясо кролика</i>	86	59
<i>или Филе птицы (полуфабрикат)</i>	60	59
<i>~ Кура, бройлер-цыпленок, куриные окорочка – мякоть без кожи и жира</i>	-	-
<u>Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта</u>	15	15
<u>Молоко стерилизованное 3,5% жирности</u>	21	21
<i>или Вода</i>	21	21
<i>~ Масса полуфабриката</i>	-	91
<u>Масло сливочное</u>	3	3
Выход		80

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 80 грамм блюда

Белки, г	11.9
Жиры, г	12.6
Углеводы, г	8.09
Калорийность, ккал	194
А, мг	0.048
В1, мг	0.064
В2, мг	0.096
С, мг	0.4
Са, мг	34.2
Е, мг	0.52
Fe, мг	1.26
К, мг	164
Mg, мг	18

Na, мг	248
P, мг	119
PP, мг	3.99
кар, мг	0.016
нэ, мг	8.01
рэ, мг	0.064

#### **Технология приготовления блюда**

Мякоть птицы или кролика нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку, соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, кладут соль, масло сливочное, хорошо перемешивают, пропускают второй раз через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу разделявают на биточки (1-2 шт. на порцию), кладут в смазанную сливочным маслом емкость, варят на пару 25-30 мин. Гарниры - рис отварной или припущенный, пюре картофельное. Соусы - сметанный, сметанный с луком.

#### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: изделие овально-приплюснутой формы с одним заостренным концом, поверхность равномерно запечена, гарнир уложен рядом  
Консистенция: котлеты - мягкая, сочная Цвет: котлеты - бело-серый, гарнира - свойственный гарниру  
Вкус: продуктов, входящих в блюдо Запах: продуктов, входящих в блюдо



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 9

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рыба, запеченная в сметанном соусе**

Номер рецептуры: № 252

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы.

Вид обработки: Запечение

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Судак</u>	79.5	73.5
<i>или Треска</i>	76.5	73.5
<i>или Хек</i>	81	73.5
<i>~ Рыба - филе, выпускаемое промышленностью</i>	-	-
<i>~ Масса отварной рыбы</i>	-	60
<u>Масло подсолнечное</u>	4.5	4.5
<u>Яйцо</u>	10.5	10.5
<u>Сыр "Российский"</u>	6.46	6
<u>Соус сметанный № 354</u>	-	52.5
<i>~ Масса полуфабриката</i>	-	134
<i>или Соус сметанный № 367</i>	-	52.5
<b>Выход</b>		<b>120</b>

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 120 грамм блюда

Белки, г	15.3
Жиры, г	7.63
Углеводы, г	2.9
Калорийность, ккал	141
А, мг	0.048
В1, мг	0.048
В2, мг	0.108
С, мг	0.672
Са, мг	76.2
Е, мг	3.53
Fe, мг	0.6
К, мг	190

Mg, мг	18.9
Na, мг	269
P, мг	185
PP, мг	1.03
кар, мг	0.012
нэ, мг	4.74
рэ, мг	0.072

#### **Технология приготовления блюда**

Филе рыбы отваривают 5—7 мин, выкладывают на смазанный маслом противень, заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром или рубленными сваренными вкрутую яйцами и запекают. Отпускают с соусом сметанным. Гарниры - каша рассыпчатая, картофель отварной или картофельное пюре.

#### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: целый кусок филе рыбы уложен на тарелку вместе с гарниром и соусом Консистенция: филе рыбы - мягкая, сочная, гарнира - мягкая Цвет: белый или светло-серый Вкус: запеченной рыбы Запах: запеченной рыбы, гарнира и соуса сметанного

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 8

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Птица или кролик отварные**

Номер рецептуры: № 300

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы .

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Курица, 1 категории</u>	236	209
<i>или Бройлеры (цыплята) 1 кат.</i>	249	184
<i>или Индейки 1 кат.</i>	238	177
<i>или Филе птицы (полуфабрикат)</i>	112	109
<i>или Мясо кролика</i>	156	109
<u>Лук репчатый</u>	3	2.5
Выход		80

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 80 грамм блюда

Белки, г	18.1
Жиры, г	13.6
Калорийность, ккал	195
А, мг	0.032
В1, мг	0.32
В2, мг	0.096
Са, мг	36.4
Е, мг	0.32
Fe, мг	1.28
К, мг	130
Mg, мг	15.2
Na, мг	182
Р, мг	125
PP, мг	4.88
нэ, мг	9.68
рэ, мг	0.032

**Технология приготовления блюда**

Подготовленные тушки птицы перед варкой формуют, придавая им компактную форму, кладут в горячую воду (2-2,5 л на 1 кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют соль, нарезанные овощи, лук и варят до готовности при слабом кипении в закрытой посуде. Сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть. У отварной птицы удаляют кожу, отделяют мякоть от костей, порционируют. Порционные куски заливают горячим куриным бульоном, доводят до кипения и хранят в бульоне на мармите в закрытой посуде. Кроликов нарубают на 4—6 и более частей в зависимости от величины тушек и нормы выхода порции. Нарубленные порции кролика заливают горячим бульоном, доводят до кипения и хранят в бульоне на мармите в закрытой посуде. Соусы - сметанный, молочный, сметанный с томатом - для старшей возрастной группы. Гарниры - каша рассыпчатая, рис отварной или припущенный, картофель отварной, овощи отварные с маслом, картофельное пюре.

#### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: порционные куски одинакового размера, не разваренные, уложены на тарелку, сбоку гарнир и соус Консистенция: мягкая, сочная Цвет: сероватый - для мякоти ножки, белый - филе, кролика - светло-серый Вкус: умеренно соленый Запах: свойственный мясу отварной птицы или кролика

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 7

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Котлеты, биточки, шницели рубленые**

Номер рецептуры: № 282

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы .

Вид обработки: Запечение

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Говядина 1 кат.</u>	80	59
<i>или <u>Свинина мясная</u></i>	70	59
<i>или <u>Телятина 1 кат.</u></i>	90	59
<i>~ Мясо - котлетное</i>	-	-
<u>Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта</u>	14	14
<u>Молоко стерилизованное 3,5% жирности</u>	19	19
<i>или <u>Вода</u></i>	19	19
<u>Сухари панировочные</u>	8	8
<i>~ Масса полуфабриката</i>	-	99
<u>Масло сливочное</u>	5	5
Выход		80

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 80 грамм блюда

Белки, г	12.4
Жиры, г	9.24
Углеводы, г	12.6
Калорийность, ккал	183
А, мг	0.024
В1, мг	0.08
В2, мг	0.128
С, мг	0.12
Са, мг	35
Е, мг	0.68
Fe, мг	1.2
К, мг	239
Mg, мг	25.7
Na, мг	288

Р, мг	133
РР, мг	2.75
кар, мг	0.016
нэ, мг	6.14
рэ, мг	0.024

#### **Технология приготовления блюда**

Из котлетной массы формуют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 мм (биточки), или плоскоовальной формы толщиной 1 см (шницели). Котлеты, биточки и шницели можно приготовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто) и чеснока (0,5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды. Подготовленные изделия кладут на противень, смазанный маслом, и запекают при температуре 180-200 °С до готовности (12-15 мин). Отпускают с прокипяченным маслом или соусом сметанным. Гарниры - каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, овощи отварные, капуста тушенная.

#### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: форма котлеты - овально-приплюснутая с заостренным концом, форма биточков - кругло-приплюснутая, сбоку подлит соус или масло и уложен гарнир Консистенция: сочная, пышная, однородная Цвет: корочки - коричневый, на разрезе - светло-серый Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 6

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат из картофеля с солеными огурцами**

Номер рецептуры: № 22

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы .

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Огурец соленый</u>	22.5	18
<u>Картофель</u>	32.9	24
~ Масса отварного очищенного картофеля	-	-
<u>Морковь, красная</u>	15.4	12
~ Масса отварной очищенной моркови	-	-
<u>Лук зеленый (перо)</u>	3.78	3
<u>Масло подсолнечное</u>	3	3
Выход		60

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда

Белки, г	8.19
Жиры, г	31.3
Углеводы, г	51.4
Калорийность, ккал	52.0
В1, мг	0.402
В2, мг	0.318
С, мг	72
Са, мг	128
Е, мг	14.4
Fe, мг	4.38
К, мг	1935
Mg, мг	131
Na, мг	2040
P, мг	257
PP, мг	4.59
кар, мг	15.1
нэ, мг	6.15
рэ, мг	2.51

**Технология приготовления блюда**

Подготовленные картофель и морковь отваривают, очищают от кожицы нарезают мелкими ломтиками. Огурцы соленые очищают и нарезают ломтиками, добавляют картофель и морковь,

заправляют растительным маслом и посыпают мелко нарезанным зеленым луком. Выход порции определяется возрастной группой.

### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом Консистенция: отварного картофеля - мягкая, овощей - упругая, сочная Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам Вкус: свойственный квашеной капусте и отварным овощам Запах: свойственный входящим продуктам



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 5

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Рубленные яйца с маслом и луком**

Номер рецептуры: № 109

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы .

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Яйцо</u>	41.4	41.4
<u>Лук репчатый</u>	10	8.4
<i>или</i> <u>Лук зеленый (перо)</u>	10.5	8.4
<u>Масло сливочное</u>	10.5	10.5
Выход		60

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда

Белки, г	5.51
Жиры, г	11.2
Углеводы, г	1.16
Калорийность, ккал	128
А, мг	0.108
В, мг	0.018
в-саг, мг	0.024
В1, мг	0.03
В12, мг	0.216
В2, мг	0.198
В4, мг	104
В5, мг	0.546
В6, мг	0.066
В7, мг	0.006
В9, мг	0.006
С, мг	0.84
Са, мг	28.4
Со, мг	0.006
Си, мг	0.042

D, мг	0.912
DF, мг	252
E, мг	0.264
F, мг	0.024
Fe, мг	1.13
H, мг	66.7
I, мг	0.006
K, мг	72.7
K2, мг	0.126
Mg, мг	6.14
Mn, мг	0.03
Na, мг	55.8
P, мг	84.4
PP, мг	1.53
S, мг	78.3
Se, мг	0.012
Zn, мг	0.528

#### Технология приготовления блюда

Сваренные вкрутую яйца рубят, смешивают с шинкованным луком, солят и заправляют сливочным маслом. Рубленые яйца с маслом и луком можно использовать для бутербродов.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 4

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат из соленых огурцов с луком**

Номер рецептуры: № 19

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы .

Вид обработки: Без обработки

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Огурец соленый</u>	66.7	53.4
~ <i>Масса припущенных соленых огурцов</i>	-	48.6
<u>Лук репчатый</u>	11.3	9.48
~ <i>Масса бланшированного репчатого лука</i>	-	9
<u>Масло подсолнечное</u>	3	3
Выход		60

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда
Белки, г	0.516
Жиры, г	3.07
Углеводы, г	1.57
Калорийность, ккал	35.9
В1, мг	0.012
В2, мг	0.012
С, мг	3.33
Са, мг	14
Е, мг	1.39
Fe, мг	0.366
К, мг	84.3
Mg, мг	8.06
Na, мг	540
Р, мг	16.9
РР, мг	0.066
кар, мг	0.012
нэ, мг	0.144

### **Технология приготовления блюда**

Подготовленные огурцы нарезают тонкими ломтиками и припускают, добавляют мелко шинкованный бланшированный репчатый лук, перемешивают и заправляют растительным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом Консистенция: хрустящая, сочная Цвет: свойственный овощам Вкус: соленых огурцов, лука, растительного масла Запах: продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 3

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат из кукурузы (консервированной)**

Номер рецептуры: № 12

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы .

Вид обработки: **Варка**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Кукуруза, сахарная консервированная</u>	79.7	55.8
~ <i>Масса прогретой кукурузы</i>	-	-
<u>Сахарный песок</u>	1.2	1.2
<u>Масло подсолнечное</u>	3.6	3.6
Выход		60

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда

Белки, г	1.73
Жиры, г	3.71
Углеводы, г	4.82
Калорийность, ккал	59.6
В1, мг	0.06
В2, мг	0.03
С, мг	5.58
Са, мг	11.2
Е, мг	1.7
Fe, мг	0.396
К, мг	55.3
Mg, мг	11.7
Na, мг	201
P, мг	34.7
PP, мг	0.39
кар, мг	0.168
нэ, мг	0.726
рэ, мг	0.03

### **Технология приготовления блюда**

Консервированную кукурузу прогревают в собственном соку, затем отвар сливают, заправляют сахаром и растительным маслом. Рекомендуется для детей старшей возрастной группы.

### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: кукуруза сохранила форму Консистенция: сочная, плотная Цвет: свойственный консервированной кукурузе Вкус: умеренно сладкий Запах: консервированной кукурузы с растительным маслом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 1

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат из белокочанной капусты**

Номер рецептуры: № 20

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы .

Вид обработки: Без обработки

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная	59.2	47.3
~ <i>Масса прогретой капусты</i>	-	42.6
Лук зеленый (перо)	7.5	6
или Морковь, красная	7.5	6
Лимонная кислота	0.18	0.18
Вода	5.82	5.82
Сахарный песок	3	3
Масло подсолнечное	3	3
Выход		60

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда
Белки, г	0.846
Жиры, г	3.05
Углеводы, г	5.19
Калорийность, ккал	51.5
В1, мг	0.012
В2, мг	0.024
С, мг	21
Са, мг	26.8
Е, мг	1.42
Fe, мг	0.324
К, мг	143
Mg, мг	7.9
Na, мг	6.17
P, мг	14.8
PP, мг	0.318
кар, мг	0.126

нэ, мг	0.414
рэ, мг	0.024

### **Технология приготовления: с указанием процессов приготовления и технологических режимов**

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

### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом Консистенция: овощей - хрустящая, не жесткая, сочная Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам Запах: свежей белокочанной капусты, зеленого лука или моркови с ароматом растительного масла



Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 2

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат из горошка зеленого консервированного**

Номер рецептуры: № 10

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы .

Вид обработки: Варка

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
<u>Горошек зеленый. Консервы</u>	87.7	57
~ <i>Масса прогретого горошка</i>	-	-
<u>Масло подсолнечное</u>	3	3
<u>Петрушка</u>	0.81	0.6
Выход		60

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Наименование показателя Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда

Белки, г	1.79
Жиры, г	3.11
Углеводы, г	3.75
Калорийность, ккал	50.2
В1, мг	0.066
В2, мг	0.03
С, мг	6.6
Са, мг	12.9
Е, мг	1.45
Fe, мг	0.408
К, мг	61.2
Mg, мг	12.5
Na, мг	205
Р, мг	36
PP, мг	0.402
кар, мг	0.204
нэ, мг	0.75
рэ, мг	0.036

### **Технология приготовления блюда**

Консервированный горошек прогревают в собственном соку, затем отвар сливают и отпускают с растительным маслом и мелкорубленной зеленью петрушки. Рекомендуется для детей старшей возрастной группы.

### **Характеристика блюда на выходе**

Требования к качеству Внешний вид: горошек сохранил форму, салат заправлен маслом, посыпан рубленной зеленью Консистенция: сочная, плотная Цвет: свойственный сорту горошка, зеленый - петрушки Вкус: умеренно соленый, растительного масла, консервированного горошка, зелени петрушки Запах: консервированного зеленого горошка, свежей зелени петрушки

