

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 260

Наименование изделия: **АЗУ**

Номер рецептуры: **260**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	74,6	67,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,8	6,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,7	1,7
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	17	10,2
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	124,62	81
с 01.03 по 31.07	135	81
с 01.08 по 31.08	101,25	81
с 01.09 по 31.10	108	81
с 01.11 по 31.12	115,71	81
<b>Выход: 170</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	14,21
Жиры, г	17,38
Углеводы, г	15,37
Энергетическая ценность, ккал	275,14

С, мг	7,52
В1, мг	0,12
В2, мг	0,12
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	18,10
Р, мг	153,80
Mg, мг	32,49
Fe, мг	2,39
К, мг	734,45
І, мкг	9,45
Se, мг	0,00
F, мг	0,05

### Технология приготовления:

Мясо, нарезанное брусочками по 10-15 г, обжаривают, заливают горячим бульоном или водой, добавляют пассерованную томатную пасту и тушат в течение 40-50 мин в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут соленые огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют жареный картофель и тушат еще 15-20 мин.

За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. Для удобства порционирования картофель можно тушить отдельно.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **АПЕЛЬСИН**

Номер рецептуры:

Наименование сборника

**Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. -**

	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
АПЕЛЬСИН	142,86	100
<b>Выход: 100</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,90
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	8,10
Энергетическая ценность,	43,00

С, мг	60,00
В1, мг	0,04
В2, мг	0,03
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	34,00
Р, мг	23,00
Mg, мг	13,00
Fe, мг	0,30
К, мг	197,00
І, мкг	2,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,02

***Технология приготовления:***

Бананы промывают, очищают от кожуры. Нарезают кусочком.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАТОН**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30
<b>Выход: 30</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	2,25
Жиры, г	0,87
Углеводы, г	15,42
Энергетическая ценность, ккал	78,60

С, мг	0,00
В1, мг	0,03
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	5,70
Р, мг	19,50
Mg, мг	3,90
Fe, мг	0,30
К, мг	27,60
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАТОН**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40
<b>Выход: 40</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	3,00
Жиры, г	1,16
Углеводы, г	20,56
Энергетическая ценность, ккал	104,80

С, мг	0,00
В1, мг	0,04
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	7,60
Р, мг	26,00
Mg, мг	5,20
Fe, мг	0,40
К, мг	36,80
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 57

Наименование изделия: **БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ**

Номер рецептуры: **57**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	42,67	32
с 01.09 по 31.12	40	32
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	46,7	37,3
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	35,85	23,3
с 01.03 по 31.07	38,83	23,3
с 01.08 по 31.08	29,13	23,3
с 01.09 по 31.10	31,07	23,3
с 01.11 по 31.12	33,29	23,3
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	13,33	10
с 01.09 по 31.12	12,5	10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	24	17,3
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,09
Жиры, г	7,15
Углеводы, г	10,13
Энергетическая ценность, ккал	125,80

С, мг	11,12
В1, мг	0,06
В2, мг	0,07
А, мг	0,22
Д, мкг	0,00

Са, мг	45,60
Р, мг	70,76
Mg, мг	27,37
Fe, мг	1,44
К, мг	401,75
l, мкг	6,31
Se, мг	0,00
F, мг	0,05

### Технология приготовления:

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

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 467

Наименование изделия: **БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ**

Номер рецептуры: **467**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	42	42
САХАР ПЕСОК	8,1	8,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7
ДРОЖЖИ	1	1
ВАНИЛИН	0,04	0,04
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21	21
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2
<b>Выход: 70</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	5,04
Жиры, г	4,36
Углеводы, г	36,40
Энергетическая ценность, ккал	204,60

С, мг	0,00
В1, мг	0,06
В2, мг	0,04
А, мг	0,03
Д, мкг	0,14

Са, мг	12,62
Р, мг	43,22
Mg, мг	7,21
Fe, мг	0,52
К, мг	63,59
І, мкг	1,45
Se, мг	0,01
F, мг	0,01

**Технология приготовления:**

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

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 469

Наименование изделия: **БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ**

Номер рецептуры: **469**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	60	60
САХАР ПЕСОК	7,7	7,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
ДРОЖЖИ	1,3	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2
<b>Выход: 70</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,61
Жиры, г	4,29
Углеводы, г	48,20
Энергетическая ценность, ккал	257,32

С, мг	0,00
В1, мг	0,09
В2, мг	0,03
А, мг	0,02
Д, мкг	0,08

Са, мг	13,26
Р, мг	53,72
Mg, мг	9,59
Fe, мг	0,62
К, мг	83,37
І, мкг	1,17
Se, мг	0,02
F, мг	0,01

### Технология приготовления:

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

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 483

Наименование изделия: **БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ**

Номер рецептуры: **483**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	41	41
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2
САХАР ПЕСОК	5,9	5,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	18,6	18,6
ДРОЖЖИ	1,8	1,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
ВАНИЛИН	0,04	0,04
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,1
<b>Выход: 70</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,26
Жиры, г	4,44
Углеводы, г	36,20
Энергетическая ценность, ккал	222,20

С, мг	0,10
В1, мг	0,07
В2, мг	0,10
А, мг	0,03
Д, мкг	0,18

Са, мг	50,60
Р, мг	92,99
Mg, мг	12,58
Fe, мг	0,67
К, мг	112,32
І, мкг	3,26
Se, мг	0,02
F, мг	0,02

### Технология приготовления:

Дрожжевое тесто готовят безопасным способом. В дежу тестомесильной машины загружают подготовленный творог. Подливая молоко температурой 70-100 °С (40-50% рецептурного количества), доводят температуру смеси до 35—40 °С, добавляют сахар (15-20% рецептурного количества), муку (2-4% рецептурного количества), подготовленные дрожжи. Смесь перемешивают и выдерживают при температуре 35-40 °С до увеличения объема в 1,5-2 раза в течение 30—40 мин. В подготовленную смесь добавляют оставшиеся по рецептуре молоко (35-40 °С), сахар, соль, муку, меланж, ванилин и перемешивают в течение 7-8 мин. Затем вводят растопленное сливочное масло и замешивают тесто до однородной консистенции и легкого отделения его от стенок дежи. Тесто ставят для брожения на 1,5-2 ч при температуре 35^40 °С. Первую обминку производят через 50-60 мин. В процессе брожения тесто обминают 2 раза. Разделку производят машинным способом или вручную. Из теста формируют жгутики массой 59 г. Заготовки сворачивают с обеих сторон к середине в виде улиток. Укладывают на подготовленные листы и расстаивают в течение 30-35 мин. Поверхность заготовки смазывают яйцом. Выпекают при температуре 200-220 °С в течение 10-12 мин.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/



# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 11

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ**

Номер рецептуры: **11**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫР РОССИЙСКИЙ	15	13,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30
<b>Выход: 60</b>		

## Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,44
Жиры, г	9,01
Углеводы, г	15,46
Энергетическая ценность, ккал	165,50

С, мг	0,10
В1, мг	0,04
В2, мг	0,06
А, мг	0,08
Д, мкг	0,08

Са, мг	125,98
Р, мг	88,45
Мg, мг	8,66
Fe, мг	0,45
К, мг	40,32
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

## Технология приготовления:

Хлеб пшеничный нарезают тонкими ломтиками, укладывают на них кусочки сливочного масла, посыпают тертым сыром и запекают в жарочном шкафу до образования румяной корочки.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 2

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ**

Номер рецептуры: **2**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ДЖЕМ	9,3	9,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40
<b>Выход: 40</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	3,06
Жиры, г	1,17
Углеводы, г	27,34
Энергетическая ценность, ккал	131,21

С, мг	3,72
В1, мг	0,04
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	9,65
Р, мг	27,49
Mg, мг	6,50
Fe, мг	0,45
К, мг	49,82
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Хлеб намазывают джемом.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 2

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ**

Номер рецептуры: **2**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ДЖЕМ	11,6	11,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50
<b>Выход: 50</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	3,82
Жиры, г	1,46
Углеводы, г	34,16
Энергетическая ценность, ккал	163,94

С, мг	4,64
В1, мг	0,06
В2, мг	0,02
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	12,05
Р, мг	34,36
Mg, мг	8,12
Fe, мг	0,56
К, мг	62,24
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Хлеб намазывают джемом.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 298

Наименование изделия: **ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ**

Номер рецептуры: **298**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	68	54,4
ГОВЯДИНА Б/К	56,7	51
КРУПА РИСОВАЯ	22,7	22,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,4	13,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6
<b>Выход: 170</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	12,16
Жиры, г	11,65
Углеводы, г	20,80
Энергетическая ценность, ккал	237,59

С, мг	11,42
В1, мг	0,08
В2, мг	0,10
А, мг	0,04
Д, мкг	0,06

Са, мг	34,38
Р, мг	133,64
Mg, мг	31,33
Fe, мг	2,06
К, мг	366,60
І, мкг	6,56
Se, мг	0,00
F, мг	0,04

***Технология приготовления:***

Котлетное мясо дважды пропускают через мясорубку. При повторном измельчении добавляют нашинкованную свежую белокочанную капусту. В подготовленный мясо-капустный фарш вводят мелко рубленный припущенный лук, рассыпчатый рис, соль и перемешивают. Из полученной массы формируют голубцы, придавая изделиям цилиндрическую форму. Голубцы кладут на смазанный маслом противень, заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию) и запекают в жарочном шкафу 15-20 минут. Отпускают с соусом сметанным, сметанным с томатом или сметанным с томатом и луком.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 115

Наименование изделия: **ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА**

Номер рецептуры: **115**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5
<b>Выход: 20</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	2,29
Жиры, г	0,88
Углеводы, г	15,70
Энергетическая ценность, ккал	80,05

С, мг	0,00
В1, мг	0,02
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	5,39
Р, мг	18,43
Mg, мг	3,69
Fe, мг	0,29
К, мг	28,98
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

**Технология приготовления:**

Хлеб очищают от корок (корки хлеба используют для приготовления панировочных сухарей), нарезают кубиками (10x10 мм) и подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 259

Наименование изделия: **ГУЛЯШ**

Номер рецептуры: **259**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	60	54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,4	12
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,8	3,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6
<b>СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №360</b>		<b>60</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66	66
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,4	1,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	0,04	0,04
<b>Выход: 70/50</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	11,05
Жиры, г	16,11
Углеводы, г	6,73
Энергетическая ценность, ккал	214,64

С, мг	1,16
В1, мг	0,05
В2, мг	0,07
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00

Са, мг	9,95
Р, мг	97,48
Mg, мг	14,44
Fe, мг	1,52
К, мг	234,68
І, мкг	4,64
Se, мг	0,00
F, мг	0,02

### Технология приготовления:

Нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассерованной томатной пасты в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. Гуляш можно готовить со сметаной (10-15 г на порцию).

Соус белый основной №360

Корень петрушки или сельдерея промывают, очищают и повторно промывают в проточной воде, шинкуют. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде, шинкуют.

Пшеничную муку просеивают, высыпают в разогретое масло растительное и пассеруют при непрерывном помешивании, не допуская пригорания. Правильно пассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70° С, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду. После этого в соус кладут нарезанные петрушку, сельдерея, лук и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, перец черный горошком, лавровый лист.

Затем соус процеживают, протирая разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Готовый соус используют для приготовления производных соусов. Если соус используется как самостоятельный, его заправляют лимонной кислотой (0,05 г на порцию 50 г) и маслом сливочным (1,5 г на порцию 50 г).

технолог \_\_\_\_\_

/Белаш Наталия Геннадьевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 299

Наименование изделия: **ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ**

Номер рецептуры: **299**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	53,4	48
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	214,31	139,3
с 01.03 по 31.07	232,17	139,3
с 01.08 по 31.08	174,13	139,3
с 01.09 по 31.10	185,73	139,3
с 01.11 по 31.12	199	139,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,3	10,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,6	3,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6
<b>Выход: 150</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	12,97
Жиры, г	17,53
Углеводы, г	24,49
Энергетическая ценность, ккал	307,34

С, мг	14,41
В1, мг	0,17
В2, мг	0,00
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00

Са, мг	21,61
Р, мг	157,27
Mg, мг	42,02
Fe, мг	2,40
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Подготовленное мясо подвергают тепловой обработке: мясо обжаривают и тушат. Готовые продукты пропускают через мясорубку, добавляют пассерованный лук. Протертый вареный картофель делят на две равные части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень или сковороду, разравнивают, кладут фарш, а на него оставшуюся часть картофеля. После разравнивания изделие сбрызгивают маслом сливочным и запекают около часа при температуре 220-250° С.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 53

Наименование изделия: **ИКРА КАБАЧКОВАЯ**

Номер рецептуры: **53**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАБАЧКИ	75,2	56,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5,5	5,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5
<b>Выход: 50</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,60
Жиры, г	2,60
Углеводы, г	3,62
Энергетическая ценность, ккал	40,82

С, мг	4,19
В1, мг	0,02
В2, мг	0,02
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	10,27
Р, мг	12,73
Mg, мг	7,60
Fe, мг	0,15
К, мг	181,34
І, мкг	0,18
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

***Технология приготовления:***

Очищенные от кожицы кабачки, нарезанные кружочками, припускают, измельчают, добавляют припущенный с томатом шинкованный репчатый лук и тушат до готовности в течение 15-20 мин.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ЙОГУРТ

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЙОГУРТ 1,5% ЖИРНОСТИ	206,7	200
<b>Выход: 200</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	4,00
Жиры, г	3,00
Углеводы, г	6,00
Энергетическая ценность, ккал	96,00

С, мг	1,40
В1, мг	0,06
В2, мг	0,34
А, мг	0,05
Д, мкг	0,00

Са, мг	240,00
Р, мг	190,00
Mg, мг	28,00
Fe, мг	0,00
К, мг	292,00
l, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,04

### *Технология приготовления:*

Пакеты обрабатывают в соответствии с санитарными правилами. Из пакетов йогурт наливают непосредственно в стаканы.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 397

Наименование изделия: **КАКАО С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **397**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2
САХАР ПЕСОК	4,4	4,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	77,8	77,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	88,9	88,9
<b>Выход: 200</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	2,70
Жиры, г	2,21
Углеводы, г	8,09
Энергетическая ценность, ккал	63,95

С, мг	0,40
В1, мг	0,02
В2, мг	0,08
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	85,58
Р, мг	68,99
Mg, мг	17,93
Fe, мг	0,49
К, мг	147,19
І, мкг	7,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

***Технология приготовления:***

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

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 131

Наименование изделия: **КАПУСТА ТУШЕНАЯ**

Номер рецептуры: **131**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	100	80
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,9	1,9
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	2,53	1,9
с 01.09 по 31.12	2,38	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,9	3,2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27,5	27,5
<b>Выход: 80</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,55
Жиры, г	3,19
Углеводы, г	4,38
Энергетическая ценность, ккал	53,44

С, мг	14,91
В1, мг	0,02
В2, мг	0,03
А, мг	0,05
Д, мкг	0,00

Са, мг	37,78
Р, мг	26,15
Mg, мг	13,69
Fe, мг	0,81
К, мг	174,11
І, мкг	2,77
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

### Технология приготовления:

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), сливочное масло, пассерованную разведенную водой (в соотношении 1:1) томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин. При приготовлении блюда из квашеной капусты лимонную кислоту исключают, добавляя небольшое количество бульона или воды, и количество сахара увеличивают до 10 г на порцию.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 185

Наименование изделия: **КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ**

Номер рецептуры: **185**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПШЕНО	20	19,8
ТЫКВА СВЕЖАЯ	97,7	68,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	49,1	49,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49,1	49,1
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	9,5	9,5
<b>Выход: 200</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	4,30
Жиры, г	9,38
Углеводы, г	22,58
Энергетическая ценность, ккал	192,59

С, мг	2,45
В1, мг	0,09
В2, мг	0,10
А, мг	0,22
Д, мкг	0,14

Са, мг	75,97
Р, мг	94,25
Mg, мг	29,51
Fe, мг	0,85
К, мг	254,78
І, мкг	5,99
Se, мг	0,00
F, мг	0,06

**Технология приготовления:**

Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена и семенную мякоть, нарезают мелкими кубиками, закладывают в кипящее молоко или воду с молоком, добавляют соль, сахар и нагревают до кипения. Затем засыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 190

Наименование изделия: **КАША "ДРУЖБА"**

Номер рецептуры: **190**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА РИСОВАЯ	10	10
ПШЕНО	10	10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
САХАР ПЕСОК	6	6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,36
Жиры, г	7,34
Углеводы, г	24,06
Энергетическая ценность, ккал	180,33

С, мг	0,47
В1, мг	0,07
В2, мг	0,11
А, мг	0,03
Д, мкг	0,09

Са, мг	98,30
Р, мг	100,52
Mg, мг	22,37
Fe, мг	0,45
К, мг	163,70
І, мкг	8,69
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

### Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду закладывают подготовленную пшеничную крупу и варят 10-15 мин, помешивая. Затем всыпают подготовленную рисовую крупу и варят 5-10 мин, потом добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, периодически помешивая, до готовности.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 413

Наименование изделия: **КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ**

Номер рецептуры: **413**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	20	20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	93,3	93,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	116,1	116,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,4	6,4
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3
<b>Выход: 200</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	5,05
Жиры, г	8,58
Углеводы, г	21,52
Энергетическая ценность, ккал	184,11

С, мг	0,48
В1, мг	0,10
В2, мг	0,13
А, мг	0,05
Д, мкг	0,10

Са, мг	109,98
Р, мг	127,20
Mg, мг	34,71
Fe, мг	0,80
К, мг	203,69
l, мкг	9,60
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

***Технология приготовления:***

Подготовленную крупу засыпают в кипящую смесь молока с водой. Сухую смесь «Нутринор» разводят до полного растворения в 20 мл теплой кипяченой воды (20 мл воды входит в общее количество воды по рецептуре). Варят на медленном огне с закрытой крышкой до готовности, не допуская слипания хлопьев. За 3 минуты до готовности вводят подготовленную сухую смесь «Нутринор». Время варки - 8-10 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 323

Наименование изделия: **КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: **323**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	43,3	42,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99,7	99,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3
<b>Выход: 130</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	5,27
Жиры, г	4,82
Углеводы, г	23,80
Энергетическая ценность, ккал	159,37

С, мг	0,00
В1, мг	0,14
В2, мг	0,08
А, мг	0,02
Д, мкг	0,06

Са, мг	16,50
Р, мг	116,60
Mg, мг	78,38
Fe, мг	2,75
К, мг	164,09
І, мкг	1,42
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

***Технология приготовления:***

Крупы перебирают и промывают в теплой, а затем в горячей воде. Гречневую крупу промывают теплой водой 2-3 раза. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Затем добавляют часть масла (50%), выравнивают поверхность, закрывают крышкой и распаривают кашу до готовности: рисовую, гречневую — около 1 ч, пшеничную, перловую — 1,5-2 ч.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 414

Наименование изделия: **КАША ГРЕЧНЕВАЯ**

Номер рецептуры: **414**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20	19,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,3	90,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,4	6,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	93,3	93,3
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,08
Жиры, г	8,65
Углеводы, г	20,31
Энергетическая ценность, ккал	180,01

С, мг	0,48
В1, мг	0,10
В2, мг	0,14
А, мг	0,05
Д, мкг	0,10

Са, мг	103,12
Р, мг	121,26
Mg, мг	46,90
Fe, мг	1,33
К, мг	212,85
І, мкг	9,05
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### Технология приготовления:

Подготовленную крупу засыпают в кипящую, подсоленную воду. Сухую смесь «Нутринор» разводят до полного растворения в 40 мл теплой кипяченой воды (40 мл воды входят в общее количество воды по рецептуре). Кашу варят на медленном огне при закрытой крышке. За 7 минут до готовности вводят подготовленную сухую смесь «Нутринор». Время варки - до 40 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 184

Наименование изделия: **КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ**

Номер рецептуры: **184**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	15	14,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	47,4	47,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	71,6	71,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
САХАР ПЕСОК	1,4	1,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,9	4,9
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,49
Жиры, г	5,84
Углеводы, г	14,19
Энергетическая ценность, ккал	123,71

С, мг	0,37
В1, мг	0,05
В2, мг	0,09
А, мг	0,03
Д, мкг	0,07

Са, мг	88,86
Р, мг	98,83
Mg, мг	15,31
Fe, мг	0,36
К, мг	136,08
І, мкг	6,44
Se, мг	0,01
F, мг	0,01

### Технология приготовления:

Ячневую крупу засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности. Соотношение молока и воды принимается следующее: 60% молока, 40% воды.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 416

Наименование изделия: **КАША МАННАЯ**

Номер рецептуры: **416**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА МАННАЯ	20	20
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	93,3	93,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	116,1	116,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,4	6,4
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7
<b>Выход: 200</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	4,66
Жиры, г	7,57
Углеводы, г	24,59
Энергетическая ценность, ккал	185,06

С, мг	0,48
В1, мг	0,05
В2, мг	0,12
А, мг	0,05
Д, мкг	0,10

Са, мг	104,24
Р, мг	83,46
Mg, мг	14,73
Fe, мг	0,26
К, мг	163,73
І, мкг	8,40
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 181

Наименование изделия: **КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: **181**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	42	42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 130</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	3,90
Жиры, г	4,50
Углеводы, г	27,60
Энергетическая ценность, ккал	166,00

С, мг	0,00
В1, мг	0,04
В2, мг	0,00
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00

Са, мг	20,00
Р, мг	134,00
Mg, мг	17,00
Fe, мг	1,00
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

**Технология приготовления:**

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая.

Масло сливочное можно добавлять во время варки или использовать его, предварительно прокипятив, поливая кашу при отпуске. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 184

Наименование изделия: **КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ**

Номер рецептуры: **184**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	20	19,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62	62
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	93,3	93,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1
САХАР ПЕСОК	2	2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,4	6,4
<b>Выход: 200</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	4,87
Жиры, г	7,63
Углеводы, г	19,38
Энергетическая ценность, ккал	166,23

С, мг	0,48
В1, мг	0,08
В2, мг	0,13
А, мг	0,05
Д, мкг	0,10

Са, мг	109,15
Р, мг	115,42
Mg, мг	21,92
Fe, мг	0,89
К, мг	183,07
І, мкг	8,40
Se, мг	0,01
F, мг	0,00

***Технология приготовления:***

Крупы варят 20-30 мин в кипящей воде, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Соотношение молока и воды принимается следующее: 60% молока, 40% воды.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 417

Наименование изделия: **КАША ПШЕННАЯ**

Номер рецептуры: **417**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПШЕНО	20	19,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	142	142
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,4	6,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90,3	90,3
САХАР ПЕСОК	5,3	5,3
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,78
Жиры, г	8,44
Углеводы, г	22,81
Энергетическая ценность, ккал	187,10

С, мг	0,47
В1, мг	0,09
В2, мг	0,12
А, мг	0,04
Д, мкг	0,10

Са, мг	103,43
Р, мг	107,52
Mg, мг	26,18
Fe, мг	0,61
К, мг	175,17
І, мкг	9,02
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

### Технология приготовления:

Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду. Сухую смесь «Нутринор» разводят до полного растворения в 40 мл теплой кипяченой воды (40 мл воды входят в общее количество воды по рецептуре). Кашу варят под крышкой на слабом огне, до готовности. За 7 минут до готовности вводят подготовленную сухую смесь «Нутринор». Время варки - 15-20 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 169

Наименование изделия: **КАША РИСОВАЯ С ТЫКВОЙ**

Номер рецептуры: **169**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА РИСОВАЯ	20	19,8
ТЫКВА СВЕЖАЯ	97,7	68,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	96,8	96,8
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,4	6,4
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,77
Жиры, г	7,73
Углеводы, г	24,12
Энергетическая ценность, ккал	186,02

С, мг	2,69
В1, мг	0,07
В2, мг	0,16
А, мг	0,22
Д, мкг	0,10

Са, мг	116,25
Р, мг	112,80
Mg, мг	28,37
Fe, мг	0,51
К, мг	301,71
І, мкг	9,67
Se, мг	0,00
F, мг	0,06

### Технология приготовления:

Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена и семенную мякоть, нарезают мелкими кубиками или мелко шинкуют, закладывают в кипящее молоко или смесь молока с водой. Добавляют соль, сахар и нагревают до кипения. Затем засыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении. При отпуске в горячую кашу с тыквой кладут кусочек масла или поливают прокипяченным сливочным маслом.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 401

Наименование изделия: **КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН**

Номер рецептуры: **401**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	200
<b>Выход: 200</b>		

## Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,63
Жиры, г	4,85
Углеводы, г	7,76
Энергетическая ценность, ккал	102,82

С, мг	0,56
В1, мг	0,05
В2, мг	0,24
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00

Са, мг	204,00
Р, мг	152,00
Mg, мг	22,40
Fe, мг	0,16
К, мг	292,00
l, мкг	18,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

## Технология приготовления:

Кисломолочные продукты наливают непосредственно в стакан.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 378

Наименование изделия: **КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ**

Номер рецептуры: **378**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КЛЮКВА	20,4	20
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	186	186
САХАР ПЕСОК	20	20
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,11
Жиры, г	0,04
Углеводы, г	26,91
Энергетическая ценность, ккал	110,16

С, мг	1,20
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	13,65
Р, мг	8,22
Mg, мг	4,45
Fe, мг	0,11
К, мг	26,31
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### Технология приготовления:

Клюкву, или бруснику, или чернику, или смородину, или вишню перебирают, удаляют плодоножки и моют; у вишни удаляют косточки. Плоды и ягоды протирают. Сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть мезги 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипении 10-15 мин, и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании сразу вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал предварительно разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают. Алычу или сливу, или крыжовник варят с небольшим количеством воды в течение 7-10 мин, отвар сливают, ягоды и плоды протирают. В отвар добавляют сахар, пюре, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 372

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ**

Номер рецептуры: **372**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	45,5	40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	172	172
ВИШНЯ	47,1	40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166	166
САХАР ПЕСОК	20	20
<b>Выход: 200</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,47
Жиры, г	0,24
Углеводы, г	27,27
Энергетическая ценность, ккал	115,83

С, мг	4,00
В1, мг	0,02
В2, мг	0,02
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	33,13
Р, мг	14,76
Mg, мг	15,28
Fe, мг	0,97
К, мг	215,22
І, мкг	1,60
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

**Технология приготовления:**

Яблоки, груши или айву, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят на слабом огне не более 6-8 мин. Быстро разваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения. Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; сливы, персики или абрикосы перебирают, моют, разрезают пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 376

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ**

Номер рецептуры: **376**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15	15
САХАР ПЕСОК	7	7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3
<b>Выход: 150</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,76
Жиры, г	0,05
Углеводы, г	14,20
Энергетическая ценность, ккал	60,85

С, мг	0,24
В1, мг	0,02
В2, мг	0,03
А, мг	0,09
Д, мкг	0,00

Са, мг	27,90
Р, мг	19,71
Mg, мг	15,55
Fe, мг	0,43
К, мг	258,22
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

### **Технология приготовления:**

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.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 376

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ**

Номер рецептуры: **376**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20
САХАР ПЕСОК	13,3	13,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203	203
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	12,87
Энергетическая ценность, ккал	51,48

С, мг	0,00
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	8,47
Р, мг	0,00
Mg, мг	1,83
Fe, мг	0,00
К, мг	1,01
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### Технология приготовления:

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.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 239

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ**

Номер рецептуры: **239**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	60	57,74
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
<b>Выход: 50</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	10,38
Жиры, г	4,49
Углеводы, г	8,15
Энергетическая ценность, ккал	114,22

С, мг	0,57
В1, мг	0,07
В2, мг	0,04
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	19,57
Р, мг	134,83
Mg, мг	22,41
Fe, мг	0,77
К, мг	235,84
І, мкг	78,20
Se, мг	0,01
F, мг	0,36

***Технология приготовления:***

Филе рыбы нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке черствым батоном, кладут соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон на противне или сковороде в течение 8-10 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 272

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ**

Номер рецептуры: **272**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	57,6	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,6	12,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,8	16,8
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,35 шт.	14,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,8	8,2
<b>Выход: 70</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	13,00
Жиры, г	14,06
Углеводы, г	11,22
Энергетическая ценность, ккал	223,21

С, мг	0,33
В1, мг	0,06
В2, мг	0,11
А, мг	0,03
Д, мкг	0,31

Са, мг	18,70
Р, мг	133,65
Mg, мг	19,57
Fe, мг	2,09
К, мг	237,70
І, мкг	6,80
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

### Технология приготовления:

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели). Котлеты, биточки и шницели можно готовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды.

Изделия укладывают на разогретую до 160-170° С смазанную маслом поверхность сковороды, противня или функциональной емкости и обжаривают на плите 3-5 мин. До готовности доводят в жарочном шкафу при температуре 250-280° С (5-7 мин). Температура внутри изделия не ниже 85° С.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 395

Наименование изделия: **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **395**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3
САХАР ПЕСОК	5,6	5,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
<b>Выход: 200</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	2,86
Жиры, г	2,18
Углеводы, г	11,33
Энергетическая ценность, ккал	77,01

С, мг	0,47
В1, мг	0,04
В2, мг	0,10
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	99,52
Р, мг	75,29
Mg, мг	15,62
Fe, мг	0,28
К, мг	146,88
І, мкг	8,10
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

***Технология приготовления:***

В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 317

Наименование изделия: **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ**

Номер рецептуры: **317**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,5	5,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6
<b>Выход: 130</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,39
Жиры, г	8,72
Углеводы, г	34,27
Энергетическая ценность, ккал	237,22

С, мг	0,00
В1, мг	0,07
В2, мг	0,03
А, мг	0,04
Д, мкг	0,15

Са, мг	9,58
Р, мг	40,69
Mg, мг	7,20
Fe, мг	0,92
К, мг	63,02
І, мкг	0,75
Se, мг	0,01
F, мг	0,01

### Технология приготовления:

Способ приготовления - см. блюда из макаронных изделий.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 206

Наименование изделия: **МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ**

Номер рецептуры: **206**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,5	11,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3	3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60
<b>Выход: 150</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	7,93
Жиры, г	7,90
Углеводы, г	34,23
Энергетическая ценность, ккал	240,47

С, мг	0,03
В1, мг	0,07
В2, мг	0,05
А, мг	0,04
Д, мкг	0,08

Са, мг	106,70
Р, мг	87,54
Mg, мг	11,52
Fe, мг	1,08
К, мг	72,73
l, мкг	0,75
Se, мг	0,01
F, мг	0,01

### **Технология приготовления:**

Макароны отваривают (рец. №204), заправляют прокипяченным сливочным маслом, посылают тертым сыром непосредственно перед подачей.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 13

Наименование изделия: **МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры: **13**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
<b>Выход: 3</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	0,03
Жиры, г	2,49
Углеводы, г	0,03
Энергетическая ценность, ккал	22,50

С, мг	0,00
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00

Са, мг	0,30
Р, мг	0,60
Mg, мг	0,00
Fe, мг	0,00
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 13

Наименование изделия: **МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры: **13**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 5</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	0,05
Жиры, г	4,15
Углеводы, г	0,05
Энергетическая ценность, ккал	37,50

С, мг	0,00
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,04
Д, мкг	0,00

Са, мг	0,50
Р, мг	1,00
Mg, мг	0,00
Fe, мг	0,00
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 400

Наименование изделия: **МОЛОКО**

Номер рецептуры: **400**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150
<b>Выход: 150</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	4,22
Жиры, г	3,64
Углеводы, г	6,98
Энергетическая ценность, ккал	78,57

С, мг	0,78
В1, мг	0,04
В2, мг	0,16
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00

Са, мг	153,00
Р, мг	108,00
Mg, мг	16,80
Fe, мг	0,12
К, мг	219,00
l, мкг	13,50
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

МОЛОКО ВЫДАЕТСЯ НА ГРУППЫ В ЗАКРЫТОЙ ТАРЕ

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 400

Наименование изделия: **МОЛОКО**

Номер рецептуры: **400**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200
<b>Выход: 200</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	5,63
Жиры, г	4,85
Углеводы, г	9,31
Энергетическая ценность, ккал	104,76

С, мг	1,04
В1, мг	0,05
В2, мг	0,21
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00

Са, мг	204,00
Р, мг	144,00
Mg, мг	22,40
Fe, мг	0,16
К, мг	292,00
І, мкг	18,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

***Технология приготовления:***

МОЛОКО ВЫДАЕТСЯ НА ГРУППЫ В ЗАКРЫТОЙ ТАРЕ

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	133,3	133,3
<b>Выход: 200</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,65
Жиры, г	0,13
Углеводы, г	13,06
Энергетическая ценность, ккал	55,60

С, мг	1,07
В1, мг	0,01
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	11,40
Р, мг	8,40
Mg, мг	5,47
Fe, мг	1,68
К, мг	160,16
І, мкг	1,33
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 398

Наименование изделия: **НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА**

Номер рецептуры: **398**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20
САХАР ПЕСОК	9,3	9,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,66
Жиры, г	0,27
Углеводы, г	18,37
Энергетическая ценность, ккал	91,10

С, мг	80,00
В1, мг	0,01
В2, мг	0,05
А, мг	0,16
Д, мкг	0,00

Са, мг	19,07
Р, мг	3,06
Mg, мг	4,86
Fe, мг	0,54
К, мг	10,88
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### Технология приготовления:

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

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	32,1	29,9
<b>Выход: 30</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,24
Жиры, г	0,03
Углеводы, г	0,75
Энергетическая ценность, ккал	4,19

С, мг	2,99
В1, мг	0,01
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	6,88
Р, мг	12,56
Mg, мг	4,19
Fe, мг	0,30
К, мг	42,16
І, мкг	0,90
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

### Технология приготовления:

Вымыть, очистить, нарезать на порции.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 290

Наименование изделия: **ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ**

Номер рецептуры: **290**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	84	70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11,2	11,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	8,4	8,4
<b>Выход: 70</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	12,97
Жиры, г	13,20
Углеводы, г	5,61
Энергетическая ценность, ккал	208,25

С, мг	9,24
В1, мг	0,15
В2, мг	1,07
А, мг	4,38
Д, мкг	0,04

Са, мг	7,57
Р, мг	182,96
Mg, мг	11,39
Fe, мг	4,03
К, мг	204,62
І, мкг	4,41
Se, мг	0,02
F, мг	0,13

***Технология приготовления:***

Подготовленную печенку пропускают через мясорубку, соединяют с натертым черствым хлебом, добавляют соль. Жарят 15-20 мин с маслом растительным, нагретым до 150-180° С, до образования корочки и температуры внутри готового изделия не ниже 85° С.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 449

Наименование изделия: **ОЛАДЬИ**

Номер рецептуры: **449**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	57,7	57,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	57,7	57,7
ДРОЖЖИ	1,7	1,7
САХАР ПЕСОК	2	2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,2	7,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
<b>Выход: 150</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	6,64
Жиры, г	12,85
Углеводы, г	41,17
Энергетическая ценность, ккал	306,68

С, мг	0,00
В1, мг	0,09
В2, мг	0,05
А, мг	0,03
Д, мкг	0,15

Са, мг	17,76
Р, мг	57,03
Mg, мг	10,11
Fe, мг	0,67
К, мг	85,71
І, мкг	1,52
Se, мг	0,02
F, мг	0,01

### ***Технология приготовления:***

Оладьи выпекают на разогретых (чугунных) сковородах, толстостенных противнях (по 2-3 шт. на порцию). Толщина готовых оладий должна быть не менее 5-6 мм. Отпускают с маслом, джемом, повидлом, вареньем.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 214

Наименование изделия: **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ**

Номер рецептуры: **214**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,73 шт.	109,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	60	60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,8	6,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8
<b>Выход: 150</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	15,24
Жиры, г	26,14
Углеводы, г	3,54
Энергетическая ценность, ккал	310,77

С, мг	0,31
В1, мг	0,06
В2, мг	0,41
А, мг	0,26
Д, мкг	2,52

Са, мг	117,87
Р, мг	213,97
Mg, мг	17,54
Fe, мг	2,30
К, мг	242,47
І, мкг	27,36
Se, мг	0,02
F, мг	0,05

***Технология приготовления:***

К обработанным яйцам добавляют молоко (или воду) и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают в емкость, смазанную сливочным маслом, слоем не более 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-220° С в течение 8-10 мин.

Готовый омлет нарезают на порции.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ОМЛЕТ С СЫРОМ

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,5 шт.	100,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	37,5	37,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2
СЫР РОССИЙСКИЙ	12,5	11,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,3	6,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,3	6,3
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	16,08
Жиры, г	25,47
Углеводы, г	2,53
Энергетическая ценность, ккал	304,52

С, мг	0,23
В1, мг	0,06
В2, мг	0,39
А, мг	0,29
Д, мкг	2,39

Са, мг	175,83
Р, мг	229,85
Mg, мг	17,28
Fe, мг	2,19
К, мг	207,63
І, мкг	23,50
Se, мг	0,02
F, мг	0,05

### Технология приготовления:

К яйцам добавляют молоко (или воду) и соль, смесь тщательно размешивают. Омлетную смесь смешивают с тертым сыром, выливают в емкость, смазанную маслом сливочным, слоем не более 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-220° С в течение 8-10 мин.

Готовый омлет нарезают на порции, при подаче поливают растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ПЕЧЕНЬЕ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0
<b>Выход: 20</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	1,50
Жиры, г	1,96
Углеводы, г	14,88
Энергетическая ценность, ккал	83,40

С, мг	0,00
В1, мг	0,02
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	5,80
Р, мг	18,00
Мg, мг	4,00
Fe, мг	0,42
К, мг	22,00
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 265

Наименование изделия: **ПЛОВ**

Номер рецептуры: **265**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	56,7	51
КРУПА РИСОВАЯ	50	49,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,7	5,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	12,13	9,1
с 01.09 по 31.12	11,38	9,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,6	3,6
<b>Выход: 170</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	12,96
Жиры, г	13,95
Углеводы, г	37,34
Энергетическая ценность, ккал	326,79

С, мг	1,10
В1, мг	0,07
В2, мг	0,10
А, мг	0,19
Д, мкг	0,00

Са, мг	14,19
Р, мг	153,90
Mg, мг	36,85
Fe, мг	1,76
К, мг	277,36
І, мкг	5,34
Se, мг	0,01
F, мг	0,05

**Технология приготовления:**

Нарезанное кусочками по 20-30 г мясо посыпают солью, обжаривают 10-15 мин, добавляют пассерованные с томатной пастой морковь и лук. Мясо и овощи заливают бульоном или водой (80 г на порцию), доводят до кипения и всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности 20-25 мин. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25-40 мин. Плов можно готовить без томатной пасты.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ПОМИДОР СВЕЖИЙ

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	30,4	30,1
<b>Выход: 30</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	0,33
Жиры, г	0,06
Углеводы, г	1,14
Энергетическая ценность, ккал	7,22

С, мг	7,53
В1, мг	0,02
В2, мг	0,01
А, мг	0,05
Д, мкг	0,00

Са, мг	4,21
Р, мг	7,83
Mg, мг	6,02
Fe, мг	0,30
К, мг	87,29
І, мкг	0,60
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Вымыть, очистить, нарезать на порции.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 312

Наименование изделия: ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ

Номер рецептуры: **312**

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	70	63,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,6	5,6
<b>СОУС СМЕТАННЫЙ №371</b>		<b>70</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5,6	5,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53,2	53,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
<b>Выход: 70</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,22
Жиры, г	19,59
Углеводы, г	4,48
Энергетическая ценность, ккал	243,51

С, мг	0,46
В1, мг	0,04
В2, мг	0,07
А, мг	0,05
Д, мкг	0,00

Са, мг	25,47
Р, мг	99,60
Mg, мг	11,98
Fe, мг	0,92
К, мг	123,58
І, мкг	3,82
Se, мг	0,01
F, мг	0,06

### Технология приготовления:

Подготовленные тушки птицы нарубают на порционные куски, посыпают солью и обжаривают. Обжаренные куски птицы кладут в сотейник, заливают сметанным соусом, закрывают крышкой и тушат до готовности 30-35 мин.

Соус сметанный №371

Пшеничную муку просеивают, слегка пассеруют без масла, охлаждают до 60-70° С, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду и кипятят 10-15 мин. Затем соединяют с прокипяченной сметаной, солят и проваривают 3-5 мин. Процеживают и доводят до кипения.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 234

Наименование изделия: **ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА**

Номер рецептуры: **234**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	150	150
КРУПА МАННАЯ	9,3	9,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,29 шт.	11,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	14,4	14,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
САХАР ПЕСОК	6,3	6,3
ВАНИЛИН	0,01	0,01
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5
<b>Выход: 150</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	28,92
Жиры, г	19,38
Углеводы, г	17,44
Энергетическая ценность, ккал	365,37

С, мг	0,32
В1, мг	0,06
В2, мг	0,34
А, мг	0,12
Д, мкг	0,31

Са, мг	228,85
Р, мг	296,73
Mg, мг	31,23
Fe, мг	0,83
К, мг	212,80
І, мкг	3,62
Se, мг	0,04
F, мг	0,05

**Технология приготовления:**

В протертый творог добавляют манную крупу, яичные желтки, растертые с сахаром, перебранный, ванилин, соль и перемешивают. Затем вводят в массу взбитые яичные белки, помещают в емкость, смазанную сливочным маслом, и варят на пару 20-30 мин.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 335

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: **335**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	170,62	110,9
с 01.03 по 31.07	184,83	110,9
с 01.08 по 31.08	138,63	110,9
с 01.09 по 31.10	147,87	110,9
с 01.11 по 31.12	158,43	110,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3
<b>Выход: 130</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,88
Жиры, г	4,48
Углеводы, г	18,73
Энергетическая ценность, ккал	127,13

С, мг	9,00
В1, мг	0,11
В2, мг	0,10
А, мг	0,03
Д, мкг	0,06

Са, мг	35,92
Р, мг	76,55
Mg, мг	25,76
Fe, мг	1,03
К, мг	667,06
І, мкг	7,80
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

### Технология приготовления:

Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л на 1 кг картофеля). После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают картофель 2-3 мин. Вареный горячий картофель протирают через протирающую машину. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения масло сливочное. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 342

Наименование изделия: **РАГУ ОВОЩНОЕ (1 ВАРИАНТ)**

Номер рецептуры: **342**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	80	52
с 01.03 по 31.07	86,67	52
с 01.08 по 31.08	65	52
с 01.09 по 31.10	69,33	52
с 01.11 по 31.12	74,29	52
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	24,8	18,6
с 01.09 по 31.12	23,25	18,6
ТЫКВА СВЕЖАЯ	25,8	18
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	4,8	3,6
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	26,6	13,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	18,4	12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,8	15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,69
Жиры, г	6,97
Углеводы, г	13,58
Энергетическая ценность, ккал	128,53

С, мг	10,69
В1, мг	0,09
В2, мг	0,08
А, мг	0,45
Д, мкг	0,09

Са, мг	38,06
Р, мг	64,48
Мg, мг	25,48
Fe, мг	0,99
К, мг	483,39
l, мкг	5,29
Se, мг	0,00
F, мг	0,05

### Технология приготовления:

Нарезанные дольками или кубиками картофель, коренья (морковь, петрушка) и лук репчатый припускают. Цветную капусту разбирают на отдельные кочешки и варят. Затем картофель и овощи соединяют с томатным или сметанным соусом и тушат 10-15 минут. После этого добавляют нарезанную сырую тыкву или кабачки, очищенные от кожицы и семян, вареную цветную капусту и продолжают тушить 15- 20 минут. За 10-15 минут до готовности кладут горошек зеленый консервированный.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 76

Наименование изделия: **РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ**

Номер рецептуры: **76**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	92,31	60
с 01.03 по 31.07	100	60
с 01.08 по 31.08	75	60
с 01.09 по 31.10	80	60
с 01.11 по 31.12	85,71	60
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	5,3	5,3
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10,67	8
с 01.09 по 31.12	10	8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	4
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	20	20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
<b>Выход: 200</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,96
Жиры, г	4,21
Углеводы, г	14,11
Энергетическая ценность, ккал	102,72

С, мг	5,52
В1, мг	0,06
В2, мг	0,04
А, мг	0,16
Д, мкг	0,00

Са, мг	22,22
Р, мг	57,17
Mg, мг	21,44
Fe, мг	0,86
К, мг	401,57
І, мкг	3,52
Se, мг	0,00
F, мг	0,02

### ***Технология приготовления:***

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

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 166

Наименование изделия: **РИС С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: **166**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА РИСОВАЯ	50	49,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	15	11,25
с 01.09 по 31.12	14,06	11,25
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2
<b>Выход: 130</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	3,71
Жиры, г	3,90
Углеводы, г	37,32
Энергетическая ценность, ккал	199,20

С, мг	0,72
В1, мг	0,05
В2, мг	0,03
А, мг	0,24
Д, мкг	0,06

Са, мг	12,68
Р, мг	79,62
Мg, мг	27,71
Fe, мг	0,68
К, мг	94,68
І, мкг	1,63
Se, мг	0,01
F, мг	0,03

***Технология приготовления:***

Кашу варят до загустения. Мелкошинкованные овощи припускают до готовности, соединяют с рассыпчатой кашей. При отпуске кашу поливают прокипяченным сливочным маслом.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 61

Наименование изделия: **РЫБА ПОД МАРИНАДОМ**

Номер рецептуры: **61**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	126	121,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7
<b>МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ</b>		<b>70</b>
МОРКОВЬ	14,93	11,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,2	4,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7	7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,4	8,4
<b>Выход: 70</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	19,33
Жиры, г	10,14
Углеводы, г	2,47
Энергетическая ценность, ккал	178,41

С, мг	1,93
В1, мг	0,11
В2, мг	0,09
А, мг	0,25
Д, мкг	0,00

Са, мг	39,15
Р, мг	244,19
Мg, мг	40,17
Fe, мг	0,87
К, мг	492,31
І, мкг	165,05
Se, мг	0,03
F, мг	0,78

### Технология приготовления:

Рыбу разделывают на филе без реберных костей, нарезают на порционные куски, солят. Подготовленные куски рыбы заливают маринадом доводят до готовности в жарочном шкафу. рыбу укладывают в салатник или на тарелку.

#### Маринад овощной с томатом

Морковь промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Лук перебирают, очищают, промывают в холодной проточной воде. Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Овощи нарезают соломкой, пассеруют на растительном масле, затем добавляют томатное пюре и пассеруют еще 7-10 мин. После этого вводят воду, лимонную кислоту и кипятят 15-20 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	73,1	47,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,7	0,5
<b>Выход: 50</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,45
Жиры, г	2,53
Углеводы, г	3,04
Энергетическая ценность, ккал	40,48

С, мг	2,20
В1, мг	0,04
В2, мг	0,02
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	9,66
Р, мг	26,99
Mg, мг	9,37
Fe, мг	0,31
К, мг	51,03
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### Технология приготовления:

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

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	45	45
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	150	97,5
с 01.03 по 31.07	162,5	97,5
с 01.08 по 31.08	121,88	97,5
с 01.09 по 31.10	130	97,5
с 01.11 по 31.12	139,29	97,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	40	30
с 01.09 по 31.12	37,5	30
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	9,4	7,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5
<b>Выход: 150</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	2,72
Жиры, г	7,74
Углеводы, г	18,40
Энергетическая ценность, ккал	155,56

С, мг	10,20
В1, мг	0,12
В2, мг	0,10
А, мг	0,62
Д, мкг	0,00

Са, мг	38,62
Р, мг	77,37
Mg, мг	37,34
Fe, мг	1,46
К, мг	696,68
І, мкг	6,38
Se, мг	0,00
F, мг	0,06

### ***Технология приготовления:***

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.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 40

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ**

Номер рецептуры: **40**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	58	40,5
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	6,5	5
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5
<b>Выход: 50</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,80
Жиры, г	2,55
Углеводы, г	3,85
Энергетическая ценность, ккал	41,50

С, мг	13,50
В1, мг	0,01
В2, мг	0,00
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00

Са, мг	24,50
Р, мг	14,00
Mg, мг	7,50
Fe, мг	0,35
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Квашеную капусту перебирают, крупные части измельчают. Добавляют шинкованный лук, сахар и заправляют растительным маслом.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	66,5	46,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
<b>Выход: 50</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,40
Жиры, г	3,00
Углеводы, г	2,93
Энергетическая ценность, ккал	44,20

С, мг	1,86
В1, мг	0,04
В2, мг	0,02
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	8,37
Р, мг	26,00
Mg, мг	8,79
Fe, мг	0,30
К, мг	46,04
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

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

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 34

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ**

Номер рецептуры: **34**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	33,33	25
с 01.09 по 31.12	31,25	25
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	17,8	12,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2
<b>Выход: 50</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,74
Жиры, г	2,01
Углеводы, г	2,67
Энергетическая ценность, ккал	31,78

С, мг	1,10
В1, мг	0,03
В2, мг	0,03
А, мг	0,50
Д, мкг	0,00

Са, мг	14,43
Р, мг	20,71
Mg, мг	11,24
Fe, мг	0,34
К, мг	66,76
І, мкг	1,33
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

***Технология приготовления:***

Подготовленную морковь отваривают, затем очищают и нарезают мелкой кубиком. Добавляют нарезанный соломкой репчатый бланшированный лук, прогретую кукурузу. При отпуске салат заправляют маслом растительным.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 33

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ РОЗОВЫЙ**

Номер рецептуры: **33**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	63,33	47,5
с 01.09 по 31.12	59,38	47,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	37,47	28,1
с 01.09 по 31.12	35,13	28,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10,5
<b>Выход: 50</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	2,44
Жиры, г	4,14
Углеводы, г	6,83
Энергетическая ценность, ккал	74,61

С, мг	2,88
В1, мг	0,05
В2, мг	0,07
А, мг	0,58
Д, мкг	0,22

Са, мг	36,38
Р, мг	53,34
Mg, мг	21,31
Fe, мг	1,15
К, мг	225,52
І, мкг	7,08
Se, мг	0,00
F, мг	0,04

### *Технология приготовления:*

Отварную очищенную свеклу, морковь нарезают мелким кубиком. Добавляют отварные яйца и хорошо перемешивают. При отпуске свеклу заправляют растительным маслом.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	25,2	24
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	25	24,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
<b>Выход: 50</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,56
Жиры, г	3,00
Углеводы, г	2,15
Энергетическая ценность, ккал	38,46

С, мг	3,73
В1, мг	0,02
В2, мг	0,02
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00

Са, мг	10,48
Р, мг	19,41
Mg, мг	8,50
Fe, мг	0,52
К, мг	119,20
І, мкг	1,47
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### Технология приготовления:

Подготовленные свежие помидоры и очищенные огурцы нарезают тонкими ломтиками, лук зеленый очищают, моют, мелко шинкуют, лук репчатый мелко шинкуют и бланшируют. Нарезанные помидоры, огурцы и лук перед отпуском перемешивают, заправляют растительным маслом, солят, раскладывают на порции. Салат можно отпускать без лука, соответственно уменьшив выход. Выход порции определяется возрастной группой.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 36

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ**

Номер рецептуры: **36**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	40	30
с 01.09 по 31.12	37,5	30
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10	10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	7,7	5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
<b>Выход: 50</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,72
Жиры, г	2,97
Углеводы, г	3,24
Энергетическая ценность, ккал	42,58

С, мг	1,70
В1, мг	0,02
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	13,66
Р, мг	17,92
Mg, мг	8,47
Fe, мг	0,50
К, мг	109,83
І, мкг	2,18
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

### Технология приготовления:

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и нарезают мелкой соломкой. Огурцы нарезают тонкими ломтиками, добавляют нарезанный соломкой припущенный репчатый лук и прогретый зеленый горошек. При отпуске салат перемешивают и заправляют растительным маслом.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 64

Наименование изделия: **СВЕКОЛЬНИК**

Номер рецептуры: **64**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	53,33	40
с 01.09 по 31.12	50	40
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	61,54	40
с 01.03 по 31.07	66,67	40
с 01.08 по 31.08	50	40
с 01.09 по 31.10	53,33	40
с 01.11 по 31.12	57,14	40
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	5,33	4
с 01.09 по 31.12	5	4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,1	3,1
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,67
Жиры, г	4,10
Углеводы, г	11,21
Энергетическая ценность, ккал	88,67

С, мг	5,76
В1, мг	0,05
В2, мг	0,06
А, мг	0,09
Д, мкг	0,00

Са, мг	27,22
Р, мг	44,49
Mg, мг	21,24
Fe, мг	1,03
К, мг	391,95
І, мкг	5,52
Se, мг	0,00
F, мг	0,02

### Технология приготовления:

Коренья и лук нарезают ломтиками, картофель - крупными кубиками или брусочками, листья и черешки ботвы нарезают на части. Черешки ботвы свеклы предварительно отваривают, морковь и лук припускают. За 5-10 мин до окончания варки добавляют подготовленные черешки ботвы, нарезанные дольками помидоры, соль, специи. В кипящий бульон или воду закладывают припущенные морковь и лук, листья ботвы, картофель и варят до готовности.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 442

Наименование изделия: СОК ЯБЛОЧНЫЙ

Номер рецептуры: 442

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200
<b>Выход: 200</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	1,00
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	19,80
Энергетическая ценность, ккал	86,00

С, мг	4,00
В1, мг	0,02
В2, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	14,00
Р, мг	14,00
Мg, мг	8,00
Fe, мг	2,80
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Обработанные в соответствии с санитарными правилами пакеты вскрывают, сок разливают в стаканы.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 351

Наименование изделия: СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)

Номер рецептуры: 351

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,25	2,25
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,25	2,25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25
САХАР ПЕСОК	4	4
ВАНИЛИН	0	0
<b>Выход: 50</b>		

## Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,95
Жиры, г	2,44
Углеводы, г	6,57
Энергетическая ценность, ккал	52,20

С, мг	0,13
В1, мг	0,01
В2, мг	0,03
А, мг	0,02
Д, мкг	0,03

Са, мг	27,19
Р, мг	20,09
Mg, мг	3,35
Fe, мг	0,04
К, мг	39,79
І, мкг	2,28
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

## Технология приготовления:

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу, не допуская пригорания до слегка кремового цвета. Муку охлаждают и разводят горячим молоком с растопленным сливочным маслом. Вымешивают до образования однородной массы и варят 7-10 мин при слабом кипении. В соус молочный в конце варки добавляют сахар и ванилин, предварительно растворенный в горячей кипяченой воде. Подают соус к пудингам, запеканкам, крупяным и овощным блюдам.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 99

Наименование изделия: СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ

Номер рецептуры: **99**

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	86,15	56
с 01.03 по 31.07	93,33	56
с 01.08 по 31.08	70	56
с 01.09 по 31.10	74,67	56
с 01.11 по 31.12	80	56
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10,67	8
с 01.09 по 31.12	10	8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,89
Жиры, г	3,69
Углеводы, г	17,53
Энергетическая ценность, ккал	123,15

С, мг	4,96
В1, мг	0,15
В2, мг	0,06
А, мг	0,18
Д, мкг	0,06

Са, мг	30,00
Р, мг	70,52
Mg, мг	29,31
Fe, мг	1,66
К, мг	466,07
І, мкг	4,26
Se, мг	0,00
F, мг	0,02

### Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками. Морковь нарезают мелкими кубиками, лук мелко рубят и пассеруют. Подготовленный фасоль, горох, кладут в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные овощи и варят до готовности.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 85

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ**

Номер рецептуры: **85**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	90	58,5
с 01.03 по 31.07	97,5	58,5
с 01.08 по 31.08	73,13	58,5
с 01.09 по 31.10	78	58,5
с 01.11 по 31.12	83,57	58,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10,67	8
с 01.09 по 31.12	10	8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	8	8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	5,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,1	29,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	24	17,3
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,86
Жиры, г	5,94
Углеводы, г	15,88
Энергетическая ценность, ккал	140,66

С, мг	5,28
В1, мг	0,07
В2, мг	0,07
А, мг	0,18
Д, мкг	0,11

Са, мг	26,13
Р, мг	75,92
Mg, мг	21,70
Fe, мг	1,07
К, мг	413,33
І, мкг	5,75
Se, мг	0,00
F, мг	0,04

### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль. Клецки варят отдельно в бульоне или в подсоленной воде небольшими партиями и кладут в суп при отпуске.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 84

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ**

Номер рецептуры: **84**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	90	58,5
с 01.03 по 31.07	97,5	58,5
с 01.08 по 31.08	73,13	58,5
с 01.09 по 31.10	78	58,5
с 01.11 по 31.12	83,57	58,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10,67	8
с 01.09 по 31.12	10	8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	50	48,1
ПШЕНО	6,7	6,7
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,56
Жиры, г	2,64
Углеводы, г	15,00
Энергетическая ценность, ккал	122,10

С, мг	5,35
В1, мг	0,10
В2, мг	0,07
А, мг	0,17
Д, мкг	0,00

Са, мг	29,30
Р, мг	143,68
Mg, мг	35,11
Fe, мг	1,07
К, мг	540,38
І, мкг	68,81
Se, мг	0,01
F, мг	0,33

### Технология приготовления:

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

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 93

Наименование изделия: СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ

Номер рецептуры: 93

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	77,54	50,4
с 01.03 по 31.07	84	50,4
с 01.08 по 31.08	63	50,4
с 01.09 по 31.10	67,2	50,4
с 01.11 по 31.12	72	50,4
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	9,3	9,2
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	12,8	9,6
с 01.09 по 31.12	12	9,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	9,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,37
Жиры, г	2,11
Углеводы, г	14,49
Энергетическая ценность, ккал	86,73

С, мг	4,60
В1, мг	0,09
В2, мг	0,06
А, мг	0,20
Д, мкг	0,03

Са, мг	20,78
Р, мг	61,05
Mg, мг	33,11
Fe, мг	1,21
К, мг	358,07
І, мкг	3,59
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

### Технология приготовления:

В разогретое до температуры 130-140° С масло закладывают нарезанные кубиками овощи (морковь, лук) слоем 5-7 см и пассеруют при температуре не выше 110 ° С в течение: лука — 5-8 мин, моркови — 10-15 мин.

Гречневую крупу перебирают, поджаривают до золотистого цвета и варят в небольшом количестве воды до полуготовности. В кипящую воду закладывают картофель, нарезанный кубиками, варят до полуготовности, затем добавляют пассерованные овощи, гречневую крупу, варят до готовности.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 112

Наименование изделия: СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Номер рецептуры: 112

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84	84
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	16	16
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6
<b>Выход: 200</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	4,56
Жиры, г	3,92
Углеводы, г	17,36
Энергетическая ценность, ккал	124,00

С, мг	0,80
В1, мг	0,06
В2, мг	0,00
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00

Са, мг	119,20
Р, мг	99,20
Mg, мг	15,20
Fe, мг	1,20
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

**Технология приготовления:**

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны — 15-20 мин, лапшу — 10-12 мин, вермишель — 5-7 мин), воду сливают. Макароны закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности, кладут соль, сахар.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 103

Наименование изделия: **СУП ОВОЩНОЙ**

Номер рецептуры: **103**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35,2	28
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	95	61,75
с 01.03 по 31.07	102,92	61,75
с 01.08 по 31.08	77,19	61,75
с 01.09 по 31.10	82,33	61,75
с 01.11 по 31.12	88,21	61,75
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	14,93	11,2
с 01.09 по 31.12	14	11,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	5,6	4,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152	152
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,11
Жиры, г	4,40
Углеводы, г	12,83
Энергетическая ценность, ккал	103,76

С, мг	10,71
В1, мг	0,09
В2, мг	0,08
А, мг	0,26
Д, мкг	0,24

Са, мг	36,20
Р, мг	65,35
Mg, мг	24,70
Fe, мг	1,18
К, мг	455,95
І, мкг	6,33
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

### Технология приготовления:

Капусту белокочанную или свекольную ботву нарезают соломкой, закладывают в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, нарезанный брусочками, и варят. Морковь, нарезанную соломкой, и лук репчатый, нарезанный полукольцами, пассеруют. За 10-15 мин до окончания варки кладут горох или фасоль, пассерованные овощи, соль. В конце варки в суп при непрерывном помешивании вводят взбитые яйца.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 111

Наименование изделия: **СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ**

Номер рецептуры: **111**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
<b>КАРТОФЕЛЬ</b>		
с 01.01 по 29.02	93,38	60,7
с 01.03 по 31.07	101,17	60,7
с 01.08 по 31.08	75,88	60,7
с 01.09 по 31.10	80,93	60,7
с 01.11 по 31.12	86,71	60,7
<b>МОРКОВЬ</b>		
с 01.01 по 31.08	11,33	8,5
с 01.09 по 31.12	10,63	8,5
<b>ЛУК РЕПЧАТЫЙ</b>		
с 01.01 по 31.08	10,1	8,5
<b>МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ</b>		
с 01.01 по 31.08	2,5	2,5
<b>ВОДА ПИТЬЕВАЯ</b>		
с 01.01 по 31.08	203,6	203,6
<b>ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ</b>		<b>21</b>
<b>ГОВЯДИНА Б/К</b>		
с 01.01 по 31.08	35	31,5
<b>ЛУК РЕПЧАТЫЙ</b>		
с 01.01 по 31.08	2,5	2,1
<b>ВОДА ПИТЬЕВАЯ</b>		
с 01.01 по 31.08	2,1	2,1
<b>ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)</b>		
с 01.01 по 31.08	0,03 шт.	1,3
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,28
Жиры, г	7,30
Углеводы, г	11,03
Энергетическая ценность, ккал	139,18

С, мг	5,45
В1, мг	0,07
В2, мг	0,09
А, мг	0,18
Д, мкг	0,07

Са, мг	23,94
Р, мг	91,20
Mg, мг	24,33
Fe, мг	1,44
К, мг	485,85
І, мкг	6,32
Se, мг	0,00
F, мг	0,04

### Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают подготовленную крупу, за 5-15 мин до ее готовности добавляют пассерованные овощи. Фрикадельки припускают отдельно и кладут в суп при отпуске.

#### Фрикадельки мясные

Мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо перемешивают. Сформованные шарики массой 8-10 г припускают в бульоне до готовности. Хранят фрикадельки на мармите в бульоне не более 1 ч.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **СЫР (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫР РОССИЙСКИЙ	15,47	15
<b>Выход: 15</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	3,38
Жиры, г	4,30
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	52,96

С, мг	0,04
В1, мг	0,01
В2, мг	0,04
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00

Са, мг	112,20
Р, мг	60,00
Mg, мг	4,20
Fe, мг	0,12
К, мг	13,20
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

### ***Технология приготовления:***

Сыр нарезают тонкими ломтиками толщиной 2-3 мм за 30^40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике. Не допускается подсыхание.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 219

Наименование изделия: **СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА**

Номер рецептуры: **219**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	180	180
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	19,5	19,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4
САХАР ПЕСОК	13,5	13,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5
<b>Выход: 150</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	33,97
Жиры, г	23,67
Углеводы, г	31,56
Энергетическая ценность, ккал	482,00

С, мг	0,36
В1, мг	0,07
В2, мг	0,36
А, мг	0,08
Д, мкг	0,09

Са, мг	261,16
Р, мг	339,19
Mg, мг	36,61
Fe, мг	0,88
К, мг	231,54
І, мкг	1,09
Se, мг	0,05
F, мг	0,05

***Технология приготовления:***

Творог протирают, муку просеивают, яйца обрабатывают в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

В протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, сахар, соль. Можно добавить ванилин 0,02 г на порцию, предварительно растворив его в горячей воде.

Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см, укладывают на лист толщиной 1,5 см, после чего ставят в жарочный шкаф на 5-7 мин.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 283

Наименование изделия: **ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)**

Номер рецептуры: **283**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто. г	нетто. г
ГОВЯДИНА Б/К	46,9	42,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,9	8,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,3	13,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	26,7	22,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,4	4,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b>		<b>33,3</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30,6	30,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,3	1,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3
МОРКОВЬ	2,7	2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,8	0,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,3	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7
<b>Выход: 70/30</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	9,87
Жиры, г	11,54
Углеводы, г	7,32
Энергетическая ценность, ккал	173,05

С, мг	1,11
В1, мг	0,04
В2, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	8,87
Р, мг	85,42
Mg, мг	11,09
Fe, мг	1,11
К, мг	0,00
l, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

**Технология приготовления:**

В котлетную массу добавляют измельченный пассерованный репчатый лук (можно добавлять зеленый лук), перемешивают и формируют в виде шариков по 2-3 шт. на порцию, панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом, в который добавляют 10-20 г воды, и тушат 8-10 мин.

Температура внутри готового изделия не ниже 85° С.

Соусы — томатный, сметанный с томатом.

**Соус томатный №364**

Морковь перебирают, промывают, очищают и повторно промывают в проточной воде, шинкуют. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде, шинкуют. Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1.

Нарезанные овощи пассеруют, добавляют томатное пюре, продолжают пассерование еще 15-20 мин.

Готовят белый соус, как в ТК № 360.

Белый соус соединяют с пассерованными овощами 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 заправляют лимонной кислотой (0,03 г) и маслом (1,5 г).

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ХЛЕБ РЖАНОЙ

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20
<b>Выход: 20</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,32
Жиры, г	0,18
Углеводы, г	8,48
Энергетическая ценность, ккал	40,79

С, мг	0,00
В1, мг	0,04
В2, мг	0,02
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	3,60
Р, мг	17,40
Mg, мг	3,80
Fe, мг	0,80
К, мг	27,20
І, мкг	1,12
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ХЛЕБ РЖАНОЙ

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25
<b>Выход: 25</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	1,66
Жиры, г	0,22
Углеводы, г	10,60
Энергетическая ценность, ккал	50,99

С, мг	0,00
В1, мг	0,05
В2, мг	0,02
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	4,50
Р, мг	21,75
Mg, мг	4,75
Fe, мг	1,00
К, мг	34,00
l, мкг	1,40
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ХЛЕБ РЖАНОЙ

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50
<b>Выход: 50</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	3,31
Жиры, г	0,44
Углеводы, г	21,20
Энергетическая ценность, ккал	101,98

С, мг	0,00
В1, мг	0,09
В2, мг	0,04
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	9,00
Р, мг	43,50
Mg, мг	9,50
Fe, мг	2,00
К, мг	68,00
І, мкг	2,80
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25
<b>Выход: 25</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,66
Жиры, г	0,22
Углеводы, г	10,60
Энергетическая ценность, ккал	50,99

С, мг	0,00
В1, мг	0,05
В2, мг	0,02
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	4,50
Р, мг	21,75
Mg, мг	4,75
Fe, мг	1,00
К, мг	34,00
l, мкг	1,40
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	50
<b>Выход: 50</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	3,31
Жиры, г	0,44
Углеводы, г	21,20
Энергетическая ценность, ккал	101,98

С, мг	0,00
В1, мг	0,09
В2, мг	0,04
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	9,00
Р, мг	43,50
Mg, мг	9,50
Fe, мг	2,00
К, мг	68,00
l, мкг	2,80
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 393

Наименование изделия: **ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

Номер рецептуры: **393**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
<b>ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		<b>26,3</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6
САХАР ПЕСОК	9,2	9,2
ЛИМОН	7,7	4,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170,6	170,6
<b>Выход: 200/7/3</b>		

## Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,10
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	9,17
Энергетическая ценность, ккал	37,84

С, мг	0,75
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	11,26
Р, мг	3,13
Mg, мг	3,49
Fe, мг	0,28
К, мг	15,82
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

## Технология приготовления:

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

Чай-заварка

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определенное количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема чайника. Настаивают 5-10 мин. и доливают кипятком.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 394

Наименование изделия: **ЧАЙ С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **394**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
<b>ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		<b>1,7</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2	2
САХАР ПЕСОК	3,3	3,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3
<b>Выход: 150</b>		

***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,13
Жиры, г	0,97
Углеводы, г	5,06
Энергетическая ценность, ккал	33,77

С, мг	0,21
В1, мг	0,01
В2, мг	0,04
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	42,39
Р, мг	28,94
Mg, мг	4,88
Fe, мг	0,05
К, мг	59,11
І, мкг	3,60
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

***Технология приготовления:***

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

**Чай-заварка**

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определенное количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема чайника. Настаивают 5-10 мин. и доливают кипятком.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 394

Наименование изделия: **ЧАЙ С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **394**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутьяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
<b>ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		<b>2,2</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,02	0,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,2	3,2
САХАР ПЕСОК	4,4	4,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	44,4	44,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,4	44,4
<b>Выход: 200</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	1,25
Жиры, г	1,08
Углеводы, г	6,34
Энергетическая ценность, ккал	40,34

С, мг	0,23
В1, мг	0,01
В2, мг	0,05
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	47,38
Р, мг	32,11
Mg, мг	5,49
Fe, мг	0,05
К, мг	65,59
І, мкг	4,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

**Технология приготовления:**

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

**Чай-заварка**

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определенное количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема чайника. Настаивают 5-10 мин. и доливают кипятком.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 430

Наименование изделия: **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры: **430**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
<b>ЧАЙ-ЗАВАРКА</b>		<b>55,1</b>
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	1,1	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,4	61,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148,5	148,5
САХАР ПЕСОК	13,3	13,3
<b>Выход: 200</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	12,87
Энергетическая ценность, ккал	51,48

С, мг	0,00
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	6,25
Р, мг	0,00
Mg, мг	1,34
Fe, мг	0,00
К, мг	0,85
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

**Технология приготовления:**

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком.

По второму варианту воду соединяют с сахаром и доводят до кипения. Чай-заварку наливают в стаканы или чашки и доливают кипятком с сахаром (вареньем, джемом, повидлом).

Чай также отпускается как прохладительный напиток. Чай процеживают, добавляют сахар и охлаждают до 8-10° С.

Чай-заварка

Чай заваривают в фарфоровом чайнике. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема чайника, настаивают 5-10 мин, накрыв салфеткой, после чего доливают кипятком.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 67

Наименование изделия: **ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ**

Номер рецептуры: **67**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 29.02	90	58,5
с 01.03 по 31.07	97,5	58,5
с 01.08 по 31.08	73,13	58,5
с 01.09 по 31.10	78	58,5
с 01.11 по 31.12	83,57	58,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	13,33	10
с 01.09 по 31.12	12,5	10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160
<b>Выход: 200</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,14
Жиры, г	4,17
Углеводы, г	12,61
Энергетическая ценность, ккал	97,30

С, мг	12,61
В1, мг	0,07
В2, мг	0,06
А, мг	0,20
Д, мкг	0,00

Са, мг	36,21
Р, мг	52,16
Mg, мг	24,57
Fe, мг	1,09
К, мг	454,16
І, мкг	4,87
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

### Технология приготовления:

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

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ЯБЛОКО**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	113,6	100
<b>Выход: 100</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	0,40
Жиры, г	0,40
Углеводы, г	9,80
Энергетическая ценность, ккал	47,00

С, мг	10,00
В1, мг	0,03
В2, мг	0,02
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	16,00
Р, мг	11,00
Mg, мг	8,00
Fe, мг	2,20
К, мг	278,00
І, мкг	2,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

### *Технология приготовления:*

Яблоки перебирают, промывают, удаляют семенное гнездо. Нарезают кусочком.

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 213

Наименование изделия: ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ

Номер рецептуры: 213

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,1
<b>Выход: 20</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,55
Жиры, г	2,30
Углеводы, г	0,15
Энергетическая ценность, ккал	31,46

С, мг	0,00
В1, мг	0,01
В2, мг	0,00
А, мг	0,05
Д, мкг	0,00

Са, мг	10,99
Р, мг	38,45
Mg, мг	2,50
Fe, мг	0,50
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

### Технология приготовления:

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

технолог \_\_\_\_\_ /Белаш Наталия Геннадьевна/

шеф-повар \_\_\_\_\_ /Клыпа Анастасия Андреевна/