

Первый день: понедельник

Неделя первая

№ реп.	Название блюд и продуктов		Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Химический состав			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
						Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
168	Каша овсяная				180	7,1	4,5	23,7	211,14	0,1	0,2	1,3	128,4	1,0
	крупа овсяная		20	20		3,2	0,7	16,5	100,1	0,1	0,0	0,0	7,6	0,9
	молоко		150	150		4,4	3,8	7,2	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
395	Кофейный напиток с молоком				200	56,9	25,0	4,8	67,0	52,1	0,6	1,3	121,8	0,1
	кофейный напиток		3	3		0,2	0,0	0,0	0,0	0,2	0,4	0,0	0,0	0,0
	сахар		15	15		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
	молоко		150	150		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
1	Хлеб пшеничный с маслом				50/10	3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6
	масло сливочное		10	10		0,1	8,3	0,1	74,8	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0
	хлеб пшеничный		50	50		3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	ИТОГО					93,0	63,7	59,1	470,44	52,3	0,8	2,6	261,4	1,7
Второй завтрак														
399	Нектар		200	200	200	1,2	0,2	2,3	10,6	0,1	0,0	42,0	25,0	1,7
Обед														
87	Суп с рыбными консервами				250	9,6	4,2	19,4	179	0,1	0,2	21,2	50,6	1,5
	Конс.рыб. (горбуша)		50	30		6,8	3,4	0,0	58,0	0,0	0,1	0,0	32,0	0,4
	масло растит.		6	6		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	крупа перловая		7	7		0,8	0,2	4,6	23,4	0,0	0,0	0,0	1,8	0,2
	картофель		100	80		1,6	0,3	13,0	61,6	0,1	0,1	16,0	8,0	0,7
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
298	Голубцы ленивые				200	18,4	17,6	19,6	311,94	0,1	0,1	18,8	45,0	3,7
	мясо		100	80		14,9	12,8	0,0	174,4	0,0	0,1	0,0	7,2	2,2
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	яйцо		1/10	4		0,0	0,0	0,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0

	рис		20	20		2,1	0,6	13,2	66,7	0,1	0,0	0,0	5,1	0,6
	капуста		100	80		1,0	0,1	4,6	24,6	0,0	0,0	13,6	23,2	0,7
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
355	Соус сметано-томатный				50	0,8	1,8	3,9	34,5	0,0	0,0	0,0	10,6	0,1
	сметана		11	11		0,3	1,7	0,4	17,8	0,0	0,0	0,0	9,7	0,0
	мука		5	5		0,5	0,1	3,5	16,7	0,0	0,0	0,0	0,9	0,1
	томатная паста		5	5		-	-	-	-	-	-	-	-	-
376	Компот из сухофруктов				200	28,1	0,0	5,8	38,6	51,9	0,0	0,4	12,6	0,4
	курага		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	чернослив		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	сахар		15	15		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
	Хлеб ржаной		60	60	60	2,9	0,6	26,9	126,0	0,1	0,0	0,0	10,8	1,7
	ИТОГО					59,8	24,2	75,6	690,04	52,2	0,3	40,4	129,6	7,4
Уплотненный полдник														
230	Вареники ленивые с молочным соусом				150	4,3	12,4	21	211,78	0,0	0,0	0,0	24,1	0,8
	творог		100	100		1,4	6,1	5,3	80,84	0,0	0,0	0,0	10,7	0,3
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	яйцо		1/4	10		1,3	1,2	0,1	15,7	0,0	0,0	0,0	5,5	0,3
	сметана		5	5		0,1	0,8	0,2	8,1	0,0	0,0	0,0	4,4	0,0
	мука		15	15		1,5	0,2	10,4	50,1	0,0	0,0	0,0	2,7	0,2
351	Соус сладкий молочный				50	2,0	5,5	10,9	100,74	0,0	0,1	0,7	61,7	0,2
	молоко		50	50		1,5	1,3	2,4	27,0	0,0	0,1	0,7	60,0	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	мука		5	5		0,5	0,1	3,5	16,7	0,0	0,0	0,0	0,9	0,1
400	Молоко кипяченое		200	200	200	5,8	5,0	9,6	108,0	0,1	0,3	2,6	240,0	0,2
	Хлеб пшеничный		50	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	Соль за весь день		5	5	5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	ИТОГО					15,9	23,3	61,1	538,02	0,2	0,4	4,0	336	1,8
	ИТОГО за весь день					169,9	111,4	203,1	1709,1	104,8	1,5	89	752	12,6

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

ПЕРВЫЙ ДЕНЬ ПЕРВОЙ НЕДЕЛИ

ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №1

Наименование изделия: **Каша овсяная (геркулесовая) молочная**

Номер рецептуры: **314**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Крупа овсяная (геркулес)	20	20
Молоко	150	150
Масло сливочное	5	5
Сахар	5	5
Выход	180	180

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
2,7	0,7	23,7	221,14	0,07	0,252	1,95	181,9	0,8815

Технология приготовления:

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

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

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

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

Требования к качеству:

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

Консистенция: вязкая

Цвет: от желтого до кремового

Вкус: соответствует виду масла

Запах: каши из крупы данного вида с маслом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №2

Наименование изделия: **Кофейный напиток**

Номер рецептуры: **395**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Кофейный напиток	3	3
Сахар	15	15
Молоко	150	150
Выход	168	168

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
56,9	25,0	4,8	67,0	52,1	0,6	1,3	121,8	0,1

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-коричневый

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №3

Наименование изделия: **Бутерброд с маслом**

Номер рецептуры: **1**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Масло сливочное, или медовое	10	10
Хлеб пшеничный	50	50
Выход	60	60

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6

Технология приготовления:

Хлеб намазывают маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом

Консистенция: хлеба - мягкая, масла – мажущаяся

Цвет: соответствуют виду масла

Вкус: соответствует виду масла

Запах: масла в сочетании со свежим хлебом

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №4

Наименование изделия: **Соки (нектары) овощные, фруктовые и ягодные**

Номер рецептуры: **399**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Сок (нектар) в ассортименте	180-200	180-200
Выход	180-200	180-200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1,2	0,2	2,3	10,6	0,1	0,0	42,0	25,0	1,7

Технология приготовления:

Нектар (сок), выпускаемый промышленностью, (разрешенный для детского питания) разливают в стаканы порциями по 180-200 мл непосредственно перед отпуском.

Требования к качеству:

Внешний вид: сок налит в стакан.

Консистенция: жидкая

Цвет: соответствуют нектару (соку)

Вкус и запах: соответствует нектару (соку)

ОБЕД

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №5

Наименование изделия: **Суп с рыбными консервами**

Номер рецептуры: **87**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Рыбные консервы	40	40
Морковь	20	16
Картофель	100	70
Лук репчатый	20	16
Масло сливочное	3	3
Крупа рисовая/перловая	5	5
Зелень	3	1,8
Выход	181	143,8

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
10,09	4,98	18	157,2	9,58	0,78	3,6	22,2	16,25

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи. За 10-15 минут до окончания варки закладывают предварительно протертые рыбные консервы, соль, зелень. Доводят до готовности.

Требования к качеству:

Внешний вид: картофель нарезан брусочками или кубиками, рис (перловка) сохранил форму.

Консистенция: овощей мягкая, овощи сохранили форму.

Цвет: бульона – золотисто-серый, овощей – натуральный

Вкус: рыбы, овощей и риса, в меру соленый

Запах: продуктов, входящих в суп.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №6

Наименование изделия: **Голубцы с мясом и рисом (ленивые)**

Номер рецептуры: **297/151**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с./Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для**

дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Говядина (котлетное мясо)	100	80
Крупа рисовая	4	4
Лук репчатый	5	4
Яйцо	1/10 шт.	4
Масло растительное	1	1
Масло сливочное	5	5
Капуста белокочанная	100	80
Выход	215	179

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
18,4	17,6	19,6	311,94	45	3,7	0,1	0,1	18,8

Технология приготовления

Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке: I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды; II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах; III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока ДООУ.

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Мясо дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные корнеплоды во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Рис промывают, варят рассыпчатую кашу. Бланшированный лук пассеруют, белокочанную капусту нарезают мелкой рубкой и припускают в кипящей подсоленной воде до полуготовности. Мясо пропускают через мясорубку. Подготовленный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом и капустой, добавляют яйцо. Хорошо вымешивают, формируют овальные колбаски, складывают на противень, добавляют воду, сливочное масло и тушат в жарочном шкафу 30 минут при температуре 250 С. Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма сохранена.
Цвет: на разрезе - светло-серый.

Консистенция: мягкая, сочная.
Вкусы запах: мяса и капусты.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №7

Наименование изделия: **Соус сметано-томатный.**

Номер рецептуры: **355**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Сметана	11	11
Мука	5	5
Томатная паста	5	5
Выход	21	21

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,8	1,8	3,9	34,5	10,6	0,1	0,0	0,0	0,0

Технология приготовления

Томатное пюре уваривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 минут. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

Требования к качеству

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

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: светло-красный.

Вкусы запахи: продуктов входящих в соус, умеренно соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №8

Наименование изделия: **Компот из сухофруктов.**

Номер рецептуры: **376**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Фрукты сушеные (смесь)	14	125
или чернослив	7	62,5
или курага	7	62,5
изюм	7	62,5
сахар	15	15
Выход	40	140

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,17		21,1	82,3	0,157	0,13	2,5	150,3	3,8845

Технология приготовления:

Плоды перебирают, крупные измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Сушеные груши варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу 10-20 минут, изюм 5-10 минут. Компот охлаждают. Добавляют лимонную кислоту. При отпуске в стакан кладут отварные плоды и заливают отваром. Температура подачи не ниже +15°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом соответствующих сухофруктов.

Запах соответствующих сухофруктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №9

Наименование изделия: **Вареники ленивые.**

Номер рецептуры: **230**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
творог	100	100
сахар	5	5
масло сливочное	5	5
яйцо	1/4	10
сметана	5	5
мука	15	15
Выход	130	130

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
4,3	12,4	21	211,78	0,0	0,0	0,0	24,1	0,8

Технология приготовления:

В протертый творог вводят муку, яйца, сахар, соль и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Массу раскатывают пластом толщиной 10-12 мм и разрезают на полоски 25 мм, полоски нарезают на кусочки прямоугольной и треугольной формы. Подготовленные вареники (полуфабрикат) отваривают в подсоленной воде при слабом кипении в течение 4-5 минут, отпускают с маслом или с сахаром.

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки прямоугольной или треугольной формы.

Консистенция: однородная, мягкая, сочная.

Цвет: белый.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Запах: продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №10

Наименование изделия: **Соус сладкий молочный.**

Номер рецептуры: **351**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
молоко	50	50
масло сливочное	5	5
сахар	5	5
мука	5	5
Выход	65	65

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
2,0	5,5	10,9	100,74	0,0	0,1	0,7	61,7	0,2

Технология приготовления:

Просеянную муку просушивают 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 минут 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.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков, неразварившейся муки, пленки и всплывшего жира.

Консистенция: полужидкая, эластичная, нежная.

Цвет: кремовый.

Вкус: нежный, сладкий, молочный.

Запах: кипяченого молока, аромат ванилина.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №11

Наименование изделия: **Молоко кипяченое**

Номер рецептуры: **255**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	200	200
Выход		200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
5,8	5	9,6	108	0,08	0,3	2,6	240	0,2

Технология приготовления

Молоко кипятят не более 2-3 минут в посуде, предназначенной для этих целей, а затем охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности.

Консистенция: жидкая.

Цвет: белый, с кремовым оттенком.

Вкус: характерный для кипяченого молока, сладковатый.

Запах: кипяченого молока, приятный.

Второй день: вторник

Неделя первая

№ рец.	Название блюд и продуктов		Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг		Минеральные вещества, мг		
						Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак														
168	Каша пшеничная				200	32,8	30,1	32,9	227,84	0,1	0,2	1,3	129,7	1,2
	крупа пшеничная		30	30		3,8	1,0	23,1	116,8	0,1	0,0	0,0	8,9	1,1
	молоко		150	150		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
397	Какао с молоком				200	52,9	25,3	5,0	70,8	43,8	0,2	1,3	122,9	0,5
	какао порошок		2	2		0,5	0,3	0,2	5,8	0,0	0,0	0,0	2,6	0,4
	сахар		15	15		23,4	0,0	0,0	11,0	43,8	0,0	0,0	0,3	0,0
	молоко		100	100		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
1	Хлеб пшеничн. с маслом				50/10	3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6
	масло сливочное		10	10		0,1	8,3	0,1	74,8	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0
	хлеб пшеничный		50	50		3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	ИТОГО					89,6	64,1	62,6	490,94	44,0	0,4	2,6	263,8	2,3
Второй завтрак														
399	Нектар				200	1,2	0,2	2,3	10,6	0,1	0,0	42,0	25,0	1,7
Обед														
81	Суп картофельный с бобовыми				250	5,9	6,5	38,1	259,54	0,2	0,1	21,2	30,7	2,0
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	горох		30	29		3,8	1,0	23,1	116,8	0,1	0,0	0,0	8,9	1,1
	масло растительное		3	3		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	картофель		100	80		1,6	0,3	13,0	61,6	0,1	0,1	16,0	8,0	0,7
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	сметана		9	9		0,1	0,8	0,2	8,1	0,0	0,0	0,0	4,4	0,0
53	Икра кабачковая		60	60	60	0,6	4,2	4,2	58,2	0,0	0,0	10,2	17,4	0,5
276	Жаркое домашнему				200	16,9	17,5	14,8	309,04	0,1	0,2	21,2	24,6	3,1
	мясо		100	80		14,9	12,8	0,0	174,4	0,0	0,1	0,0	7,2	2,2
	картофель		100	80		1,6	0,3	13,0	61,6	0,1	0,1	16,0	8,0	0,7
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1

	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	томатное пюре		5	5		-	-	-	-	-	-	-	-	-
	масло раст.		3	3		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Компот из сухофруктов				200	28,1	0,0	5,8	38,6	51,9	0,0	0,4	12,6	0,4
	курага		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	чернослив		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	сахар		15	15		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
	Хлеб ржаной		60	60	60	2,9	0,6	26,9	126,0	0,1	0,0	0,0	10,8	1,7
	ИТОГО					54,4	24,7	89,8	772,44	52,3	0,3	53,0	95,5	7,7
Уплотненный полдник														
45	Винегрет овощной				250	3,8	7,6	22,8	175,8	0,1	0,1	45,0	57,4	2,0
	маслорастительное		11	11		0,0	7,0	0,0	62,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	картофель		100	80		1,6	0,3	13,0	61,6	0,1	0,1	16,0	8,0	0,7
	капуста (горошек консерв.)		80	60		0,8	0,1	3,4	18,1	0,0	0,0	10,2	17,4	0,5
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	огурец соленый		60	40		0,5	0,1	2,3	12,1	0,0	0,0	6,8	11,6	0,3
	свекла		50	40		0,5	0,1	2,3	12,1	0,0	0,0	6,8	11,6	0,3
213	Яйцо вареное		1/2	20	1/2	0,1	0,1	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	0,3	0,0
392	Чай с сахаром				200	27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,1	0,0	40,2	0,1
	чай (заварка)		0,3	0,3		0,0	0,0	0,0	0,0		0,1	0,0	38,4	0,1
	сахар		13	13		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
-	Хлеб пшеничный		50	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
-	Соль за весь день		6	6	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	ИТОГО					35,4	8,1	47,4	307,1	52,1	0,2	45,0	108,1	2,7
	ИТОГО за весь день					180,8	97,1	202,1	1581,08	148,5	0,9	142,6	492,4	14,4

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

ВТОРОЙ ДЕНЬ ПЕРВОЙ НЕДЕЛИ

ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20

Наименование изделия: **Каша пшеничная молочная**

Номер рецептуры: **168**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Крупа пшеничная	30	30
Молоко	150	150
Масло сливочное	5	5
Сахар	5	5
Выход	190	190

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
2,7	0,7	23,7	221,14	0,07	0,252	1,95	181,9	0,8815

Технология приготовления:

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

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

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

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

Требования к качеству:

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

Консистенция: вязкая

Цвет: от желтого до кремового

Вкус: соответствует виду масла

Запах: каши из крупы данного вида с маслом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3

Наименование изделия: **Бутерброд с маслом**

Номер рецептуры: **1**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Масло сливочное, или медовое	10	10
Хлеб пшеничный	50	50
Выход	60	60

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6

Технология приготовления:

Хлеб намазывают маслом.

Требования к качеству:*Внешний вид:* ровные ломтики хлеба, намазанные маслом*Консистенция:* хлеба - мягкая, масла – мажущаяся*Цвет:* соответствуют виду масла*Вкус:* соответствует виду масла*Запах:* масла в сочетании со свежим хлебом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №21

Наименование изделия: **Какао на молоке**Номер рецептуры: **397**Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Какао - порошок	2	2
Сахар	15	15
Молоко	140	140
Выход	157	157

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
4,4	4,8	23,4	145,6	0,058	0,216	1,82	169,4	0,3885

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:*Внешний вид:* жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан.*Консистенция:* жидкая*Цвет:* светло-шоколадный*Вкус:* сладкий, с привкусом какао и молока*Запах:* свойственный какао**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №4

Наименование изделия: **Соки (нектары) овощные, фруктовые и ягодные**Номер рецептуры: **399**Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Сок (нектар) в ассортименте	180-200	180-200
Выход	180-200	180-200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1,2	0,2	2,3	10,6	0,1	0,0	42,0	25,0	1,7

Технология приготовления:

Нектар (сок), выпускаемый промышленностью, (разрешенное для детского питания) разливают в стаканы порциями по 180-200 мл непосредственно перед отпуском.

Требования к качеству:

Внешний вид: сок налит в стакан.

Консистенция: жидкая

Цвет: соответствуют нектару (соку)

Вкус: соответствует нектару (соку)

Запах: соответствует нектару (соку)

ОБЕД

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №22

Наименование изделия: **Суп картофельный с бобовыми**

Номер рецептуры: **81**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	100	80
Фасоль или горох лущеный	30	29
Лук репчатый	20	15
Морковь	20	15
Масло растительное	3	3
Масло сливочное	5	5
Сметана	9	9
Выход	187	156

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		Са	Fe	В ₁	В ₂	С
6,4	4,5	18,6	141	50	1,9	0,16	0,1	6

Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь и петрушку – мелкими кубиками, лук мелко рубят.

Подготовленные фасоль, или горох кладут в бульон, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные морковь и лук и варят до готовности.

При раздаче должен иметь температуру +60-+65 ° С.

Требования к качеству:

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

Консистенция: картофель и бобовые – мягкие; горох лущеный – пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа

Цвет: светло – желтый (горчичный) – супа горохового; светло – коричневый – супа фасолевого

Вкус: умеренно соленый, свойственный гороху или фасоли

Запах: продуктов, входящих в суп

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №23

Наименование изделия: **Икра кабачковая (промышленного производства)**

Номер рецептуры: **53**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Икра кабачковая (промышленного производства)	63	60
Выход	63	60

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	Минеральные вещества (мг)		Витамины (мг)		
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,72	2,83	4,63	46,80	19,20	0,25	0,03	0,03	5,76

Технология приготовления

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

Икру кабачковую (промышленного производства) порционируют непосредственно перед раздачей.

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: икра уложена горкой.

Консистенция: нежная, мягкая, сочная.

Цвет: оранжево-коричневый.

Вкус: кабачков.

Запах: кабачков.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №24

Наименование изделия: **Жаркое по-домашнему**

Номер рецептуры: **276**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)-
Говядина (боковой и наружный куски тазобедренной части)	100	80
или говядина 1 категории бескостная	100	80
Картофель	100	80
Лук репчатый	20	15
Масло растительное	3	3
Томатное пюре	5	5
Морковь	20	15
Выход	248	193

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
16,9	17,5	14,8	309,04	0,1	0,2	21,2	24,6	3,1

Технология приготовления

Мясо дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Мясо нарезают ломтиками поперек волокон. Картофель и лук кубиками, морковь шинкуют. Мясо слегка обжаривают. Лук и морковь пассеруют. Овощи кладут в сотейник слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и бульон, затем тушат до готовности.

Температура подачи +60...+65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: мяса с овощами.

Консистенция: овощей и мяса мягкая.

Цвет: мяса - серый, овощей желтый.

Вкус и запах: овощей в сочетании с мясом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №8

Наименование изделия: **Компот из сухофруктов.**

Номер рецептуры: **376**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Фрукты сушеные (смесь)	14	125
или чернослив	7	62,5
или курага	7	62,5
изюм	7	62,5
сахар	15	15
Выход	29	140

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,17		21,1	82,3	0,157	0,13	2,5	150,3	3,8845

Технология приготовления:

Плоды перебирают, крупные измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Сушеные груши варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу 10-20 минут, изюм 5-10 минут. Компот охлаждают. Добавляют лимонную кислоту. При отпуске в стакан кладут отварные плоды и заливают отваром. Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом соответствующих сухофруктов.

Запах соответствующих сухофруктов.

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №25

Наименование изделия: **Винегрет**

Номер рецептуры: **45**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Свекла	50	40
Картофель	90	63
Морковь	30	24
Лук репчатый	10	8
Горошек зеленый консервированный	20	12
Огурец консервированный без уксуса	30	28
Масло растительное	5	5
Зелень	3	1,8
Выход	238	181,8

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3	5,2	17,5	132,0	2,5829	0,1419	16,724	37,751	2,135

Технология приготовления:

Морковь, картофель, свеклу предварительно промывают, тщательно перебирают, зачищают, повторно промывают в проточной питьевой воде небольшими партиями с использованием дуршлага в течение 5 минут и варят в кожуре.

Отварные очищенные картофель, свеклу и морковь, очищенные соленые огурцы, нарезают мелкими ломтиками. Зеленый лук нарезают длиной до 1 см; если используют репчатый лук, то его мелко шинкуют и бланшируют кипящей водой, откидывают на дуршлаг.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают.

В винегрет можно добавлять от 50 до 100 гр. припущенного зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов.

Требования к качеству

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

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет, вкус, запах: продуктов входящих в винегрет.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 27

Наименование изделия: **Яйца вареные**

Номер рецептуры: **213**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйца (в шт.)	1 шт.	40
Выход		1 шт.

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		Са	Fe	В1	В2	С
0,1	0,1	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	0,3	0,0

Технология приготовления

Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке: I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды; II – обработка в разрешенных для этой цели

дезинфицирующих средствах; III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока ДО.

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

Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

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

Консистенция: умеренно плотная.

Цвет: желтка - желтый, белка - белый.

Вкус: отварного свежего яйца, приятный

Запах: слабовыраженный сероводорода.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №28

Наименование изделия: **Чай с сахаром**

Номер рецептуры: **392**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Чай (заварка)	1	1
Сахар	15	15
Выход	16	16

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,1	0,0	40,2	0,1

Технология приготовления:

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

Требования к качеству

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: сладкий, чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.

Третий день: среда

Неделя первая

№ реп.	Название блюда продуктов		Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Химический состав			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
						Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак														
93	Каша «Дружба»				200	32,2	29,9	29,6	211,04	0,0	0,2	1,3	128,4	1,1
	крупа рисовая		15	15		1,6	0,4	9,9	50,0	0,0	0,0	0,0	3,8	0,5
	крупа пшено		10	10		1,6	0,4	9,9	50,0	0,0	0,0	0,0	3,8	0,5
	молоко		100	100		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
394	Чай с молоком				200	56,7	25,0	4,8	67,0	51,9	0,3	1,3	160,2	0,2
	чай - заварка		0,3	0,3		0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	38,4	0,1
	сахар		15	15		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
	молоко		100	100		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
3	Хлеб пшенич. с сыром				50/15	7,7	4,4	24,6	169,9	0,1	0,1	0,1	160,0	0,7
	сыр		15	15		3,9	4,0	0,0	52,4	0,0	0,1	0,1	150,0	0,1
	хлеб пшеничный		50	50		3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	ИТОГО					96,6	59,3	59,0	447,94	52,0	0,6	2,7	448,6	2,0
Второй завтрак														
383	Кисель		30	30	200	0,0	0,0	25,4	101,5	0,0	0,0	0,0	3,5	0,0
	кисель концентрат		21,6	21,6										
	сахар		9	9										
	лимонная кислота		0,02	0,02										
	Печенье		30	30	30	2,3	2,9	22,3	125,1	0,0	0,0	0,0	8,7	0,6
	ИТОГО					2,3	2,9	47,7	226,6	0,0	0,0	0,0	12,2	0,6
Обед														
66	Щи из свежей капусты				250	6,6	4,7	18,4	167,4	0,1	0,1	31,4	40,4	1,9
	мясо		30	20		3,7	3,2	0,0	43,6	0,0	0,0	0,0	1,8	0,5
	масло растительное		6	6		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	капуста		80	60		0,8	0,1	3,4	18,1	0,0	0,0	10,2	17,4	0,5
	картофель		100	80		1,6	0,3	13,0	61,6	0,1	0,1	16,0	8,0	0,7
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	сметана		5	5		0,1	0,8	0,2	8,1	0,0	0,0	0,0	4,4	0,0
277	Гуляш из отв. мяса /печени				80	15,9	18,1	5,5	272,24	0,0	0,1	5,2	21,9	2,5
	мясо/ печень		100	80		14,9	12,8	0,0	174,4	0,0	0,1	0,0	7,2	2,2
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	сметана		5	5		0,1	0,8	0,2	8,1	0,0	0,0	0,0	4,4	0,0

	мука		5	5		0,5	0,1	3,5	16,7	0,0	0,0	0,0	0,9	0,1
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	томатная паста		5	5		-	-	-	-	-	-	-	-	-
	масло растительное		6	6		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
205	Макаронные изделия отвар.				170	4,4	4,6	28,2	174,27	0,1	0,0	0,0	8,2	0,6
	макаронные изделия		40	40		4,4	0,5	28,2	135,2	0,1	0,0	0,0	7,6	0,6
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
376	Компот из сухофруктов				200	28,1	0,0	5,8	38,6	51,9	0,0	0,4	12,6	0,4
	курага		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	изюм		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	сахар		15	15		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
	Хлеб ржаной		60	60	60	2,9	0,6	26,9	126,0	0,1	0,0	0,0	10,8	1,7
	ИТОГО					57,9	28	84,8	776,51	52,2	0,2	37,2	93,9	7,1
Уплотненный полдник														
237	Запеканка из творога				150	19,1	14,5	11,5	257,14	0,0	0,9	0,5	172,7	0,7
	творог		100	100		18,0	9,0	3,0	169,0	0,0	0,9	0,5	164,0	0,4
	крупа манная		6	6		0,5	0,1	3,3	16,7	0,0	0,0	0,0	1,3	0,2
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	яйцо		1/4	10		0,5	0,5	0,0	6,3	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	сметана		5	5		0,1	0,8	0,2	8,1	0,0	0,0	0,0	4,4	0,0
351	Соус молочный сладкий				50	2,0	5,5	10,9	100,74	0,0	0,1	0,7	61,7	0,2
	молоко		50	50		1,5	1,3	2,4	27,0	0,0	0,1	0,7	60,0	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	мука		5	5		0,5	0,1	3,5	16,7	0,0	0,0	0,0	0,9	0,1
400	Молоко кипяч.		200	200	200	5,8	5,0	9,6	108,0	0,1	0,3	2,6	240,0	0,2
-	Хлеб пшеничн.		50	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
-	Соль за весь день		6	6	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	ФРУКТ		150	150	150	1,4	0,6	19,5	93,0	0,1	0,1	40,0	29,0	1,6
	ИТОГО					32,1	26,0	76,1	676,38	0,3	1,4	43,8	513,6	3,3
	ИТОГО за весь день					188,9	116,2	267,6	2127,43	104,5	2,2	83,7	1068,3	13,0

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

ТРЕТИЙ ДЕНЬ ПЕРВОЙ НЕДЕЛИ

ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №12

Наименование изделия: **Каша «Дружба»**

Номер рецептуры: **84**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	15	15
Крупа пшено	10	10
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	150	150
Сахар	5	5
Масло коровье сладкосливочное	5	5
Выход	185	185

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
32,2	29,9	29,6	211,04	0,0	0,2	1,3	128,4	1,1

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

В кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 минут. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности.

Горячую кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным. Температура подачи +60...+65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный соответствующему виду крупы.

Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №13

Наименование изделия: **Чай с молоком**

Номер рецептуры: **261**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай высшего или 1-го сорта	0,6	0,6
Вода	50	50
Чай-заварка		50
Сахар	12	12
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	50	50
Вода	80	80
Выход с сахаром	192	242

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
56,7	25	4,8	67	51,9	0,3	1,3	160,2	0,2

Технология приготовления: К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко. Температура подачи +60...+65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость - серовато-белого цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: серовато-белый.

Вкус: сладкий, с привкусом молока или сливок.

Запах: свойственный молоку и чаю или сливкам и чаю.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №14

Наименование изделия: **Бутерброд с сыром**

Номер рецептуры: **3**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Хлеб пшеничный	55	55
Сыр	15	15
Выход	70	70

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3,78	3,95	-	51,75	0,0045	0,054	0,45	135	0,18

Технология приготовления: на ломтик пшеничного хлеба положить кусочек сыра.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, сверху – сыр прямоугольной или треугольной формы.

Консистенция: мягкая

Цвет: сыра и хлеба

Вкус: сыра и хлеба

Запах: свойственный свежим продуктам.

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №15

Наименование изделия: **Кисель**

Номер рецептуры: **383**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Кисель сухой	20	20
Сахар	10	10
Выход	30	30

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,02	0	18,4	73,68	-	-	-	0,2	0,003

Технология приготовления:

Брикет размять, тщательно перемешать с небольшим количеством холодной воды. Заварить кипятком при интенсивном помешивании. Довести до кипения. Общее количество воды на 220 гр. продукта 1,4 литра.

Требования к качеству:

Внешний вид: однородная прозрачная масса, без пленки на поверхности.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: свойственный используемому сырью.

Вкус: сладкий с кисловатым привкусом.

Запах: свойственный используемому сырью.

ОБЕД

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №16

Наименование изделия: **Щи со сметаной**

Номер рецептуры: **71**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Капуста белокочанная	60	48
Морковь	20	16
Картофель	100	70
Лук репчатый	10	8
Масло сливочное	3	3
Зелень	3	1,8
Сметана	10	10
Выход	206	156,8

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3	4,6	16,6	119,5	9,5	0,84	25,21	45,33	16,44

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный брусочками, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют капусту и варят с момента закипания 15-20 минут, добавляют припущенные овощи и щи варят до готовности. Рекомендуются для детей старшей возрастной группы.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части щей – капуста, морковь и лук репчатый, нарезанные соломкой, картофель – брусочками. Капуста и овощи не переварены.

Консистенция: корни и лук мягкие, капуста – слегка хрустящая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: желтый, жира на поверхности – оранжевый; овощей – натуральный.

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.

Запах: продуктов, входящих в щи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №17

Наименование изделия: **Гуляш из отварного мяса в томатно-сметанном соусе**

Номер рецептуры: **277/355**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Морковь	20	16
Мясо	100	70
Лук репчатый	10	8
Масло растительное	3	3
Сметана	5	5
Мука пшеничная	3	3
Томат	3	3
Выход	144	108

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
21	14	5,2	229,5	2,54	0,19	0,819	58,001	3,855

Технология приготовления:

Отварное мясо нарезают кубиками, соединяют с припущенной морковью, мелко нашинкованным, бланшированным репчатым луком, заливают водой, добавляют соль и тушат 10-15 минут. На отваре или воде готовят соус, которым заливают мясо и доводят до кипения. Отпускают с соусом в котором тушилось мясо.

Требования к качеству:

Внешний вид: небольшие порционные куски, политы соусом, гарнир расположен сбоку.

Консистенция: мясо – сочное, мягкое.

Цвет: мяса – светло-серый, свойственный овощам и соусу.

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №18

Наименование изделия: **Вермишель со сливочным маслом**

Номер рецептуры: **205**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Вермишель	40	40
Масло сливочное	5	5
Выход	45	45

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
4,5	4,4	31,41	187	0,1	0,037	-	20,2	4,01

Технология приготовления:

Макаронные изделия отваривают. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: макароны уложены горкой, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга.

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная

Цвет: белый с кремовым оттенком

Вкус: отварных макаронных изделий и сливочного масла, умеренно соленый.

Запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №8

Наименование изделия: **Компот из сухофруктов.**

Номер рецептуры: **376**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Фрукты сушеные (смесь)	14	125
или чернослив	7	62,5
или курага	7	62,5
изюм	7	62,5
сахар	15	15
Выход	29	140

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,17		21,1	82,3	0,157	0,13	2,5	150,3	3,8845

Технология приготовления:

Плоды перебирают, крупные измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Сушеные груши варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу 10-20 минут, изюм 5-10 минут. Компот охлаждают. Добавляют лимонную кислоту. При отпуске в стакан кладут отварные плоды и заливают отваром. Температура подачи не ниже +15°C.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом соответствующих сухофруктов.

Запах соответствующих сухофруктов.

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №9

Наименование изделия: **Запеканка из творога**

Номер рецептуры: **237**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Творог	100	62,5
Крупа манная	7	7
Сахар	15	15

Яйцо	1/4	10
Масло сливочное	5	5
Сметана	5	5
Выход	132	104,5

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
19,1	14,5	11,5	257,14	0,0	0,9	0,5	172,7	0,7

Технология приготовления:

Протертый творог смешивают с мукой ил с предварительно заваренной воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 минут, при температуре 220-250°C, до образования на поверхности румяной корочки, отпускают со сладким соусом.

Требования к качеству:

Внешний вид: порционные кусочки, без трещин и подгорелых мест.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая.

Цвет: корочки – золотисто-желтый, на разрезе - белый, соуса светло коричневым.

Вкус и запах: творога и продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №10

Наименование изделия: **Соус сладкий молочный.**

Номер рецептуры: **351**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
молоко	50	50
масло сливочное	5	5
сахар	5	5
мука	5	5
Выход	65	65

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
2,0	5,5	10,9	100,74	0,0	0,1	0,7	61,7	0,2

Технология приготовления:

Просеянную муку просушивают 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 минут 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.

Требования к качеству:

Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков, неразварившейся муки, пленки и всплывшего жира.

Консистенция: полужидкая, эластичная, нежная.

Цвет: кремовый.

Вкус: нежный, сладкий, молочный.

Запах: кипяченного молока, аромат ванилина.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №11

Наименование изделия: **Молоко кипяченое**

Номер рецептуры: **255**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	200	200
Выход		200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
5,8	5	9,6	108	0,08	0,3	2,6	240	0,2

Технология приготовления

Молоко кипятят не более 2-3 минут в посуде, предназначенной для этих целей, а затем охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности.

Консистенция: жидкая.

Цвет: белый, с кремовым оттенком.

Вкус: характерный для кипяченого молока, сладковатый.

Запах: кипяченого молока, приятный.

Четвертый день: четверг

Неделя первая

№ рец.	Название блюда продуктов		Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Химический состав			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
						Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
168	Каша пшенная				200	32,8	30,1	32,9	227,84	0,1	0,2	1,3	129,7	1,2
	крупа пшено		35	35		3,8	1,0	23,1	116,8	0,1	0,0	0,0	8,9	1,1
	молоко		150	150		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
392	Чай с сахаром				200	27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,1	0,0	40,2	0,1
	чай (заварка)		0,3	0,3		0,0	0,0	0,0	0,0		0,1	0,0	38,4	0,1
	сахар		13	13		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
2	Хлеб пшенич. с повидлом				50/20	4,4	2,4	39,9	199,2	0,1	0,0	0,0	12,5	0,8
	масло сливочное		10	10		0,1	8,3	0,1	74,8	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0
	повидло		20	20		0,6	2,0	15,3	81,7	0,0	0,0	0,0	2,5	0,2
	хлеб пшеничный		50	50		3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	ИТОГО					64,9	32,5	72,8	440,04	52,1	0,3	1,3	182,4	2,1
Второй завтрак														
383	Кисель		30	30	200	0,0	0,0	25,4	101,5	0,0	0,0	0,0	3,5	0,0
	кисель концентрат		21,6	21,6										
	сахар		9	9										
	лимонная кислота		0,02	0,02										
Обед														
86	Суп лапша домашняя				250	8,1	6,1	15,9	175,0	0,0	0,0	5,8	17,4	1,0
	вермишель		20	20		2,2	0,3	14,1	67,6	0,0	0,0	0,0	3,8	0,3
	масло растительное		6	6		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	кура		30	30		5,5	5,5	0,0	71,4	0,0	0,0	0,5	4,8	0,5
336	Капуста тушеная с курой				250	14,9	11,7	17,6	262,1	0,0	0,2	53,2	98,4	3,6
	кура		80	60		10,9	11,0	0,0	142,8	0,0	0,1	1,1	9,6	1,1
	масло растительное		6	6		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	капуста		276	157		3,6	0,4	15,8	83,3	0,1	0,1	46,9	80,0	2,3
377	Компот из конс.фруктов				200	24,1	0,3	10,4	60,6	43,8	0,0	21,3	15,8	0,8

	персики консервир.		80	80		0,7	0,3	10,4	49,6	0,0	0,0	21,3	15,5	0,8
	сахар		11	11		23,4	0,0	0,0	11,0	43,8	0,0	0,0	0,3	0,0
	Хлеб ржаной		60	60	60	2,9	0,6	26,9	126,0	0,1	0,0	0,0	10,8	1,7
	ИТОГО					50,0	18,7	70,8	623,7	43,9	0,2	80,5	142,4	7,1
Уплотненный полдник														
249	Рыба, запеченная в омлете				200	47,8	43,9	5,5	316,64	0,0	0,5	1,3	232,3	2,2
	рыба		100	80		17,0	8,5	0,0	145,0	0,0	0,1	0,0	80,0	1,1
	молоко		100	100		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	яйцо		1	40		1,5	4,6	0,3	62,8	0,0	0,2	0,0	22,0	1,0
	сметана		11	11		0,3	1,7	0,4	17,8	0,0	0,0	0,0	9,7	0,0
398	Напиток из плодов шиповника				200	23,9	0,1	8,7	49,3	43,9	0,0	0,5	16,5	0,6
	плоды шиповника сушеные		20	20		0,5	0,1	8,7	38,3	0,0	0,0	0,5	16,2	0,6
	сахар		15	15		23,4	0,0	0,0	11,0	43,9	0,0	0,0	0,3	0,0
368	ЯБЛОКО		200	200	200	1,9	0,7	25,9	124,0	0,1	0,1	53,3	38,7	2,1
	Хлеб пшеничный		50	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	Соль за весь день		6	6	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	ИТОГО					75,5	44,4	38,8	483,44	44,0	0,5	1,8	259,0	3,4
	ИТОГО за весь день:					192,3	96,3	208,3	1671,18	140,1	1,1	136,9	622,5	14,7

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ ПЕРВОЙ НЕДЕЛИ

ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **Каша пшеничная молочная**

Номер рецептуры: **168**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Крупа пшено	30	30
Молоко	150	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Выход	190	190

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
7,68	9,7	32,1	246	0,104	0,254	1,95	180,7	1,51

Технология приготовления:

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

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

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

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

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству:

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

Консистенция: вязкая

Цвет: от желтого до кремового

Вкус: соответствует виду масла

Запах: каши из крупы данного вида с маслом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №28

Наименование изделия: **Чай с сахаром**

Номер рецептуры: **392**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Чай (заварка)	1	1
Сахар	15	15
Выход	16	16

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,1	0,0	40,2	0,1

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: сладкий, чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.

ТЕХНОЛОГИЯ КАРТА №

Наименование изделия: **Бутерброд с маслом и повидлом**

Номер рецептуры: **2**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Хлеб пшеничный	55	55
Повидло	20	20
Масло сливочное	10	10
Выход	85	85

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
-	-	6,75	27	-	-	-	-	-

Технология приготовления:

Хлеб намазывают маслом, а затем повидлом или джемом.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом и повидлом или джемом

Консистенция: хлеба – мягкая, повидла или джема – не растекающаяся

Цвет, цвет и запах: повидла или джема с маслом и хлебом

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №15

Наименование изделия: **Кисель**

Номер рецептуры: **383**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Кисель сухой	20	20
Сахар	10	10
Выход	30	30

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,02	0	18,4	73,68	-	-	-	0,2	0,003

Технология приготовления:

Брикет размять, тщательно перемешать с небольшим количеством холодной воды. Заварить кипятком при интенсивном помешивании. Довести до кипения. Общее количество воды на 220 гр. продукта 1,4 литра.

Требования к качеству:

Внешний вид: однородная прозрачная масса, без пленки на поверхности.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: свойственный используемому сырью.

Вкус: сладкий с кисловатым привкусом.

Запах: свойственный используемому сырью.

ОБЕД

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №31

Наименование изделия: **Суп вермишелевый на курином бульоне**

Номер рецептуры: **86**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Вермишель	20	20
Морковь	20	16
Лук репчатый	20	16
Масло сливочное	5	5
Масло растительное	3	3
Выход	68	60

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
8,1	6,1	15,9	175,0	0,0	0,0	5,8	17,4	1,0

Технология приготовления:

Бульон куриный рецепт №108. Вермишель опускают в куриный бульон и варят до готовности 10 минут с добавлением припущенных овощей лук морковь.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа вермишель сохранила форму.

Консистенция: лука – мягкая, вермишели – хорошо набухшая, мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей.

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

Вкус: овощей, вермишели, умеренно соленый.

Запах: продуктов, входящих в суп.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №32

Наименование изделия: **Куры отварные**

Номер рецептуры: **300**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Кура отварная	150	103
Выход	102	96

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
22,2	8,6	0,7	169	0,072	0,155	-	16,48	1,648

Технология приготовления:

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

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

Требования к качеству:

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

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: сероватый для мякоти ножки, белый – филе.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: свойственный мясу отварной птицы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №33

Наименование изделия: **Бульон куриный**

Номер рецептуры: **108**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Бульон из кур	1100	1100
Яйца (белки) для оттяжки	1/4	10
Морковь	20	15
Выход	1000	1000

Технология приготовления:

Подготовленные тушки кур заправляют «в кармашек», заливают горячей водой, доводят до кипения. Варят бульон при слабом нагреве, удаляя пену и жир. За 40-60 минут до готовности добавляют подпеченные овощи, готовый бульон процеживают, доводят до кипения. Для осветления бульона используют оттяжку из моркови. Бульон охлаждают до 50-60°C, вводят оттяжку, хорошо перемешивают и варят при слабом кипении 1-1,5 часа, затем процеживают.

Требования к качеству:

Внешний вид: бульон прозрачный.

Консистенция: однородная.

Цвет: золотистый.

Вкус: продуктов входящих в состав блюда

Запах: бульона, мяса отварной птицы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №34

Наименование изделия: **Капуста тушеная с мясом (курой)**

Номер рецептуры: **336**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
кура	80	60
масло растительное	6	6
лук	20	15
морковь	20	15
капуста	50	40
Выход	186	136

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
14,9	11,7	17,6	262,1	0,0	0,2	53,2	98,4	3,6

Технология приготовления

Мясо дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Варка мяса: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75°C в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), пассированное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассированные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассировкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин.

При отпуске можно посыпать мелко нарубленной зеленью.

Тушеную капусту отпускают с мясом.

Температура подачи +60...+65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук, морковь в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей и пряностей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №35

Наименование изделия: **Компот из консервированных фруктов**

Номер рецептуры: **336**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
персики консервир.	80	80
сахар	11	11
Выход	200	200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
24,1	0,3	10,4	60,6	43,8	0,0	21,3	15,8	0,8

Технология приготовления

Сироп варят из сахара и воды, затем в него добавляют сироп консервированных плодов, доводят до кипения, добавляют подготовленные консервированные фрукты, вновь доводят до кипения и охлаждают.

Требования к качеству:

Внешний вид: плоды сохранили форму и залиты прозрачным сиропом

Консистенция: компота – жидкая, ягод - мягкая.

Цвет: присущий вареным плодам в сиропе.

Вкус: сладко-кисловатый, с хорошо выраженным привкусом плодов.

Запах: типичный для вареных плодов.

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №36

Наименование изделия: **Рыба, запеченная в омлете**

Номер рецептуры: **249**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Рыба (филе)	100	80
Яйцо	1 шт. (40)	40
Молоко	100	100
Масло сливочное	5	5
Сметана	11	11
Выход	257	237

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
15,2	6,0	5,0	133,6	0,0985	0,243	0,33	52,41	0,652

Технология приготовления:

Филе рыбы нарезают на порционные куски и припускают в небольшом количестве воды, затем укладывают на порционную сковороду, смазанную маслом, сверху заливают омлетной смесью из яиц, молока и муки и запекают в жарочном шкафу. Отпускают с гарниром. Гарниры: картофель отварной, овощи отварные, пюре картофельное, салат.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность имеет поджаренную корочку.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: золотисто-коричневый, рыбы на разрезе - серый.

Вкус и запах: запеченной рыбы и продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №37

Наименование изделия: **Напиток из шиповника**

Номер рецептуры: **3 98**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Шиповник	20	15
Сахар	15	15
Выход	35	30

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
23,9	0,1	8,7	49,3	43,9	0,0	0,5	16,5	0,6

Технология приготовления:

Плоды шиповника промывают холодной водой, заливают кипятком и варят при закрытой крышке и слабом кипении 10 минут, добавляют сахар, затем оставляют для настаивания на 2-4 часа, после этого отвар процеживают.

Требования к качеству:

Внешний вид: напиток налит в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: темно-красный.

Вкус: кисло-сладкий с привкусом плодов шиповника

Запах: шиповника.

Пятый день: пятница

Неделя первая

№ реп.	Название блюда продуктов		Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Химический состав			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
						Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
168	Каша манная				200	32,2	30	29,6	211,04	0,1	0,2	1,3	128,4	1
	крупа манная		25	25		3,2	0,9	19,8	100,1	0,1	0,0	0,0	7,6	0,9
	молоко		150	150		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
395	Кофейный напиток с молоком				200	52,6	25,0	4,8	65,0	44,1	0,6	1,3	120,3	0,1
	кофейный напиток		3	3		0,2	0,0	0,0	0,0	0,2	0,4	0,0	0,0	0,0
	сахар		14	14		23,4	0,0	0,0	11,0	43,9	0,0	0,0	0,3	0,0
	молоко		150	150		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
3	Хлеб пшеничный с сыром				50/15	7,7	4,47	24,6	169,9	0,1	0,1	0,1	160,0	0,7
	масло сливочное		9	9		0,1	8,3	0,1	74,8	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0
	сыр		15	15		3,9	4,0	0,0	52,4	0,0	0,1	0,1	150,0	0,1
	хлеб пшеничный		50	50		3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	ИТОГО					92,5	59,47	59,0	445,94	44,3	0,9	2,7	408,7	1,8
Второй завтрак														
	Чай с вафлей		200	200	200	2,3	2,9	22,3	125,1	0,0	0,1	0,0	47,1	0,7
	чай (заварка)		0,3	0,3		0,0	0,0	0,0	0,0		0,1	0,0	38,4	0,1
	Вафля		30	30		2,3	2,9	22,3	125,1	0,0	0,0	0,0	8,7	0,6
Обед														
34	Салат из свеклы с зеленым горошком		80	60	60	0,8	0,4	4,5	49,8	0,0	0,0	12,1	17,9	0,5
	свекла		50	40	40	0,5	0,1	2,3	12,1	0,0	0,0	6,8	11,6	0,3
	горошек консервированный		10	10	10									
	масло растительное		6	6	3	0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	яблоки		10	7,5	7,5	0,1	0,0	1,3	6,2	0,0	0,0	2,7	1,9	0,1
	лук		10	7,5	7,5	0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
109/ 115	Бульон с гречками				250	8,0	6,4	15,0	174,1	0,1	0,0	5,7	18,7	1,3

	масло растительное		3	3		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	кура		30	30		5,5	5,5	0,0	71,4	0,0	0,0	0,5	4,8	0,5
	хлеб пшеничный (гренки)		25	25		2,1	0,6	13,2	66,7	0,1	0,0	0,0	5,1	0,6
304	Плов из птицы				250	22,9	23,7	28,2	414,44	0,2	0,2	7,0		3,0
	кура		100	80		18,2	18,4	0,0	238,0	0,1	0,2	1,8	16,0	1,6
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	томатная паста		5	5		-	-	-	-	-	-	-	-	-
	крупа рисовая		40	40		4,3	1,2	26,4	133,4	0,1	0,0	0,0	10,2	1,2
376	Компот из сухофруктов				200	28,1	0,0	5,8	38,6	51,9	0,0	0,4	12,6	0,4
	курага		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	изюм		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	сахар		15	15		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
-	Хлеб ржаной		60	60	60	2,9	0,6	26,9	126,0	0,1	0,0	0,0	10,8	1,7
	ИТОГО					62,7	31,1	80,4	802,94	52,3	0,2	25,2	85,4	6,9
Уплотненный полдник														
460	Крендель сахарный				150	61,1	37,5	53,4	425,64	44,0	0,4	1,3	155,5	1,9
	мука		100	100		7,2	0,8	48,3	233,8	0,1	0,0	0,0	12,6	0,8
	дрожжи		2,5	2,5										
	молоко		50	50		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	яйцо		1	40		1,5	4,6	0,3	62,8	0,0	0,2	0,0	22,0	1,0
	сахар		15	15		23,4	0,0	0,0	11,0	43,9	0,0	0,0	0,3	0,0
	масло растительное		3	3		0,0	3,0	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
400	Молоко кипяченое		200	200	200	5,8	5,0	9,6	108,0	0,1	0,3	2,6	240,0	0,2
-	Соль за весь день		6	6	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	Фрукт		150	150	150	1,9	0,7	25,9	124,0	0,1	0,1	53,3	38,7	2,1
	ИТОГО					68,8	43,2	88,9	657,64	44,2	0,8	57,2	434,4	4,2
	ИТОГО за весь день					226,3	136,67	250,6	2031,62	140,8	2,0	82,4	975,6	13,6

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

ПЯТЫЙ ДЕНЬ ПЕРВОЙ НЕДЕЛИ

ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №38

Наименование изделия: **Каша манная молочная**

Номер рецептуры: **314**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Крупа манная	20	20
Молоко	150	150
Масло сливочное	5	5
Выход	175	175

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
6,23	8,9	25,67	206,3	0,09	0,238	1,95	22,8	0,3115

Технология приготовления:

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

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

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

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

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству:

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

Консистенция: вязкая

Цвет: от белого до кремового

Вкус: соответствует виду масла

Запах: каши из крупы данного вида с маслом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №2

Наименование изделия: **Кофейный напиток**

Номер рецептуры: **395**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Кофейный напиток	3	3
Сахар	15	15
Молоко	150	150
Выход	168	168

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
56,9	25,0	4,8	67,0	52,1	0,6	1,3	121,8	0,1

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-коричневый

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №39

Наименование изделия: **Бутерброд с сыром**

Номер рецептуры: **3**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Хлеб пшеничный	50	50
Сыр	15	15
Выход	65	65

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
7,7	4,47	24,6	169,9	0,1	0,1	0,1	160,0	0,7

Технология приготовления: хлеб намазывают маслом, сверху – сыр прямоугольной или треугольной формы. Температура подачи 15°C.

Требования к качеству:

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

Консистенция: мягкая.

Цвет: сыра и хлеба (батона).

Вкус: сыра и хлеба (батона).

Запах: сыра в сочетании со свежим хлебом (батонном).

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №40

Наименование изделия: **Чай с вафлей**

Номер рецептуры: **391**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Чай (заварка)	1	1
Вафля	30	30
Выход	31	31

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
2,3	2,9	22,3	125,1	0,0	0,1	0,0	47,1	0,7

Технология приготовления

В стакан или чашку заливают заварку чая (процеженную) и доливают кипятком.
Температура подачи +60...+65°C.

Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая, хрустящая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: чуть терпкий, сладкий.

Запах: свойственный чаю, вафле.

ОБЕД

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №41

Наименование изделия: **Салат из свеклы с зеленым горошком**

Номер рецептуры: **34**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
свекла	50	40
горошек консервированный	10	10
масло растительное	6	6
яблоки	10	7,5
лук	10	7,5
Выход	86	71

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,8	0,4	4,5	49,8	0,0	0,0	12,1	17,9	0,5

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью. Овощи сортируют, моют.

Свеклу варят в кожуре, охлаждают; очищают и нарезают соломкой или шинкуют в холодном цехе или в горячем цехе на столе для вареной продукции. Варка овощей накануне дня приготовления блюд не допускается. Зеленый горошек консервированный кипятят в собственном соку, отвар сливают, охлаждают. Овощи перемешивают, заправляют маслом растительным. Отваренные для салатов овощи хранят в холодильнике не более 6 часов при температуре плюс 4±2°C.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4±2°C. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4±2 С. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

Температура подачи не ниже +15°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: свеклы - мягкая, сочная, горошка зеленого консервированного - мягкая.

Цвет: малиновый с зелеными вкраплениями зеленого горошка.

Вкус: свеклы, зеленого горошка в сочетании с растительным маслом, солоноватый.

Запах: свеклы, зеленого горошка в сочетании с растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №42

Наименование изделия: **Салат из свеклы с яблоком**

Номер рецептуры: **35**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Свекла	60	48
Яблоко	20	14
Сахар	3	3
Масло растительное	4	4
Выход	87	69

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,72	3,96	5,2	60,5	0,0168	0,0232	22,3	26,12	0,6009

Технология приготовления:

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают, нарезают мелкой соломкой. Добавляют яблоки, с удаленным семенным гнездом, нарезанные соломкой, припущенные с сахаром в течение 3-х минут при температуре 85°С. При отпуске салат перемешивают и заправляют маслом растительным.

Требования к качеству:

Внешний вид: свекла и яблоки мелко измельчены, салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: темно-малиновый.

Вкус: свойственный свекле и яблокам. *Запах:* свойственный входящим в блюдо продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №43

Наименование изделия: **Бульон куриный с гренками**

Номер рецептуры: **109**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
масло растительное	3	3
лук	20	15
морковь	20	15
кура	30	30
хлеб пшеничный (гренки) № 115	25	25
Выход	98	88

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1,5	3,0	9,1	68,7	0,265	0,206	1,2	16,15	3,53

Технология приготовления:

Бульон рецепт №108. Готовые гренки кладут в тарелку, наливают бульон, посыпают зеленью в порционных тарелках.

Требования к качеству:

Внешний вид: гренки сохраняют форму, бульон прозрачный, на поверхности рубленая зелень.

Консистенция: бульона – жидкая, гренков – хрустящая.

Цвет: бульона – светло-желтый, гренков – золотистый.

Вкус: бульона и гренков.

Запах: продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №44

Наименование изделия: **Гренки из пшеничного хлеба**

Номер рецептуры: **115**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Под ред. М.П.Могильного и В. А. Тутельяна. - М: ДеЛи принт,2010-628 с**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	40	25
Выход	40	25

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,2	0,15	7,6	36,8	3,6	0,31	0,02	0,009	0

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

Внешний вид: кубики хлеба, сохранившие форму

Консистенция: хрустящая

Вкус: подсушенного хлеба

Цвет: золотистый, без подгорелостей

Запах: подсушенного хлеба

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №45

Наименование изделия: **Плов из птицы.**

Номер рецептуры: **304**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
кура	100	80
масло сливочное	5	5
лук	20	15
морковь	20	15
томатная паста	5	5
крупа рисовая	40	40
Выход	190	160

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
22,9	23,7	28,2	414,44	0,2	0,2	7,0		3,0

Технология приготовления: подготовленные тушки, окорочка птицы варят до готовности, охлаждают, отделяют мякоть от костей и кожи. Филе птицы нарезают, кладут в посуду, добавляют мелко нарезанные морковь и лук, заливают горячей водой и дают закипеть, (жидкость наливаю из расчета нормы воды для приготовления рассыпчатой каши), затем кладут промытую рисовую крупу и доводят до кипения. После этого посуду с пловом ставят в жарочный шкаф на 30-40 минут. Для приготовления используют томатную пасту или пюре.

Требования к качеству:

Внешний вид: мясо равномерно запечено не подгорело, рис рассыпчатый

Консистенция: рис, мясо - мягкая

Цвет: мяса – серый, риса и овощей от светло до темно-оранжевого.

Вкус: тушеного мяса, риса и овощей, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса птицы, риса и овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8

Наименование изделия: **Компот из сухофруктов.**

Номер рецептуры: **376**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Фрукты сушеные (смесь)	14	125
или чернослив	7	62,5
или курага	7	62,5
изюм	7	62,5
сахар	15	15
Выход	29	140

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,17		21,1	82,3	0,157	0,13	2,5	150,3	3,8845

Технология приготовления:

Плоды перебирают, крупные измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Сушеные груши варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу 10-20 минут, изюм 5-10 минут. Компот охлаждают. Добавляют лимонную кислоту. При отпуске в стакан кладут отварные плоды и заливают отваром. Температура подачи не ниже + 15°С.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом соответствующих сухофруктов.

Запах соответствующих сухофруктов.

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №46

Наименование изделия: **Крендель сахарный.**

Номер рецептуры: **460**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов 1 порция	
	Брутто (г)	Нетто (г)
мука	100	100
дрожжи	2,5	2,5
молоко	50	50
масло сливочное	5	5
яйцо	1	40
сахар	15	15
масло растительное	3	3
Выход	176,5	176,5

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
61,1	37,5	53,4	425,64	44,0	0,4	1,3	155,5	1,9

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным или безопарным способом, делят на куски массой по 54 грамма, которые скатывают в жгут и складывают его в виде восьмерки. Крендели полуфабрикаты, укладывают на смазанные маслом листы, смазывают меланжем, посыпают сахарным песком и выпекают при температуре 220-250 С. В течение 10-15 минут

Требования к качеству

Внешний вид: форма восьмерки поверхность посыпана сахаром.

Консистенция: мягкая, пышная.

Цвет: от желтого до светло-коричневого.

Вкус и запах: выпеченного изделия из дрожжевого теста.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №11

Наименование изделия: **Молоко кипяченое**

Номер рецептуры: **255**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	200	200
Выход		200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
5,8	5	9,6	108	0,08	0,3	2,6	240	0,2

Технология приготовления

Молоко кипятят не более 2-3 минут в посуде, предназначенной для этих целей, а затем охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности.

Консистенция: жидкая.

Цвет: белый, с кремовым оттенком.

Вкус: характерный для кипяченого молока, сладковатый.

Запах: кипяченого молока, приятный.

Шестой день: понедельник вторая неделя

№ реп.	Название блюда продуктов	3	Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Химический состав			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
						Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
93	Суп молочный с макаронными изделиями				200	6,6	8,2	26,3	205,64	0,1	0,2	2,0	184,6	0,5
	вермишель		20	20		2,2	0,3	14,1	67,6	0,0	0,0	0,0	3,8	0,3
	молоко		150	150		4,4	3,8	7,2	81,0	0,1	0,2	2,0	180,0	0,2
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
392	Чай с сахаром				200	27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,1	0,0	40,2	0,1
	чай (заварка)		0,3	0,3		0,0	0,0	0,0	0,0		0,1	0,0	38,4	0,1
	сахар		15	15		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
1	Хлеб пшеничн. с маслом				50/10	3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6
	масло сливочное		10	10		0,1	8,3	0,1	74,8	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0
	хлеб пшеничный		50	50		3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	ИТОГО					38,2	16,9	67,9	410,94	52,1	0,3	2,0	236,0	1,2
Второй завтрак														
399	Нектар		200	200	200	1,2	0,2	2,3	10,6	0,1	0,0	42,0	25,0	1,7
Обед														
20	Салат из свежей капусты				60	0,9	4,1	4	57,1	0	0	11,9	20,3	0,6
	капуста белокочан.		60	48		0,8	0,1	3,4	18,1	0	0	10,2	17,4	0,5
	морковь		10	8		0,1	0	0,6	3,0	0	0	1,7	2,9	0,1
	масло растительное		4	4		0	4,0	0	36,0	-	-	-	-	-
78	Суп картофельный вегетарианский «Осенний»				250	2,8	2,4	17,5	127,5	0,1	0,1	28,0	38,1	1,2
	масло растительное		3	3		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	горошек консервированный		40	40		0,5	0,1	2,3	12,1	0,0	0,0	6,8	11,6	0,3
	картофель		100	80		1,6	0,3	13,0	61,6	0,1	0,1	16,0	8,0	0,7
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	сметана		11	11		0,3	1,7	0,4	17,8	0,0	0,0	0,0	9,7	0,0
245	Рыба припущенная				80	17,0	13,5	0,0	190,0	0,0	0,1	0,0	80,0	1,1

	рыба (пикша)		120	100		17,0	8,5	0,0	145,0	0,0	0,1	0,0	80,0	1,1
	масло растительное		5	5		0,0	5,0	0,0	45,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
321	Картофельное пюре				170	6,5	6,4	43,2	256,04	0,3	0,3	50,7	91,0	2,4
	картофель		200	136		5,0	1,0	40,8	192,0	0,3	0,2	50,0	25,0	2,3
	молоко		50	50		1,5	1,3	2,4	27,0	0,0	0,1	0,7	60,0	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
376	Компот из сухофруктов				200	28,1	0,0	5,8	38,6	51,9	0,0	0,4	12,6	0,4
	курага		7	14		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	изюм		7	14		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	сахар		13	13		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
-	Хлеб ржаной		60	60	60	2,9	0,6	26,9	126,0	0,1	0,0	0,0	10,8	1,7
	ИТОГО					58,2	27,0	97,4	795,24	52,4	0,7	91	252,8	7,4
Уплотненный полдник														
235	Пудинг из творожно-манный				150	19,1	14,5	11,5	257,14	0,0	0,9	0,5	172,7	0,7
	творог		100	100		18,0	9,0	3,0	169,0	0,0	0,9	0,5	164,0	0,4
	крупа манная		5	5		0,5	0,1	3,3	16,7	0,0	0,0	0,0	1,3	0,2
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	яйцо		1/2	20		0,5	0,5	0,0	6,3	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	сметана		5	5		0,1	0,8	0,2	8,1	0,0	0,0	0,0	4,4	0,0
351	Соус молочный сладкий				50	2,0	5,5	10,9	100,74	0,0	0,1	0,7	61,7	0,2
	молоко		50	50		1,5	1,3	2,4	27,0	0,0	0,1	0,7	60,0	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	мука		5	5		0,5	0,1	3,5	16,7	0,0	0,0	0,0	0,9	0,1
400	Молоко кипяченое		200	200	200	5,8	5,0	9,6	108,0	0,1	0,3	2,6	240,0	0,2
-	Хлеб пшеничный		50	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
-	Соль за весь день		6	6	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	ИТОГО					30,7	25,4	56,6	583,38	0,2	1,3	3,8	484,6	1,7
	ИТОГО за весь день					128,3	69,5	224,5	1800,16	104,8	2,3	138,8	998,4	12

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

ШЕСТОЙ ДЕНЬ ВТОРОЙ НЕДЕЛИ

ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №48

Наименование изделия: Суп молочный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 93

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Вермишель	20	20
Молоко	150	150
Масло сливочное	5	5
Сахар	5	5
Выход	180	180

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
6,6	8,2	26,3	205,64	0,1	0,2	2,0	184,6	0,5

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (вермишель 5-7 минут), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности. Заправляют солью, сахаром, сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены макаронные изделия, сохранившие форму, на поверхности – сливочное масло

Консистенция: макаронных изделий - мягкая

Цвет: супа – молочно белый, сливочного масла - желтый

Вкус: молока и сливочного масла, умеренно сладкий

Запах: продуктов, входящих в суп

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №28

Наименование изделия: Чай с сахаром

Номер рецептуры: 392

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Чай (заварка)	1	1
Сахар	15	15
Выход	16	16

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,1	0,0	40,2	0,1

Технология приготовления:

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

Требования к качеству

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: сладкий, чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №3

Наименование изделия: **Бутерброд с маслом**

Номер рецептуры: **1**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Масло сливочное, или медовое	10	10
Хлеб пшеничный	50	50
Выход	60	60

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6

Технология приготовления:

Хлеб намазывают маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом

Консистенция: хлеба - мягкая, масла – мажущаяся

Цвет: соответствуют виду масла

Вкус: соответствует виду масла

Запах: масла в сочетании со свежим хлебом

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №4

Наименование изделия: **Соки (нектары) овощные, фруктовые и ягодные**

Номер рецептуры: **399**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Сок (нектар) в ассортименте	180-200	180-200
Выход	180-200	180-200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1,2	0,2	2,3	10,6	0,1	0,0	42,0	25,0	1,7

Технология приготовления:

Нектар (сок), выпускаемый промышленностью, (разрешенное для детского питания) разливают в стаканы порциями по 180-200 мл непосредственно перед отпуском.

Требования к качеству:

Внешний вид: сок налит в стакан.

Консистенция: жидкая

Цвет: соответствуют нектару (соку)

Вкус: соответствует нектару (соку)

Запах: соответствует нектару (соку)

ОБЕД

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №49

Наименование изделия: **Салат из свежей капусты белокочанной**

Номер рецептуры: **20**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Капуста белокочанная	60	48
Морковь	10	8
Масло растительное	4	4
Выход	74	60

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,9	4,1	4	57,1	0	0	11,9	20,3	0,6

Технология приготовления:

Лимонную кислоту растворяют в кипяченой воде. Капусту и подготовленную морковь мелко шинкуют соломкой, добавляют соль (10 г на 1 кг), раствор лимонной кислоты и нагревают при непрерывном помешивании не более 2 минут при температуре 95-100 градусов, не следует перегревать капусту, т.к. она будет мягкой. Прогретую капусту с морковью охлаждают. Добавляют растительное масло, перемешивают. Выход определяется возрастной группой.

Требования к качеству:

Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: овощей – хрустящая, не жесткая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам

Запах: свежей капусты, зеленого лука или моркови с ароматом растительного масла

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №50

Наименование изделия: **Суп картофельный вегетарианский «Осенний»**

Номер рецептуры: **78**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Под ред. М.П.Могильного и В. А. Тутельяна. - М: ДеЛи принт,2010-628 с**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель	67	50
Морковь	16	12
Помидоры	17	15

Лук репчатый	6	5
Зелень петрушки	3	2,5
Масло сливочное	5	5
Сметана	10	10
Выход	124	100

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
Белки (г)	Жиры(г)	Углеводы (г)		Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
17,0	13,5	0,0	190,0	80,0	1,1	0,0	0,1	0,0

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный кубиками или дольками, варят до полуготовности. Через 10 -15 минут вводят нарезанную кубиками припущенную с маслом морковь и репчатый лук, свежие помидоры, нарезанные дольками. За 5 минут до готовности добавляют соль. В готовый суп кладут сметану и доводят до кипения.

Требования к качеству:

Внешний вид: форма нарезки сохранена, часть картофеля может быть разварена

Консистенция: овощей - мягкая

Цвет: жидкая часть прозрачна, на поверхности блески жира

Вкус: свойственный продуктам, в меру соленый

Запах: продуктов, входящих в состав блюда

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №52

Наименование изделия: **Рыба, тушенная с овощами**

Номер рецептуры: **247**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Под ред. М.П.Могильного и В. А. Тутельяна. - М: Де Ли принт,2010-628 с**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Филе трески	120	100
Морковь	20	16
Лук репчатый	20	16
Масло растительное	160	132
ВЫХОД	320	264

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		B1	B2	C	Ca	Fe
17,0	13,5	0,0	190	0	0,1	0	80	1,1

Технология приготовления:

Филе нарезают на порционные куски, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нарезанных соломкой моркови и лука репчатого, заливают водой, добавляют томатное пюре, сметану, масло растительное, посуду закрывают крышкой и тушат 30 мин до готовности.

Отпускают с овощами, с которыми тушилась рыба.

При раздаче должна иметь температуру +60-+65 ° С.

Требования к качеству:

Внешний вид: тушеный кусочек филе рыбы уложен на тарелку, с овощами и соусом, сбоку - гарнир

Консистенция: мягкая у трески, допускается легкое расслаивание мякоти

Цвет: филе рыбы - на разрезе белый или светло – серый, соуса – розовый, овощей - натуральный

Вкус: рыбы в сочетании с соусом и овощами

Запах: продуктов, входящих в блюдо

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №75

Наименование изделия: **Рыба припущенная**

Номер рецептуры: **245**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
рыба (пикша)	100	80
масло растительное	3	3
лук	20	15
морковь	20	15
масло сливочное	5	5
Выход	148	118

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
17,0	13,5	0,0	190,0	0,0	0,1	0,0	80,0	1,1

Технология приготовления:

Филе рыбы выкладывают в посуду в один ряд, добавляют воду лук репчатый, коренья и припускают 10-15 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: куски филе рыбы, сохраняющие форму, сбоку гарнир.

Консистенция: мягкая сочная не дряблая.

Цвет: от белого до серого.

Вкус и запах: припущенной рыбы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №53

Наименование изделия: **Картофельное пюре**

Номер рецептуры: **321**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Картофель	220	154
Молоко	50	50
Масло сливочное	5	5
Выход	275	209

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
4,5	6,1	29,0	187,6	0,2048	0,19	31,46	66,4	1,422

Технология приготовления:

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

2 способ: при изготовлении картофельного пюре следует использовать механическое оборудование!

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенный картофель во избежание потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50 см), солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, протирают через протирающую машину. Температура картофеля должна быть не менее 80° С. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, масло коровье сладкосливочное растопленное и доведенное до кипения. Смесь прогревают, взбивая, на водяной бане при температуре 100°С 5-6 минут.

Температура подачи +60...+65°С.

Требования к качеству:

Внешний вид: протертая картофельная масса.

Консистенция: пышная, густая, однородная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный.

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №8

Наименование изделия: **Компот из сухофруктов.**

Номер рецептуры: **376**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Фрукты сушеные (смесь)	14	125
или чернослив	7	62,5
или курага	7	62,5
изюм	7	62,5
сахар	15	15
Выход	29	140

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,17		21,1	82,3	0,157	0,13	2,5	150,3	3,8845

Технология приготовления:

Плоды перебирают, крупные измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Сушеные груши варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу 10-20 минут, изюм 5-10 минут. Компот охлаждают. Добавляют лимонную кислоту. При отпуске в стакан кладут отварные плоды и заливают отваром. Температура подачи не ниже +15°С.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Запах соответствующих сухофруктов.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом соответствующих сухофруктов.

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №54

Наименование изделия: Пудинг творожно-манный со сгущенным молоком (с изюмом)

Номер рецептуры: 235

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Творог	100	100
Крупа манная	5	5
Масло сливочное	5	5
Сахар	5	5
Яйцо	1/2	20
Сметана	5	5
Изюм	20	20
Выход	160	160

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
19,1	14,5	11,5	257,14	0,0	0,9	0,5	172,7	0,7

Технология приготовления:

В горячую воду всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают.

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

Полученную массу выкладывают слоем толщиной 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 25-35 минут при температуре 220-250°C.

Готовый пудинг выдерживают 5-10 минут и вынимают из форм. Отпускают с молочным или сладким соусом.

Требования к качеству:

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

Консистенция: однородная, нежная, с вкраплениями изюма.

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

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №10

Наименование изделия: Соус сладкий молочный.

Номер рецептуры: 351

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
молоко	50	50
масло сливочное	5	5

сахар	5	5
мука	5	5
Выход	65	65

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
2,0	5,5	10,9	100,74	0,0	0,1	0,7	61,7	0,2

Технология приготовления:

Просеянную муку просушивают 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 минут 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.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков, неразварившейся муки, пленки и всплывшего жира.

Консистенция: полужидкая, эластичная, нежная.

Цвет: кремовый.

Вкус: нежный, сладкий, молочный.

Запах: кипяченого молока, аромат ванилина.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №11

Наименование изделия: **Молоко кипяченое**

Номер рецептуры: **255**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	200	200
Выход		200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
5,8	5	9,6	108	0,08	0,3	2,6	240	0,2

Технология приготовления

Молоко кипятят не более 2-3 минут в посуде, предназначенной для этих целей, а затем охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству:

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности.

Консистенция: жидкая.

Цвет: белый, с кремовым оттенком.

Вкус: характерный для кипяченого молока, сладковатый.

Запах: кипяченого молока, приятный.

Седьмой день: вторник неделя вторая

№ реп.	Название блюд и продуктов	3	Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Химический состав			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
						Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
168	Каша пшеничная				200	32,8	30,1	32,9	227,84	0,1	0,2	1,3	129,7	1,2
	крупка пшеничная		35	35		3,8	1,0	23,1	116,8	0,1	0,0	0,0	8,9	1,1
	молоко		100	100		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
395	Кофейный напиток с молоком				200	56,9	25,0	4,8	67,0	52,1	0,6	1,3	121,8	0,1
	кофейный напиток		3	3		0,2	0,0	0,0	0,0	0,2	0,4	0,0	0,0	0,0
	сахар		15	15		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
	молоко		150	150		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
1	Хлеб пшеничн.с маслом				50/10	3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6
	масло сливочное		10	10		0,1	8,3	0,1	74,8	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0
	хлеб пшеничный		50	50		3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	ИТОГО					89,1	63,8	62,4	485,14	44,0	0,5	2,6	299,6	2,0
Второй завтрак														
399	Нектар		200	200	200	1,2	0,2	2,3	10,6	0,1	0,0	42,0	25,0	1,7
Обед														
88	Суп картофельныйс пельменями				250	13,1	13,8	15,7	264,54	0,0	0,1	5,2	23,0	2,1
	мясо		50	50		9,3	8,0	0,0	109,0	0,0	0,1	0,0	4,5	1,4
	мука		40	40		2,1	0,2	13,8	66,8	0,0	0,0	0,0	3,6	0,2
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	масло растительное		6	6		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
яйцо		1/4	10		1,3	1,2	0,1	15,7	0,0	0,0	0,0	5,5	0,3	
215	Омлет с зеленым горошком				80	32,6	34,3	18,3	220,54	0,1	0,4	1,3	147,7	1,7
	молоко		100	100		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	яйцо		40	40		1,5	4,6	0,3	62,8	0,0	0,2	0,0	22,0	1,0

	горошек консервир.		20	20		2,1	0,6	13,2	66,7	0,1	0,0	0,0	5,1	0,6
376	Компот из сухофруктов				200	28,1	0,0	5,8	38,6	51,9	0,0	0,4	12,6	0,4
	курага		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	изюм		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	сахар		13	13		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
-	Хлеб ржаной		60	60	60	2,9	0,6	26,9	126,0	0,1	0,0	0,0	10,8	1,7
	ИТОГО					76,7	48,7	66,7	649,68	52,1	0,5	6,9	194,1	5,9
Уплотненный полдник														
195	Пудинг рисовый (манный, пшеничный)				150	56,8	32,1	43,2	300,54	44,0	0,2	1,3	132,3	1,4
	яйцо		1/2	20		1,5	4,6	0,3	62,8	0,0	0,2	0,0	22,0	1,0
	крупа		30	30		3,8	1,0	23,1	116,8	0,1	0,0	0,0	8,9	1,1
	молоко		150	150		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	сахар		11	11		23,4	0,0	0,0	11,0	43,	0,0	0,0	0,3	0,0
	Повидло		50	50		0,6	2,0	15,3	81,7	0,0	0,0	0,0	2,5	0,2
392	Чай с сахаром				200	23,4	0,0	0,0	11,0	43,9	0,1	0,0	38,7	0,1
	чай (заварка)		0,3	0,3		0,0	0,0	0,0	0,0		0,1	0,0	38,4	0,1
	сахар		15	15		23,4	0,0	0,0	11,0	43,9	0,0	0,0	0,3	0,0
-	Хлеб пшеничный		50	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
-	Соль за весь день		6	6	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	ФРУКТ		150	150	150	1,9	0,7	25,9	124,0	0,1	0,1	53,3	38,7	2,1
	ИТОГО					85,9	33,2	93,7	553,04	87,2	0,4	54,6	219,9	5,2
	ИТОГО за весь день					225,63	124,8	208,3	1698,46	183,14	1,4	106.1	738,6	14,8

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ ВТОРОЙ НЕДЕЛИ

ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЯ КАРТА №61

Наименование изделия: **Каша пшеничная молочная**

Номер рецептуры: **314**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Крупа пшеничная	30	30
Молоко	150	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	5	5
Выход	190	190

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
				0,096	0,246	1,95	180,7	1,0415

Технология приготовления:

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

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

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

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

Требования к качеству:

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

Консистенция: вязкая

Цвет: от желтого до кремового

Вкус: соответствует виду масла

Запах: каши из крупы данного вида с маслом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №2

Наименование изделия: **Кофейный напиток**

Номер рецептуры: **395**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Кофейный напиток	2	2
Сахар	15	15
Молоко	150	150
Выход	167	167

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
56,9	25,0	4,8	67,0	52,1	0,6	1,3	121,8	0,1

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-коричневый

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №3

Наименование изделия: **Бутерброд с маслом**

Номер рецептуры: **1**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Масло сливочное, или медовое	10	10
Хлеб пшеничный	50	50
Выход	60	60

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6

Технология приготовления:

Хлеб намазывают маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом

Консистенция: хлеба - мягкая, масла – мажущаяся

Цвет: соответствуют виду масла

Вкус: соответствует виду масла

Запах: масла в сочетании со свежим хлебом

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №4

Наименование изделия: **Соки (нектары) овощные, фруктовые и ягодные**

Номер рецептуры: **399**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Сок (нектар) в ассортименте	180-200	180-200
Выход	180-200	180-200

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1,2	0,2	2,3	10,6	0,1	0,0	42,0	25,0	1,7

Технология приготовления:

Нектар (сок), выпускаемый промышленностью, (разрешенное для детского питания) разливают в стаканы порциями по 180-200 мл непосредственно перед отпуском.

Требования к качеству:

Внешний вид: сок налит в стакан.

Консистенция: жидкая

Цвет: соответствуют нектару (соку)

Вкус: соответствует нектару (соку)

Запах: соответствует нектару (соку)

ОБЕД**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №62**

Наименование изделия: **Суп картофельный с пельменями «Бабушкин»**

Номер рецептуры: **88**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
мясо	50	50
мука	40	40
масло сливочное	5	5
лук	20	15
морковь	20	15
масло растительное	6	6
яйцо	1/4	10
Выход	151	141

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
13,1	13,8	15,7	264,54	0,0	0,1	5,2	23,0	2,1

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 минут до окончания варки кладут соль. Полуфабрикат пельменей варят в подсоленной воде или бульоне и кладут в суп при отпуске.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа – картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки. Пельмени одинакового размера, не разварившиеся.

Консистенция: картофеля и овощей мягкая; пельменей – мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей.

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

Вкус: отварных картофеля, овощей, пельменей, умеренно соленый.

Запах: продуктов, входящих в суп.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №63

Наименование изделия: **Омлет с зеленым горошком**

Номер рецептуры: **215**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порция	
	Брутто (г)	Нетто (г)
молоко	100	100
масло сливочное	5	5
яйцо	40	40
горошек консервир.	20	20
Выход	165	165

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
32,6	34,3	18,3	220,54	0,1	0,4	1,3	147,7	1,7

Технология приготовления

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

Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке: I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды; II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах; III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока ДО.

Яйцо разбивают, в яичную смесь добавляют молоко, соль, размешивают и слегка взбивают до образования пены. Зеленый горошек доводят до кипения в отваре при открытой крышке, отвар сливают, горошек охлаждают и вводят в омлетную смесь. Затем выливают в разогретую посуду, смазанную маслом слоем не более 2,5-3 см и запекают при температуре 180-200°С в течение 8-10 минут до образования румяной корочки

Омлет можно варить на пару в пароварочном аппарате.

Температура подачи +60...+65°С.

Требования к качеству

Внешний вид: омлетная масса с зеленым горошком.

Консистенция: пышная, сочная.

Цвет: желтый с зелеными вкраплениями зеленого горошка.

Вкус: свежих вареных яиц, молока, зеленого горошка и сливочного масла.

Запах: свежих вареных яиц, молока, зеленого горошка и сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №8

Наименование изделия: **Компот из сухофруктов.**

Номер рецептуры: **376**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Фрукты сушеные (смесь)	14	125
или чернослив	7	62,5
или курага	7	62,5
изюм	7	62,5
сахар	15	15
Выход	29	140

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,17		21,1	82,3	0,157	0,13	2,5	150,3	3,8845

Технология приготовления:

Плоды перебирают, крупные измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Сушеные груши варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу 10-20 минут, изюм 5-10 минут. Компот охлаждают. Добавляют лимонную кислоту. При отпуске в стакан кладут отварные плоды и заливают отваром. Температура подачи не ниже +15°C.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом соответствующих сухофруктов.

Запах соответствующих сухофруктов.

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №64

Наименование изделия: **Пудинг (запеканка) рисовый, манный, пшеничный**

Номер рецептуры: **195**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
яйцо	1/2	20
крупа	30	30
молоко	150	150
масло сливочное	5	5
сахар	11	11
Выход	216	216

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
56,8	32,1	43,2	300,54	44,0	0,2	1,3	132,3	1,4

Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек. Дробленые крупы, хлопья овсяные «Геркулес» не промывают.

Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке: I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды; II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах; III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока ДО.

Варят вязкую кашу охлаждают до 55-60°C, добавляют сахар, яйца. Противень смазывают маслом и посыпают сухарями. Половину каши укладывают ровным слоем в 1.5 см, на нее кладут предварительно подготовленные сухофрукты. Сверху раскладывают второй слой каши в 1.5 см (слой должен быть не более 2,5-3 см), поверхность смазывают смесью сырых яиц со

сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 220-280°C 20-30 мин до образования золотистой корочки. Отпускают запеканку с молоком сгущенным.

Температура подачи +60...+65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: порционные кусочки аккуратно нарезаны, политы повидлом или сгущенным молоком.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая.

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе – белый или желтоватый.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо.

Запах: крупы в сочетании с сухофруктами с повидлом или молоком сгущенными.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №28

Наименование изделия: **чай с сахаром**

Номер рецептуры: **392**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М: ДеЛи принт, 2010-628 с**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай-заварка	1	1
Сахар	15	15
Вода	150	150
Выход	166	166

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
23,4	0,0	0,0	11,0	43,9	0,1	0,0	38,7	0,1

Технология приготовления:

В чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в чашку или подают отдельно. При раздаче должен иметь температуру +60-+65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость золотисто - коричневого цвета.

Консистенция: жидкая

Вкус: сладкий, чуть терпкий

Цвет: золотисто - коричневый

Запах: свойственный чаю

Восьмой день: среда вторая неделя

№ реп.	Название блюда продуктов		Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Химический состав			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
						Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
168	Каша рисовая				200	32,8	30,1	32,9	227,84	0,1	0,2	1,3	129,7	1,2
	крупа рисовая		30	30		3,8	1,0	23,1	116,8	0,1	0,0	0,0	8,9	1,1
	молоко		150	150		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
400	Какао с молоком				200	52,9	25,3	5,0	70,8	43,8	0,2	1,3	122,9	0,5
	какао порошок		2	2		0,5	0,3	0,2	5,8	0,0	0,0	0,0	2,6	0,4
	сахар		11	11		23,4	0,0	0,0	11,0	43,8	0,0	0,0	0,3	0,0
	молоко		100	100		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
3	Хлеб пшеничн.с сыром				50/15	7,7	4,47	24,6	169,9	0,1	0,1	0,1	160,0	0,7
	сыр		15	15		3,9	4,0	0,0	52,4	0,0	0,1	0,1	150,0	0,1
	хлеб пшеничный		50	50		3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	ИТОГО					93,4	39,8	62,5	468,54	44,0	0,5	2,7	412,6	2,4
Второй завтрак														
383	Кисель		30	30	200	0,0	0,0	25,4	101,5	0,0	0,0	0,0	3,5	0,0
	кисель концентрат		21,6	21,6										
	сахар		10	10										
	лимонная кислота		0,02	0,02										
Обед														
74	Рассольник Ленинградский				250	3,4	1,7	21,9	141,2	0,1	0,1	28,0	34,6	1,4
	картофель		100	80		1,6	0,3	13,0	61,6	0,1	0,1	16,0	8,0	0,7
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	огурец соленый		40	40		0,5	0,1	2,3	12,1	0,0	0,0	6,8	11,6	0,3
	масло растительное		6	6		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	крупа перловая		5	5		0,8	0,2	4,6	23,4	0,0	0,0	0,0	1,8	0,2
	сметана		5	5		0,1	0,8	0,2	8,1	0,0	0,0	0,0	4,4	0,0
287	Тефтели мясные				80	16,9	17,7	9,0	262,34	0,0	0,1	2,6	17,1	2,7
	мясо		100	80		14,9	12,8	0,0	174,4	0,0	0,1	0,0	7,2	2,2
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	крупа рисовая		5	5		0,8	0,2	4,6	23,4	0,0	0,0	0,0	1,8	0,2
	мука		5	5		0,5	0,1	3,5	16,7	0,0	0,0	0,0	0,9	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0

	яйцо		1/4	10		0,5	0,5	0,0	6,3	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1
137	Рагу из овощей				170	2,8	0,7	18,2	115,7	0,1	0,1	31,4	34,2	1,4
	масло растительное		6	6		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	картофель		100	80		1,6	0,3	13,0	61,6	0,1	0,1	16,0	8,0	0,7
	капуста		80	60		0,8	0,1	3,4	18,1	0,0	0,0	10,2	17,4	0,5
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
372	Компот из свежих плодов				200	28,2	0,2	6,5	44,0	51,9	0,0	13,3	11,5	0,5
	яблоко		50	50		0,5	0,2	6,5	31,0	0,0	0,0	13,3	9,7	0,5
	сахар		13	13		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
-	Хлеб ржаной		60	60	60	2,9	0,6	26,9	126,0	0,1	0,0	0,0	10,8	1,7
	ИТОГО					54,2	20,9	82,5	689,24	52,2	0,3	75,3	108,2	7,7
Уплотненный полдник														
231	Сырники из творога				150	19,1	14,5	11,7	257,14	0,0	0,9	0,5	172,3	0,6
	творог		100	100		18,0	9,0	3,0	169,0	0,0	0,9	0,5	164,0	0,4
	мука		5	5		0,5	0,1	3,5	16,7	0,0	0,0	0,0	0,9	0,1
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	яйца		1/10	4		0,5	0,5	0,0	6,3	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	сметана		5	5		0,1	0,8	0,2	8,1	0,0	0,0	0,0	4,4	0,0
351	Соус молочный сладкий				50	2,0	5,5	10,9	100,74	0,0	0,1	0,7	61,7	0,2
	молоко		50	50		1,5	1,3	2,4	27,0	0,0	0,1	0,7	60,0	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	мука		5	5		0,5	0,1	3,5	16,7	0,0	0,0	0,0	0,9	0,1
400	Молоко кипяченое		200	200	200	5,8	5,0	9,6	108,0	0,1	0,3	2,6	240,0	0,2
-	Хлеб пшеничный		50	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
-	Соль за весь день		6	6	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	ИТОГО					30,7	25,4	56,8	583,38	0,2	1,3	3,8	484,2	1,6
	ИТОГО за весь день					178,3	106,17	227,2	1842,66	96,3	2,1	81,8	1008,5	11,7

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

ВОСЬМОЙ ДЕНЬ ВТОРОЙ НЕДЕЛИ

ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №55

Наименование изделия: **Каша рисовая молочная**

Номер рецептуры: **168**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Крупа рисовая	30	30
Молоко	150	150
Масло сливочное	5	5
Сахар	5	5
Выход	190	190

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
2,7	0,7	23,7	221,14	0,07	0,252	1,95	181,9	0,8815

Технология приготовления:

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

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

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

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

Требования к качеству:

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

Консистенция: вязкая

Цвет: от желтого до кремового

Вкус: соответствует виду масла

Запах: каши из крупы данного вида с маслом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №21

Наименование изделия: **Какао на молоке**

Номер рецептуры: **397**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Какао - порошок	2	2
Сахар	15	15
Молоко	140	140
Выход	157	157

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
4,4	4,8	23,4	145,6	0,058	0,216	1,82	169,4	0,3885

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока

Цвет: светло-шоколадный

Запах: свойственный какао

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №14

Наименование изделия: **Бутерброд с сыром**

Номер рецептуры: **3**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Хлеб пшеничный	55	55
Сыр	15	15
Выход	70	70

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3,78	3,95	-	51,75	0,0045	0,054	0,45	135	0,18

Технология приготовления: на ломтик пшеничного хлеба положить кусочек сыра.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, сверху – сыр прямоугольной или треугольной формы.

Консистенция: мягкая

Вкус: сыра и хлеба

Цвет: сыра и хлеба

Запах: свойственный свежим продуктам.

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №15

Наименование изделия: **Кисель**

Номер рецептуры: **383**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Кисель сухой	20	20
Сахар	10	10
Выход	30	30

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,02	0	18,4	73,68	-	-	-	0,2	0,003

Технология приготовления:

Брикет размять, тщательно перемешать с небольшим количеством холодной воды. Заварить кипятком при интенсивном помешивании. Довести до кипения. Общее количество воды на 220 гр. продукта 1,4 литра.

Требования к качеству:

Внешний вид: однородная прозрачная масса, без пленки на поверхности.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: свойственный используемому сырию.

Вкус: сладкий с кисловатым привкусом

Запах: свойственный используемому сырию.

ОБЕД**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №57**

Наименование изделия: **Рассольник со сметаной «Ленинградский»**

Номер рецептуры: **74**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Картофель	100	80
Крупа перловая	5	5
Лук репчатый	20	16
Морковь	20	16
Огурец, консервированный без уксуса	40	40
Зелень	3	1,8
Масло растительное	6	6
Сметана	5	5
Выход	199	169,8

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
2,5	4,6	18,8	127	9,5	0,73	3,62	30,54	16,071

Технология приготовления:

Перловую крупу промывают и варят до готовности. Очищенные морковь и лук мелко шинкуют и припускают на сливочном масле.

В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный брусочками или дольками, а через 10-15 минут припущенные овощи и огурцы, подготовленную крупу, соль, варят до готовности 5-6 минут. Перед окончанием варки добавляют прокипяченный рассол, отпускают с прокипяченной сметаной и мелко нарезанной зеленью.

Требования к качеству:

Внешний вид: состав жидкой части рассольника – огурцы без кожицы и семян, нарезанные ромбиками или соломкой, на поверхности блески жира, сметана, зелень.

Консистенция: овощей – мягкая, сочная, огурцов слегка хрустящая.

Цвет: жира – желтый на поверхности, овощей – натуральный.

Вкус: умерено соленый, умеренно кислый.

Запах: продуктов входящих в рассольник.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №57

Наименование изделия: **Тефтели мясные в сметано-томатном соусе**

Номер рецептуры: **287**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Яйцо	1/4	10
Мясо	100	80
Масло сливочное	5	5
Лук репчатый	20	16
Крупа рисовая	5	5
Выход	140	116

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
16,9	17,7	9,0	262,34	0,0	0,1	2,6	17,1	2,7

Технология приготовления:

Мясо дважды пропускают через мясорубку, добавляют соль, мелко нарезанный припущенный лук, отварной рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков по 3-4 штуки на порцию. Шарики панируют в муке, запекают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (12 - 16 гр. на порцию) и тушат 8-10 минут до готовности.

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

Требования к качеству:

Внешний вид: тефтели в виде шариков, поверхность без трещин, пропитаны соусом.

Консистенция: в меру плотная, сочная.

Цвет: тефтелей – коричневый, соуса – в зависимости от его вида.

Вкусы запах: продуктов входящих в блюдо, умеренно соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №7

Наименование изделия: **Соус сметано-томатный.**

Номер рецептуры: **355**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Сметана	11	11
Мука	5	5
Томатная паста	5	5
Выход	21	21

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		Са	Fe	В ₁	В ₂	С
0,8	1,8	3,9	34,5	10,6	0,1	0,0	0,0	0,0

Технология приготовления

Томатное пюре уваривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 минут. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

Требования к качеству:

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

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: светло-красный.

Вкусы запах: продуктов входящих в соус, умеренно соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №58

Наименование изделия: **Рагу овощное (3 вариант)**

Номер рецептуры: **344**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Картофель	100	80
Морковь	20	15
Лук репчатый	20	15
Капуста белокочанная	80	60
Масло сливочное	5	5
Выход	225	175

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3,2	4,22	26,6	116,3	2,58	0,156	33,7	53,381	1,87

Технология приготовления:

Нарезанные дольками и кубиками картофель, морковь, припущенный мелко нарезанный лук. Все овощи соединяют с томатным или сметанным соусом и тушат 10-15 минут. После этого добавляют припущенную нашинкованную соломкой капусту и продолжают тушить.

Требования к качеству

Внешний вид: овощи в соусе, сохраняющие форму нарезки.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: желто-оранжевый.

Вкус: овощам входящих в блюдо и соусу, умеренно соленый.

Запах: тушеных овощей

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №59

Наименование изделия: **Компот из свежих фруктов**

Номер рецептуры: **372**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Яблоки	50/25	50
Груши	50/25	50
Сахар	15	15
Выход	115	115

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
28,2	0,2	6,5	44,0	51,9	0,0	13,3	11,5	0,5

Технология приготовления:

Яблоки, груши моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут, и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят на слабом огне не более 6-8 минут.

Требования к качеству:

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки, груши зачищены от сердцевин и плодоножек.

Консистенция: компота – жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: присущий вареным плодам в сиропе.

Вкус: кисло-сладкий

Запах: фруктов – концентрированный, приятный.

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №60

Наименование изделия: **Сырники из творога**

Номер рецептуры: **231**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
творог	100	100
мука	5	5
сахар	5	5
яйца	1/10	4
масло сливочное	5	5
сметана	5	5
Выход	126	126

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
19,1	14,5	11,7	257,14	0,0	0,9	0,5	172,3	0,6

Технология приготовления

Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке: I – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды; II – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах; III – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока ДО.

В протертый творог добавляют 2/3 муки от указанной в рецептуре, сырые яйцо, соль. Массу перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см. Запекают сырники 20-30 минут при температуре 220-280°С до готовности. Отпускают готовые сырники с молоком гущеным.

Температура подачи +60...+65°С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма круглая, приплюснутая, без трещин, политы молоком гущеным.

Консистенция: однородная, мягкая, сочная.

Цвет: коричневым.

Вкус: творога.

Запах: слабовыраженный запах творога.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №10

Наименование изделия: **Соус сладкий молочный.**

Номер рецептуры: **351**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто (г)	Нетто (г)
молоко	50	50
масло сливочное	5	5
сахар	5	5
мука	5	5
Выход	65	65

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
2,0	5,5	10,9	100,74	0,0	0,1	0,7	61,7	0,2

Технология приготовления:

Просеянную муку просушивают 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 минут 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.

Требования к качеству:

Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков, неразварившейся муки, пленки и всплывшего жира.

Консистенция: полужидкая, эластичная, нежная.

Цвет: кремовый.

Вкус: нежный, сладкий, молочный.

Запах: кипяченого молока, аромат ванилина.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №11

Наименование изделия: **Молоко кипяченое**

Номер рецептуры: **255**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	200	200
Выход		200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
5,8	5	9,6	108	0,08	0,3	2,6	240	0,2

Технология приготовления

Молоко кипятят не более 2-3 минут в посуде, предназначенной для этих целей, а затем охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи не ниже +15°С.

Требования к качеству

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности.

Цвет: белый, с кремовым оттенком.

Вкус: характерный для кипяченого молока, сладковатый.

Запах: кипяченого молока, приятный.

Консистенция: жидкая.

День девятый: четверг неделя вторая

№ реп.	Название блюда продуктов	3	Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Химический состав			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
						Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
205	Макаронные изделия отварные с маслом и сыром				170	8,3	8,6	28,2	224,74	0,1	0,1	0,1	158,2	0,7
	макаронные изделия		40	40		4,4	0,5	28,2	135,2	0,1	0,0	0,0	7,6	0,6
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	сыр		15	15		3,9	4,0	0,0	52,5	0,0	0,1	0,1	150,0	0,1
398	Напиток из плодов шиповника				200	23,9	0,1	8,7	49,3	43,9	0,0	0,5	16,5	0,6
	плоды шиповника сушеные		20	20		0,5	0,1	8,7	38,3	0,0	0,0	0,5	16,2	0,6
	сахар		15	15		23,4	0,0	0,0	11,0	43,9	0,0	0,0	0,3	0,0
1	Хлеб пшенич. с маслом				50/10	3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6
	масло сливочное		10	10		0,1	8,3	0,1	74,8	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0
	хлеб пшеничный		50	50		3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	ИТОГО					39,9	17,3	52,9	430,04	52,1	0,2	0,1	209,60	1,4
Второй завтрак														
399	Нектар		200	200	200	1,2	0,2	2,3	10,6	0,1	0,0	42,0	25,0	1,7
Обед														
15	Салат из свежих овощей				60	1,5	4,2	6,4	69,2	0	0	3,4	31,9	0,9
	помидоры		50	48		0,7	0,1	2,9	15,1	0	0	0,85	14,5	0,4
	огурцы		50	48		0,7	0,1	2,9	15,1	0	0	0,85	14,5	0,4
	лук		10	8		0,1	0	0,6	3,0	0	0	1,7	2,9	0,1
	масло растительное		4	4		0	4,0	0	36,0	0	0	0	0	0
77	Суп картофельный со сметаной				250	2,3	2,3	15,2	115,4	0,1	0,1	21,2	26,5	0,9
	картофель		100	80		1,6	0,3	13,0	61,6	0,1	0,1	16,0	8,0	0,7
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	масло растительное		3	3		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	сметана		11	11		0,3	1,7	0,4	17,8	0,0	0,0	0,0	9,7	0,0

255	Котлеты рыбные				80	16,9	18,2	4,5	248,34	0,0	0,1	2,6	18,6	2,7
	рыба		100	60		14,9	12,8	0,0	174,4	0,0	0,1	0,0	7,2	2,2
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	яйцо		1/10	4		1,3	1,2	0,1	15,7	0,0	0,0	0,0	5,5	0,3
	мука		5	5		0,5	0,1	3,5	16,7	0,0	0,0	0,0	0,9	0,1
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
315	Рис отварной				170	4,3	5,3	26,4	170,44	0,1	0,0	0,0	10,8	1,2
	крупа рисовая		40	40		4,3	1,2	26,4	133,4	0,1	0,0	0,0	10,2	1,2
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
376	Компот из сухофруктов				200	23,8	0,0	5,8	36,6	43,9	0,0	0,4	11,1	0,4
	курага		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	чернослив		8	16		0,2	0,0	2,9	12,8	0,0	0,0	0,2	5,4	0,2
	сахар		13	13		23,4	0,0	0,0	11,0	43,9	0,0	0,0	0,3	0,0
-	Хлеб ржаной		60	60	60	2,9	0,6	26,9	126,0	0,1	0,0	0,0	10,8	1,7
	ИТОГО					51,7	30,6	85,2	765,98	44,2	0,2	27,6	109,7	7,8
Уплотненный полдник														
140	Котлеты морковные со сгущенным молоком				150	5,5	11,0	26,4	228,04	0,1	0,1	34,0	68,1	2,4
	морковь		200	180		2,6	0,3	11,4	60,3	0,1	0,1	34,0	58,0	1,6
	крупа манная		15	15		1,6	0,4	9,9	50,0	0,0	0,0	0,0	3,8	0,5
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	яйцо		1/10	4		1,3	1,2	0,1	15,7	0,0	0,0	0,0	5,5	0,3
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	масло растительное		5	5		0,0	5,0	0,0	45,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сгущенное молоко		50	50			-	-	-	-	-	-	-	-
400	Молоко кипяченое		200	200	200	5,8	5,0	9,6	108,0	0,1	0,3	2,6	240,0	0,2
-	Хлеб пшеничный		50	50	50	3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
-	Соль за весь день		6	6	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	ФРУКТ		150	150	150	1,9	0,7	25,9	124,0	0,1	0,1	53,3	38,7	2,1
	ИТОГО					17,0	17,1	86,5	577,54	0,4	0,5	89,9	357,0	5,3
	ИТОГО за день					109,8	65,2	226,9	1787,16	96,8	0,9	159,6	701,3	16,2

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ ВТОРОЙ НЕДЕЛИ

ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №18

Наименование изделия: **Макаронные изделия с сыром и сливочным маслом**

Номер рецептуры: **205**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Макаронные изделия	40	40
Масло сливочное	5	5
Сыр	10	10
Выход	55	55

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
4,5	4,4	31,41	187	0,1	0,037	-	20,2	4,01

Технология приготовления:

Макаронные изделия отваривают. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом. Сверху присыпают тертым сыром.

Требования к качеству:

Внешний вид: макароны уложены горкой, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга. Сверху макарон выкладывается тертый сыр.

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: отварных макаронных изделий и сливочного масла, умеренно соленый.

Запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла с сыром.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №37

Наименование изделия: **Напиток из шиповника**

Номер рецептуры: **398**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Шиповник	20	15
Сахар	15	15
Выход	35	30

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
23,9	0,1	8,7	49,3	43,9	0,0	0,5	16,5	0,6

Технология приготовления:

Плоды шиповника промывают холодной водой, заливают кипятком и варят при закрытой крышке и слабом кипении 10 минут, добавляют сахар, затем оставляют для настаивания на 2-4 часа, после этого отвар процеживают.

Требования к качеству:

Внешний вид: напиток налит в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: темно-красный.

Вкус: кисло-сладкий с привкусом плодов шиповника

Запах: шиповника.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №3

Наименование изделия: **Бутерброд с маслом**

Номер рецептуры: **1**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Масло сливочное, или медовое	10	10
Хлеб пшеничный	50	50
Выход	60	60

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6

Технология приготовления:

Хлеб намазывают маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом

Консистенция: хлеба - мягкая, масла – мажущаяся

Цвет: соответствуют виду масла

Вкус: соответствует виду масла

Запах: масла в сочетании со свежим хлебом

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №4

Наименование изделия: **Соки (нектары) овощные, фруктовые и ягодные**

Номер рецептуры: **399**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Сок (нектар) в ассортименте	180-200	180-200
Выход	180-200	180-200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1,2	0,2	2,3	10,6	0,1	0,0	42,0	25,0	1,7

Технология приготовления:

Нектар (сок), выпускаемый промышленностью (разрешенное для детского питания,) разливают в стаканы порциями по 180-200 мл непосредственно перед отпуском.

Требования к качеству:

Внешний вид: сок налит в стакан.

Консистенция: жидкая

Цвет, вкус, запах: соответствуют нектару (соку)

ОБЕД

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №67

Наименование изделия: **Салат из свежих овощей**

Номер рецептуры: **15**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Помидор	50	48
Огурцы	50	48
Лук зеленый	10	8
Масло растительное	4	4
Выход	114	108

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1,5	4,2	6,4	69,2	0	0	3,4	31,9	0,9

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.

Требования к качеству:

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны тонкими ломтиками, лук мелко нашинкован. Овощи уложены горкой и заправлены растительным маслом.

Консистенция: помидоров и огурцов – упругая, лука - сочная

Цвет: помидоров – красный, розовый, а также желтый (для желтоплодных сортов); огурцов неочищенных - белый с зеленой каймой, очищенных - белый

Вкус: продуктов, входящих в состав салата, умеренно соленый

Запах: свежих помидоров, огурцов и лука в сочетании с растительным маслом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №66

Наименование изделия: **Суп картофельный со сметаной**

Номер рецептуры: **77**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Картофель	180	126
Лук репчатый	10	8
Морковь	20	16
Зелень	3	1,8
Масло сливочное	3	3
Сметана	10	10
Выход	226	164,8

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3,1	4,8	24	151,36	2,65	0,18	28,73	34,14	3,111

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 минут до окончания варки кладут соль.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель и овощи, нарезанные кубиками

Консистенция: картофель, коренья – мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: картофеля, припущенных овощей, умеренно соленый

Запах: овощей входящих в состав супа

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №67

Наименование изделия: **Котлета рыбная паровая**

Номер рецептуры: **255**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	1 порция	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Рыба треска	70	63
Лук репчатый	10	8
Яйцо	5,8	5,2
Мука пшеничная	3	3
Масло растительное	4	4
Хлеб пшеничный	10	10
Выход	102,8	93,2

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
16,9	18,2	4,5	248,34	0,0	0,1	2,6	18,6	2,7

Технология приготовления:

Филе рыбы дважды измельчают вместе с замоченным в молоке или воде хлебом пшеничным, кладут яйцо, хорошо вымешивают, формируют, варят на пару 20-30 минут.

Требования к качеству:

Внешний вид: котлеты овально- приплюснутой формы с заостренным концом, сбоку гарнир

Консистенция: сочная, нежная, однородная

Цвет: светло - серый

Вкус: продуктов, входящих в блюдо

Запах: рыбы и продуктов, входящих в блюдо

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №68

Наименование изделия: **Рис отварной**

Номер рецептуры: **315**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях.** /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Крупа рисовая	35	35
Масло сливочное	5	5
Подлива		
Морковь	20	16
Томат	3	3
Мука пшеничная	3	3
Лук репчатый	2	1,8
Выход	70	63,8

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
4,3	5,3	26,4	170,44	0,1	0,0	0,0	10,8	1,2

Технология приготовления:

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 литров воды, 60 гр. соли на один кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом, перемешивают и прогревают.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы – целые, хорошо набухшие, легко разделяются.

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная, сочная, нежная

Цвет: от белого до кремового

Вкус и запах: отварного риса с маслом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №8

Наименование изделия: **Компот из сухофруктов.**

Номер рецептуры: **376**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Фрукты сушеные (смесь)	14	125
или чернослив	7	62,5
или курага	7	62,5
изюм	7	62,5
сахар	15	15
Выход	29	140

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,17		21,1	82,3	0,157	0,13	2,5	150,3	3,8845

Технология приготовления:

Плоды перебирают, крупные измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Сушеные груши варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу 10-20 минут, изюм 5-10 минут. Компот охлаждают. Добавляют лимонную кислоту. При отпуске в стакан кладут отварные плоды и заливают отваром. Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом соответствующих сухофруктов.

Запах: соответствующих сухофруктов.

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №11

Наименование изделия: **Котлеты морковные**

Номер рецептуры: **140**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
морковь	200	180
крупа манная	15	15
сахар	5	5
яйцо	1/10	4
масло сливочное	5	5
масло растительное	5	5
Выход	234	214

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
5,5	11,0	26,4	228,04	0,1	0,1	34,0	68,1	2,4

Технология приготовления

Морковь нарезают тонкой соломкой или пропускают через овощерезку, затем её припускают с маслом или в молоке с добавлением воды. Перед окончанием припускания всыпают тонкой струйкой манную крупу, хорошо размешивают и доводят до готовности.

Полученную массу охлаждают до 40-50 С, добавляют соль, яйца, протертый творог, перемешивают, формируют котлеты (по 2-3 шт. на порцию), панируют в сухарях или муке, укладывают на смазанный маслом лист и запекают в жарочном шкафу до готовности. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом или соусом молочным или сметанным, или гущеным молоком.

Требования к качеству:

Внешний вид: форма овально – приплюснутая с одним заостренным концом, поверхность без трещин.

Консистенция: мягкая, корочки – хрустящая.

Цвет: поверхности светло-коричневый, на разрезе желто-оранжевый.

Вкус: свойственный моркови.

Запах: свойственный запеченной моркови.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №11

Наименование изделия: **Молоко кипяченое**

Номер рецептуры: **255**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	200	200
Выход		200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
5,8	5	9,6	108	0,08	0,3	2,6	240	0,2

Технология приготовления

Молоко кипятят не более 2-3 минут в посуде, предназначенной для этих целей, а затем охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности.

Консистенция: жидкая.

Цвет: белый, с кремовым оттенком.

Вкус: характерный для кипяченого молока, сладковатый.

Запах: кипяченого молока, приятный.

День десятый: пятница неделя вторая

№ реп.	Название блюд и продуктов	3	Брутто (г)	Нетто (г)	Масса порции (г)	Химический состав			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
						Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
168	Каша гречневая				200	32,8	30,1	32,9	227,84	0,1	0,2	1,3	129,7	1,2
	крупа гречневая		35	35		3,8	1,0	23,1	116,8	0,1	0,0	0,0	8,9	1,1
	молоко		150	150		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	сахар		5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	масло сливочное		5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
397	Какао с молоком				200	52,9	25,3	5,0	70,8	43,8	0,2	1,3	122,9	0,5
	какао порошок		2	2		0,5	0,3	0,2	5,8	0,0	0,0	0,0	2,6	0,4
	сахар		11	11		23,4	0,0	0,0	11,0	43,8	0,0	0,0	0,3	0,0
	молоко		100	100		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
1	Хлеб пшеничный с маслом				50/10	3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6
	масло сливочное		10	10		0,1	8,3	0,1	74,8	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0
	хлеб пшеничный		50	50		3,8	0,4	24,6	117,5	0,1	0,0	0,0	10,0	0,6
	ИТОГО					89,6	64,1	62,6	490,94	44,0	0,4	2,6	263,8	2,3
Второй завтрак														
383	Кисель		30	30	200	0,0	0,0	25,4	101,5	0,0	0,0	0,0	3,5	0,0
	кисель концентрат		21,6	21,6										
	сахар		9	9										
	лимонная кислота		0,02	0,02										
	Кондитерка		30	30	30	1,8	5,9	46,0	245,0	0,1	0,0	0,0	7,4	0,6
	ИТОГО					25,7	6,0	54,7	294,3	44,0	0,0	0,5	23,9	1,2
Обед														
57	Борщ со сметаной				250	3,1	2,4	18,6	133,5	0,1	0,1	31,4	43,9	1,4
	свекла		100	60										
	картофель		100	80		1,6	0,3	13,0	61,6	0,1	0,1	16,0	8,0	0,7
	лук		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь		20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	капуста		80	60		0,8	0,1	3,4	18,1	0,0	0,0	10,2	17,4	0,5
	масло растительное		3	3		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	томатная паста		5	5		-	-	-	-	-	-	-	-	-
	сметана		11	11		0,3	1,7	0,4	17,8	0,0	0,0	0,0	9,7	0,0

291	Запеканка картофельная с мясом			160	18,9	17,1	42,6	423,94	0,3	0,3	55,2	42,9	4,5
	мясо	70	50		13,0	11,2	0,0	152,6	0,0	0,1	0,0	6,3	1,9
	масло сливочное	5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	картофель	200	136		5,0	1,0	40,8	192,0	0,3	0,2	50,0	25,0	2,3
	лук	20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	морковь	20	15		0,2	0,0	0,9	4,5	0,0	0,0	2,6	4,4	0,1
	яйцо	1/10	4		0,5	0,5	0,0	6,3	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1
масло растительное	3	3		0,0	0,3	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
355	Соус сметано-томатный			50	0,8	1,8	3,9	34,5	0,0	0,0	0,0	10,6	0,1
	сметана	11	11		0,3	1,7	0,4	17,8	0,0	0,0	0,0	9,7	0,0
	мука	5	5		0,5	0,1	3,5	16,7	0,0	0,0	0,0	0,9	0,1
	томатная паста	5	5		-	-	-	-	-	-	-	-	-
372	Компот из свежих плодов			200	28,2	0,2	6,5	44,0	51,9	0,0	13,3	11,5	0,5
	яблоко	50	50		0,5	0,2	6,5	31,0	0,0	0,0	13,3	9,7	0,5
	сахар	13	13		27,7	0,0	0,0	13,0	51,9	0,0	0,0	1,8	0,0
-	Хлеб ржаной	60	60	60	2,9	0,6	26,9	126,0	0,1	0,0	0,0	10,8	1,7
	ИТОГО				53,7	22,1	98,5	761,94	52,4	0,4	99,9	119,7	8,2
Уплотненный полдник													
459	Пирог открытый			130	38,7	39,6	74	519,64	0,1	0,4	1,3	158,7	2,2
	мука	100	100		7,2	0,8	48,3	233,8	0,1	0,0	0,0	12,6	0,8
	молоко	50	50		29,0	25,0	4,8	54,0	0,0	0,2	1,3	120,0	0,1
	масло сливочное	5	5		0,0	4,1	0,0	37,04	0,0	0,0	0,0	0,6	0,0
	яйцо	1/10	4		1,5	4,6	0,3	62,8	0,0	0,2	0,0	22,0	1,0
	сахар	5	5		0,0	0,0	5,0	20,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	дрожжи	2,5	2,5		0,4	0,1	0,3	3,3	0,0	0,0	0,0	0,8	0,1
	масло растительное	3	3		0,0	3,0	0,0	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Повидло	40	40		0,6	2,0	15,3	81,7	0,0	0,0	0,0	2,5	0,2
400	Молоко кипяченое	200	200	200	5,8	5,0	9,6	108,0	0,1	0,3	2,6	240,	0,2
-	Соль за весь день	6	6	6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,2	0,0
	ФРУКТ	150	150	150	1,9	0,7	25,9	124,0	0,1	0,1	53,3	38,7	2,1
	ИТОГО				46,4	45,3	109,5	751,67	0,3	0,8	57,2	437,6	4,5
	ИТОГО за весь день:				215,4	137,5	325,3	2298,82	140,7	1,6	160,2	845,0	16,2

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ ВТОРОЙ НЕДЕЛИ

ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №70

Наименование изделия: **Каша гречневая молочная**

Номер рецептуры: **314**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Крупа гречневая	30	30
Молоко	150	150
Масло сливочное	5	5
Сахар	5	5
Выход	190	190

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
8	9,7	30,6	242	0,19	0,29	1,95	181,84	2,1115

Технология приготовления:

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

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

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

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

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству:

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

Консистенция: вязкая

Цвет: от желтого до кремового

Вкус: соответствует виду масла

Запах: каши из крупы данного вида с маслом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №3

Наименование изделия: **Бутерброд с маслом**

Номер рецептуры: **1**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Масло сливочное, или медовое	10	10
Хлеб пшеничный	50	50
Выход	60	60

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3,9	8,7	24,7	192,3	0,1	0,0	0,0	11,2	0,6

Технология приготовления:

Хлеб намазывают маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом

Консистенция: хлеба - мягкая, масла – мажущаяся

Цвет: соответствуют виду масла

Вкус: соответствует виду масла

Запах: масла в сочетании со свежим хлебом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №21

Наименование изделия: **Какао на молоке**

Номер рецептуры: **397**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Какао - порошок	2	2
Сахар	15	15
Молоко	140	140
Выход	157	157

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
4,4	4,8	23,4	145,6	0,058	0,216	1,82	169,4	0,3885

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

Внешний вид: жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан.

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-шоколадный

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока

Запах: свойственный какао

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №15

Наименование изделия: **Кисель**

Номер рецептуры: **383**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Кисель сухой	20	20
Сахар	10	10
Выход	30	30

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
0,02	0	18,4	73,68	-	-	-	0,2	0,003

Технология приготовления:

Брикет размять, тщательно перемешать с небольшим количеством холодной воды. Заварить кипятком при интенсивном помешивании. Довести до кипения. Общее количество воды на 220 гр. продукта 1,4 литра.

Требования к качеству:

Внешний вид: однородная прозрачная масса, без пленки на поверхности.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: свойственный используемому сырью.

Вкус: сладкий с кисловатым привкусом.

Запах: свойственный используемому сырью.

ОБЕД

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №71

Наименование изделия: **Борщ со сметаной на мясном бульоне**

Номер рецептуры: **62**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Свекла	100	80
Картофель	100	70
Лук репчатый	20	15
Морковь	20	15
Зелень	3	1,8
Капуста	80	60
Масло сливочное	3	3
Сметана	10	10
Томат	3	3
Выход	339	257,8

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
3,1	2,4	18,6	133,5	0,1	0,1	31,4	43,9	1,4

Технология приготовления:

Свеклу, капусту, лук нарезают соломкой, картофель – брусочками. Свеклу припускают с томатом, морковь и лук припускают. В кипящий бульон последовательно закладывают картофель, капусту, варят до полуготовности, затем добавляют припущенные овощи, соль и варят 10 минут. Сметану добавляют в готовый суп и доводят до кипения.

Мясо дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и

высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3,5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куску на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75°C в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут пассированные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, раствор лимонной кислоты, сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом и со сметаной.

Температура подачи +60...+65°C.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части борща овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель – брусочками).

Консистенция: свекла и овощи мягкие, капуста свежая – упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: малиново – красный, жира на поверхности - оранжевый.

Вкус: кисло – сладкий, умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №72

Наименование изделия: **Мясо отварное**

Номер рецептуры: **273**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Мясо	100	70
Лук репчатый	10	8
Масло растительное	3	3
Томат	3	3
Морковь	30	24
Выход	146	108

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
16	10,5	3,4	172,5	2,54	0,186	1,203	18,55	2,86

Технология приготовления:

Мясо варят кусками массой не более 1,5 кг и толщиной не более 8 см в течение 2-х часов. За 30 минут до конца варки кладут крупно нарезанные морковь, репчатый лук. Соль добавляют в конце варки из расчета 5 гр. на 1 кг мяса. Готовность мяса определяют поварской иглой. Бульон, в котором варились мясо, используют для приготовления супов или соусов, в данном рецепте с томатной пастой.

Требования к качеству:

Внешний вид: отварное мясо, нарезанное поперек волокон.

Консистенция: мягкая, нежная, сочная.

Цвет: от серого до темно-серого.

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №73

Наименование изделия: **Запеканка картофельная с мясом**

Номер рецептуры: **291**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Картофель	200	136
Молоко	50	50
Яйцо	1/4	10
Мясо	100	70
Масло сливочное	2	2
Масло растительное	4	4
Лук репчатый	20	15
Морковь	20	15
Выход	406	302

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
18,9	17,1	42,6	423,94	0,3	0,3	55,2	42,9	4,5

Технология приготовления:

Мясо варят. Пропускают через мясорубку, добавляют припущенный лук. Протертый картофель делят на две равные части. Одну часть кладут на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, разравнивают, кладут измельченные мясопродукты с луком, а на них оставшуюся часть картофеля. После разравнивания изделие посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают.

При отпуске запеканку нарезают по одному куску на порцию. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом или соусом сметанным, сметанным с томатом.

Требования к качеству

Внешний вид: запеканка сохраняет форму, порционные куски политы маслом или соусом, сбоку - гарнир.

Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Консистенция: нежная, сочная, однородная.

Цвет: продуктов, входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №7

Наименование изделия: **Соус сметано-томатный.**

Номер рецептуры: **355**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Сметана	11	11
Мука	5	5
Томатная паста	5	5
Выход	21	21

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		Са	Fe	В1	В2	С
0,8	1,8	3,9	34,5	10,6	0,1	0,0	0,0	0,0

Технология приготовления

Томатное пюре уваривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 минут. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

Требования к качеству:

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

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: светло-красный.

Вкус и запах: продуктов входящих в соус, умеренно соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №59

Наименование изделия: **Компот из свежих фруктов**

Номер рецептуры: **372**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Яблоки	50/25	50
Груши	50/25	50
Сахар	15	15
Выход	115	115

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
28,2	0,2	6,5	44,0	51,9	0,0	13,3	11,5	0,5

Технология приготовления:

Яблоки, груши моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут, и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят на слабом огне не более 6-8 минут.

Требования к качеству:

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки, груши зачищены от сердцевины и плодоножек.

Консистенция: компота – жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: присущий вареным плодам в сиропе.

Вкус: кисло-сладкий

Запах: фруктов – концентрированный, приятный.

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №74

Наименование изделия: **Пирог открытый**

Номер рецептуры: **459**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. /Под ред. М.П. Могильного, В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Мука пшеничная	100	100
Молоко	50	50
Сахар	5	5
Яйцо	1/4	10
Масло сливочное	5	5

Дрожжи	1	1
Масло растительное	3	3
Повидло	40	40
Выход	204	204

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
38,7	39,6	74	519,64	0,1	0,4	1,3	158,7	2,2

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто, раскатывают в пласт толщиной в 1 см, кладут на смазанный маслом лист и выравнивают. Поверхность покрывают слоем повидла или джема и выпекают при температуре 220-250 градусов 10-15 минут. Охлажденные пироги нарезают на порционные куски массой 100-130 гр.

Требования к качеству:

Внешний вид: куски прямоугольной формы, поверхность блестящая, глянцевая.

Консистенция: мягкая, пышная.

Цвет: от желтого до светло-коричневого.

Вкус и запах: выпеченного изделия из дрожжевого теста и повидла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №75

Наименование изделия: **Тесто дрожжевое**

Номер рецептуры: **453**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях. Под ред. М.П.Могильного и В. А. Тутельяна. - М: ДеЛи принт,2010-628 с**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука высшего сорта	28	28
Сахар	2	2
Масло сливочное	3	3
Меланж	3	3
Соль	0.3	0.3
Дрожжи	1	1
Вода	7	7
Выход	44,3	44,3

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Минеральные вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		Са	Fe	В ₁	В ₂	С
3.5	3.2	21.2	127.4	10.6	0.7	0.08	0.04	-

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто готовят двумя способами – опарным и без опарным. Безопарным способом готовят тесто преимущественно для изделий с малым содержанием сдобы (сахар, масло слив.).

Опарным - для изделий с большим содержанием сдобы (тесто дрожжевое, сдобное).

Требования к качеству:

Внешний вид: тесто пышное, хорошо промешанное

Консистенция: равномерно пористая, эластичная

Цвет: кремовый

Вкус: сырого дрожжевого теста

Запах: сырого дрожжевого теста

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №11

Наименование изделия: **Молоко кипяченое**

Номер рецептуры: **255**

Наименование сборника рецептов: **Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов на 1 порцию	
	Брутто (г)	Нетто (г)
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	200	200
Выход		200

В 100 граммах данного блюда содержится:

Пищевые вещества, (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
5,8	5	9,6	108	0,08	0,3	2,6	240	0,2

Технология приготовления:

Молоко кипятят не более 2-3 минут в посуде, предназначенной для этих целей, а затем охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи не ниже +15° С.

Требования к качеству:

Внешний вид: молоко без пленки на поверхности.

Консистенция: жидкая.

Цвет: белый, с кремовым оттенком.

Вкус: характерный для кипяченого молока, сладковатый.

Запах: кипяченого молока, приятный.

**Примерная сводная ведомость
по стоимости, химическому составу, энергетической ценности, витаминам, минеральным веществам по дням:**

Общая	Средняя стоимость дня	Химический состав			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
		Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)		В1	В2	С	Са	Fe
Итого за 1 день	98,31	169,9	111,4	203,1	1709,1	104,8	1,5	89,0	752	12,6
Итого за 2 день	108,02/88,99	188,9	116,2	267,6	2127,43	104,5	2,2	83,7	1068,3	13,0
Итого за 3 день	91,06	180,6	97,1	202,1	1581,08	148,5	0,9	142,6	492,4	14,4
Итого за 4 день	89,76	192,3	96,3	208,3	1671,18	140,1	1,1	136,9	622,5	14,7
Итого за 5 день	76,82	226,3	136,67	250,6	2031,62	140,8	2,0	82,4	975,6	13,6
Итого за 6 день	77,67	128,3	69,5	224,2	1800,16	104,8	2,3	137,1	995,5	12
Итого за 7 день	89,72	178,3	106,1	227,2	1842,66	96,3	2,1	81,8	1008,5	11,7
Итого за 8 день	76,37	225,63	124,8	208,3	1698,46	183,14	1,4	106,1	738,6	14,8
Итого за 9 день	77,37	109,8	65,2	226,9	1784,16	96,8	0,9	159,6	701,3	16,2
Итого за 10 день	82,29	215,4	137,5	325,3	2298,82	140,7	1,6	160,2	845,0	16,2
Среднее потребление за 10 дней	86,74/84,84	181,54	106,1	234,36	1854,47	126,04	1,6	117,94	819,97	13,92

**Примерный расчет рациона при 12-ти часовом пребывании по дням:
факт калорийности и % от суточной нормы в соответствии с приемом пищи**

	Завтрак		Второй завтрак		Обед		Уплотненный полдник	
	факт	процент	факт	процент	факт	процент	факт	процент
1 день	470,44	28%	10,6	1%	690,04	40%	538,02	31%
2 день	447,94	22%	226,6	10%	776,51	36%	676,38	32%
3 день	490,94	31%	10,6	1%	772,44	48%	307,1	20%
4 день	440,04	26%	124,0	7%	623,7	37%	483,44	30%
5 день	445,94	22%	125,1	6%	802,94	39%	657,64	33%
6 день	410,94	23%	10,6	1%	795,24	44%	583,38	32%
7 день	468,54	25%	101,5	6%	689,24	37%	583,38	31%
8 день	485,14	29%	10,6	1%	649,68	38%	553,04	32%
9 день	430,04	24%	10,6	1%	765,98	43%	577,54	32%
10 день	490,94	21%	294,3	12%	761,94	35%	751,64	32%
Среднее потребление	458,09	(25,1)25%	92,40	(4,6)5%	732,8	(39,7)40%	571,16	(30,5)30%

