

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ №5  
им. Героя России Клещенко В.П.  
Е.В. Воронина  
« 30 » марта 2026г.

**10-дневное меню**  
**лагеря с дневным пребыванием,**  
**детей 12-17 лет**  
**(шестичасовой режим функционирования)**  
**организованным муниципальным бюджетным**  
**общеобразовательным учреждением города Торжка**  
**Тверской области "Средняя общеобразовательная школа №5**  
**имени Героя Российской Федерации Клещенко Василия**  
**Петровича"**

Торжок 2026г.

**10-дневное меню летнего лагеря с дневным пребыванием детей (детей 12-17лет)  
на базе МБОУ СОШ №5 им. Героя России Клещенко В.П.**

<b>День 1</b>						
<b>№ рец.</b>	<b>Прием пищи, наименование блюда</b>	<b>Масса порции, г</b>	<b>Пищевые вещества, г</b>			<b>Энергетическа я ценность, ккал</b>
			<b>жиры</b>	<b>белки</b>	<b>углеводы</b>	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
134	Каша «Дружба» с маслом сливочным	220	9,87	6,19	24,12	211,65
130	Кофейный напиток с молоком	200	5,48	5	17,78	141,2
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром (мдж 45%)	20\20\40	11,91	6,53	12,31	170,5
						523,35
	<b>ОБЕД</b>					
71	Помидоры свежие	80	3,2	1,95	5,24	68,2
104	Суп картофельный с рисом с фрикадельками	250	11,2	9,73	6,28	164,43
125	Котлеты из птицы	100	11,61	9,77	9,88	165,83
309	Макароны отварные с м\сл.	180	3,78	6,66	30,01	191,76
122	Кисель фруктовый	200	0,14	0,18	19,22	112,36
148	Хлеб ржаной	50	0,6	3,3	17,1	82,7
147	Хлеб пшеничный	50	0,45	3,8	23,35	106,8
						892,08
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>58,24</b>	<b>53,11</b>	<b>160,29</b>	<b>1415,43</b>

День 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал
			жиры	белки	углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
275	Сосиски, отварные говяжьи для дошкольного и школьного питания по ГОСТ	90	12,04	9,88	0	175,57
6	Рис отварной	180	4,07	3,98	25,43	177,62
138	Чай с молоком	200	6,1	5,7	23,52	175,3
147	Хлеб пшеничный	40	0,36	3,04	18,68	85,44
						584,33
	<b>ОБЕД</b>					
71	Огурцы свежие	80	1,68	0,39	2,54	54,75
43	Суп рыбный (треска или консервы рыбные)	250	7,35	5,95	15,82	153,53
283	Котлеты (биточки) рыбные	100	3,750 6	7,168 7	5,6392	60,55
131	Пюре картофельное	200	3,52	3,33	19,31	118,88
338	Компот из свежих фруктов	200	0,14	0,14	23,4	96,34
148	Хлеб ржаной	50	0,6	3,3	17,1	82,7
147	Хлеб пшеничный	50	0,45	3,8	23,35	106,8
						673,55
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		40,06	46,67	174,78	1257,88

День 3

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал
			жиры	белки	углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
223	Запеканка творожная со сметаной	150/30	19,92	30,39	24,55	428,34
382	Какао с молоком	200	6,1	5,7	23,52	175,3
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром (мдж 45%)	20\20\40	11,91	6,53	12,31	180,9
						784,54
	<b>ОБЕД</b>					
71	Помидоры свежие	80	3,2	1,95	5,24	68,2
88	Щи из свежей капусты с курицей	250/10	11,6	9,06	8,68	176,74
259	Жаркое по- домашнему	250	11,81	17,32	46,94	364,34
349	Компот из с/ф	200	0,4	0,56	27,88	113,8
148	Хлеб ржаной	50	0,6	3,3	17,1	82,7
147	Хлеб пшеничный	50	0,45	3,8	23,35	106,8
						912,58
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		65,99	78,61	189,57	1697,12

День 4

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал
			жиры	белки	углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
210	Омлет натуральный	150	15,08	12,55	2,05	198,23
252	Ватрушка с творогом	60	16,32	12,28	34,08	397,5
382	Какао с молоком	200	6,1	5,7	23,52	175,3
						771,03
	<b>ОБЕД</b>					
71	Огурцы свежие	80	1,68	0,39	2,54	54,75
102	Суп гороховый с мясом	250	8,09	5,09	16,11	161,29
125	Котлета куриная	100	15,14	14,47	2,85	189,95
309	Макароны отварные с маслом	180	3,78	6,66	30,01	209,20
338	Компот из свежих плодов	200	0,14	0,14	23,4	96,34
148	Хлеб ржаной	50	0,6	3,3	17,1	82,7
147	Хлеб пшеничный	50	0,45	3,8	23,35	106,8
						901,03
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>63,73</b>	<b>63,27</b>	<b>175,01</b>	<b>1672,06</b>

День 5

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал
			жиры	белки	углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
168	Каша манная с м\с	220	19,89	10,21	36,50	369,94
376	Чай с сахаром	200/15	0	0,06	10,34	42,48
1	Бутерброд с сыром (мдж 45%)	30\40	13,35	9,80	15-16	240,30
						632,72
	<b>ОБЕД</b>					
71	Помидоры свежие	80	3,2	1,95	5,24	68,2
108	Суп крестьянский со сметаной и мясом	250	9,66	5,14	12,56	159,03
229	Рыба отварная (треска, пикша, сайда) с овощами	120	4,51	8,62	6,78	96,88
131	Пюре картофельное	200	3,52	3,33	19,31	118,88
349	Компот из с/ф	200	0,4	0,56	27,88	113,8
147	Хлеб пшеничный	50	0,45	3,8	23,35	106,8
148	Хлеб ржаной	50	0,6	3,3	17,1	82,7
						746,29
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		55,58	46,77	169,14	1399,01

День 6

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал
			жиры	белки	углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
168	Каша рисовая молочная с м\слив.	220	8,85	4,84	19,77	189,16
130	Кофейный напиток с молоком	200	5,48	5	17,78	141,2
6	Бутерброд с колбасой п/к	20/40	15,67	8,61	17,04	240,8
						571,16
	<b>ОБЕД</b>					
71	Огурцы свежие	80	1,68	0,39	2,54	54,75
82	Борщ с капустой, мясом и картофелем	250	8,06	2,18	11,85	128,28
259	Жаркое по- домашнему	250	11,81	17,32	46,94	364,34
338	Напиток лимонный	200	0,4	0,56	27,88	113,8
148	Хлеб ржаной	50	0,6	3,3	17,1	82,7
147	Хлеб пшеничный	50	0,45	3,8	23,35	106,8
						850,67
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		54,00	46,03	184,25	1421,83

День 7

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал
			жиры	белки	углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
223	Запеканка творожная со сметаной	150/30	19,92	30,39	24,55	428,34
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром (мдж 45%)	20\30\40	13,40	7,35	13,85	203,51
138	Чай с молоком	200	1,9	1,9	23,06	114,7
						746,55
	<b>ОБЕД</b>					
71	Помидоры свежие	80	3,2	1,95	5,24	68,2
96	Рассольник ленинградский с курицей	250	6,35	2,16	13,09	120
343	Птица, тушенная с овощами	250	13,65	16,23	22,44	250,51
122	Кисель фруктовый	200	0,14	0,18	19,22	112,36
148	Хлеб ржаной	50	0,6	3,3	17,1	82,7
147	Хлеб пшеничный	50	0,45	3,8	23,35	106,8
						740,57
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>59,61</b>	<b>67,26</b>	<b>161,90</b>	<b>1487,12</b>

День 8

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал
			жиры	белки	углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
171	Каша пшенная с маслом сливочным	220	12,61	6,96	27,19	251,54
130	Кофейный напиток с молоком	200	5,48	5	17,78	141,2
147	Хлеб пшеничный	40	0,36	3,04	18,68	42,72
						435,46
	<b>ОБЕД</b>					
71	Огурцы свежие	80	1,68	0,39	2,54	54,75
43	Суп рыбный (треска или консервы рыбные)	250	7,35	5,95	15,82	153,53
246	Гуляш из говядины	75/75	9,78	16,36	5,42	193,7
309	Макароны отварные с маслом	180	3,78	6,66	30,01	209,20
338	Напиток апельсиновый	200	0,4	0,56	27,88	113,8
148	Хлеб ржаной	50	0,6	3,3	17,1	82,7
147	Хлеб пшеничный	50	0,45	3,8	23,35	106,8
						914,48
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		42,49	52,02	185,77	1349,94

День 9

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал
			жиры	белки	углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
165	Суп молочный с макаронными изделиями	220	6,33	10,03	28,57	252,08
376	Чай с сахаром	200/15	0	0,06	10,34	42,48
448	Колбаса в тесте	100	22,25	12,22	24,19	341,93
						636,49
	<b>ОБЕД</b>					
71	Помидоры свежие	80	3,2	1,95	5,24	68,2
102	Суп гороховый с мясом	250	8,09	5,09	16,11	161,29
283	Котлеты (биточки) рыбные	100	3,750 6	7,168 7	5,6392	60,55
131	Пюре картофельное	200	3,52	3,33	19,31	110,3
349	Компот из сухофруктов	200	0,4	0,56	27,88	113,8
148	Хлеб ржаной	50	0,6	3,3	17,1	82,7
147	Хлеб пшеничный	50	0,45	3,8	23,35	106,8
						703,64
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		48,59	47,50	177,72	1340,13

День 10

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал
			жиры	белки	углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>					
174	Каша геркулесовая с маслом сливочным	220	10,47	7,4	17,40	182,77
130	Кофейный напиток с молоком	200	5,48	5	17,78	141,2
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром (мдж 45%)	20\20\40	11,91	6,53	12,31	180,9
						488,25
	<b>ОБЕД</b>					
71	Огурцы свежие	80	1,68	0,39	2,54	54,75
102	Суп картофельный с фасолью и мясом	250	8,09	5,09	16,11	161,29
275	Сосиски, отварные говяжьки для дошкольного и школьного питания по ГОСТ	90	12,04	9,88	0	175,57
6	Рис отварной	200	3,39	3,51	21,19	148,02
338	Компот из свежих фруктов	200	0,14	0,14	23,4	96,34
148	Хлеб ржаной	50	0,6	3,3	17,1	82,7
147	Хлеб пшеничный	50	0,45	3,8	23,35	106,8
						825,47
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		54,25	42,04	151,18	1313,72

**Технологические карты к  
примерному  
десятидневному меню**

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Кофейный напиток с молоком**

*Номер рецептуры: 130*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
		1 порц
	Брутто, г	Нетто, г
Кофейный напиток	2	2
Вода	44	44
Сахар	17	17
Молоко	156	156
<i>Выход:</i>	-	200

**Химический состав данного блюда**

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда
Белки, г	5
Жиры, г	5,48
Углеводы, г	17,78
Калорийность, ккал	141,2
В1, мг	0.12
В2, мг	0.3
С, мг	7.36
Са, мг	190.62
Fe, мг	0.14

**Технология приготовления:**

В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипячёное 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 кипячёного молока.

Запах: аромат кофейного напитка и кипячёного молока.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Котлеты, рубленые из птицы.**

*Номер рецептуры: 125*

***Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.***

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	1 порц Нетто, г
Мясо птицы	145	116
Хлеб пшеничный	16	16
Молоко или вода	10	10
Масло сливочное	3	3
Мука	13	13
Томатная паста	3	3
Масло растительное	9	9
Лук	5	3
Морковь	10	8
Масса жареных котлет	-	100

Химический состав данного блюда

<i>Пищевые вещества</i>				<i>Минеральные вещества, мг</i>	
<i>Белки, г</i>	<i>Жиры, г</i>	<i>Углеводы, г</i>	<i>Калорийность, ккал</i>	<i>Ca</i>	<i>Fe</i>
9,77	11,61	9,88	165,83	58,96	1,36

**Технология приготовления:**

Мясо птицы нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку с маслом сливочным, соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу порционируют, панируют в муке. Формуют котлеты, затем обжаривают с обеих сторон, заливают соусом и доводят до готовности в жарочном шкафу.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: изделие овально-приплюснутой формы с одним заостренным концом, поверхность равномерно обжаренная.

Консистенция: сочная, мягкая.

Цвет: корочки – коричневый, на разрезе серый.

Вкус: мяса жареной птицы, умеренно соленый.

Запах: жареного мяса птицы (данного вида), приятный.

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

**Чай с сахаром.**

Номер рецептуры: 376

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
		1 порц
	Брутто, г	Нетто, г
Чай высшего или 1 сорта	2	2
Вода	200	200
Сахар	15	15
Выход:	-	200/15

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
0,06	0	10,34	42,48	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00

#### Технология приготовления:

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

#### Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

#### Омлет натуральный

Номер рецептуры: 210

Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
		1 порц
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо	1, ½	1, 1/2
Молоко	72	72
Масло сливочное	3,6	3,6
Выход		120

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
10,01	12,06	1,64	158,58	151,72	25,97	346,49	3,91	0,13	0,33	452,90

#### Технология приготовления:

Сырые яйца соединяют с молоком, солят, взбивают, процеживают, наливают на мазанный маслом противень из нержавеющей стали и варят на пару. При отпуске поливают сливочным маслом.

#### Требования к качеству:

Внешний вид: поверхность омлета полита сливочным маслом.

Консистенция: пышная, сочная.

Цвет: жёлтый.

Вкус: свежих варёных яиц, молока и сливочного масла.

Запах: свежих варёных яиц, молока и сливочного масла.

## Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

**Запеканка из творога.**

Номер рецептуры: 223

*Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
		1 порц
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	105	102,9
Крупа манная или мука пшеничная	6	6
Сахар	7,5	7,5
Яйцо	0,25	0,25
Масло сливочное	2,4	2,4
Сметана	30	30
Молоко	51	51
Выход		150/30

### Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
30,39	19,92	24,55	428,34	226,4	48,92	344,91	0,84	0,09	0,74	0,33

### Технология приготовления:

Протёртый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной в молоке и охлаждённой манной крупой, яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 мм на смазанный маслом противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки. Готовую запеканку порционируют и подают со сметаной.

### Требования к качеству:

Внешний вид: порционные кусочки без трещин и подгорелых мест.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая.

Цвет: корочки-золотисто-жёлтый, на разрезе-белый.

Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо.

Запах: слабовыраженный-творога.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Рис отварной.**

*Номер рецептуры: 6*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
		1 порц
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	58,8	58,8
Масло сливочное	8,2	8,2
<i>Выход:</i>		200

**Химический состав данного блюда**

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 150 грамм блюда
Белки, г	3,51
Жиры, г	3,39
Углеводы, г	21,19
Калорийность, ккал	148,02
В1, мг	0.03
В2, мг	0.015
С, мг	0
Са, мг	1.365
Fe, мг	0.525

**Технология приготовления:**

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

**Требование к качеству:**

Внешний вид: зёрна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются.

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная.

Цвет: от белого до кремового.

Вкус: отварного риса с маслом.

Запах: отварного риса с маслом.

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

**Каша вязкая молочная из риса и пшена.**

Номер рецептуры: 134

*Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
		1 порц
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	10	10
Крупа пшеничная	10	10
Молоко	150	150
Соль	0,5	0,5
Сахар	6	6
Масло сливочное	4	4
<i>Выход:</i>		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Витамины, мг			Минер. вещества, мг	
белки, г	жиры, г	углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	В1	В2	С	Ca	Fe
5,63	8,97	21,93	192,41	0,08	0,2	0,9	183,8	0,54

#### Технология приготовления:

В кипящую воду высыпают подготовленную рисовую крупу и варят, периодически помешивая, затем добавляют пшено, продолжают варку до полуготовности, после этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности. Горячую кашу отпускают с сахаром или маслом.

#### Требование к качеству:

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

Консистенция: однородная, вязкая, зерна – мягкие.

Цвет: свойственный соответствующий виду крупы.

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

Запах: соответствующий виду каши в сочетании с молоком и маслом.

## Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

### Каша манная

Номер рецептуры: 168

Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
		1 порц
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	20	20
Молоко	150	150
Сахар	6	6
Масло сливочное	6	6
Выход:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
9,28	18,08	33,18	336,31	10,70	7,90	38,60	0,47	0,04	0,00	20,00

### Технология приготовления:

Подготовленную крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко), добавляют соль, сахара и варят, периодически помешивая, пока каша не загустеет, затем плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом. Кашу отпускают с маслом и сахаром.

### Требования к качеству:

Внешний вид: крупы, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом и сахаром.

Консистенция: однородная, вязкая, зёрна-мягкие.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

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

Запах: свойственный данному виду крупы и молока.

## Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

### Каша рисовая.

Номер рецептуры: 168

Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	1 порц Нетто, г
Крупа рисовая	20	20
Молоко	150	150
Сахар	6	6
Масло сливочное	6	6
Выход:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
4,43	8,95	17,97	171,96	5,90	21,80	67,00	0,47	0,03	0,00	20,00

### Технология приготовления:

Подготовленную крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко), добавляют соль, сахара и варят, периодически помешивая, пока каша не загустеет, затем плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом. Кашу отпускают с маслом и сахаром.

### Требования к качеству:

Внешний вид: зёрна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом и сахаром.

Консистенция: однородная, вязкая, зёрна-мягкие.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

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

Запах: свойственный данному виду крупы и молока.

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

**Каша вязкая молочная из пшениной крупы.**

Номер рецептуры: 171

*Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	1 порц Нетто, г
Крупа пшеничная	20	20
Молоко	150	150
Сахар	6	6
Масло сливочное	6	6
<i>Выход:</i>		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества г.				Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe
6,33	11,46	24,72	228,67	11,09	31,56	89,62	1,03

#### Технология приготовления:

Подготовленную крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко), добавляют соль, сахара и варят, периодически помешивая, пока каша не загустеет, затем плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом. Кашу отпускают с маслом и сахаром.

#### Требования к качеству:

Внешний вид: зёрна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом и сахаром.

Консистенция: однородная, вязкая, зёрна-мягкие.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

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

Запах: свойственный данному виду крупы и молока.

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

**Каша геркулесовая.**

Номер рецептуры: 174

*Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	1 порц Нетто, г
Геркулес	20	20
Молоко	150	150
Сахар	6	6
Масло сливочное	6	6
<i>Выход:</i>		200

#### Химический состав данного блюда

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 223 грамм блюда
Белки, г	4
Жиры, г	9,52
Углеводы, г	15,82
Калорийность, ккал	166,15
В1, мг	0.1784
В2, мг	0.1115
С, мг	7.8496
Са, мг	99.8371
Fe, мг	1.8286

#### Технология приготовления:

Подготовленную крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко), добавляют соль, сахара и варят, периодически помешивая, пока каша не загустеет, затем плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом. Кашу отпускают с маслом и сахаром.

#### Требования к качеству:

Внешний вид: зёрна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом и сахаром.

Консистенция: однородная, вязкая, зёрна-мягкие.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

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

Запах: свойственный данному виду крупы и молока.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Какао с молоком.**

*Номер рецептуры: 382*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
		1 порц
	Брутто, г	Нетто, г
Какао - порошок	3,3	3,3
Молоко	180	180
Вода	20	20
Сахар	17	17
<i>Выход:</i>		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белк и г	Жиры ,г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
5,7	6,1	23,52	175,3	122,0	14,00	90,00	0,56	0,04	1,30	0,01

**Технология приготовления:**

Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (20 мл.) 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.

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

**Мясо птицы (курица) тушеное с овощами**

Номер рецептуры: 343

*Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.*

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Птица	250	197,5
<a href="#">Морковь</a>	17	13,6
<a href="#">Картофель</a>	101	76,1
<a href="#">Горошек зеленый быстрозамороженный</a>	25,2	25,2
<a href="#">Томат-паста</a>	4,5	4,5
<a href="#">Мука пшеничная</a>	4,5	4,5
<a href="#">Лук</a>	12,5	9,1
<a href="#">Масло сливочное</a>	5,6	5,6
Выход		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
16,23	13,65	22,44	250,51	70,13	29,88	172,75	2,21	0,08	0,68	53,75

*Технологическая карта приготовления блюда:*

#### Технология приготовления

Овощи нарезают мелкими кубиками, отваривают до полуготовности. На овощном отваре готовят соус белый или томатный. Отварное мясо мелко нарезают, заливают горячей водой, добавляют картофель, нарезанный кубиками, варят до полуготовности картофеля, соединяют с отварными овощами и соусом, тушат до готовности, в конце приготовления добавляют масло сливочное. Отпускают с овощами и соусом, в котором тушилось мясо.

Требования к качеству  
Внешний вид: кусочки мяса одинаково нарезаны, овощи сохраняют форму нарезки  
Консистенция: мяса - сочная, мягкая; овощей - мягкая  
Цвет: мяса - серый, свойственный овощам и соусу  
Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо  
Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

#### Компот из сухофруктов

Номер рецептуры: 349

Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Абрикосы без косточки (курага)	10	10
Изюм	10	10
Сахар-песок	16	16
Вода питьевая	200	200
Выход:	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белк и г	Жиры ,г	Угле- воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
0,56	0,4	27,88	113,8	6,40	0,00	3,6	0,18	0,01	1,08	0,00

#### Технология приготовления:

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

Требования: Отвар прозрачный, цвет желтый, консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные вареной кураге и изюма.

## Технологическая карта кулинарного изделия

Наименование кулинарного изделия (блюда)

**Рыба, тушенная в томате с овощами.**

Номер рецептуры: 229

Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
Свежая рыба	76,8	73,2
Морковь	32,4	24
Лук репчатый (х/о-16%)	12	10
Томат-пюре	2,4	2,4
Сахар-песок	2,4	2,4
Выход:	120	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
8,62	4,51	6,78	96,88	67,74	77,70	310,00	1,25	0,13	4,36	0,01

### Технология приготовления:

Подготовленное филе рыбное промывают, нарезают на порционные куски, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных моркови, лука репчатого. Заливают водой или бульоном, добавляют масло растительное, томат-пюре, сахар-песок, соль поваренную йодированную. Посуду закрывают крышкой и тушат до готовности в течение 45-60 мин.

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

Температура подачи: не ниже 65С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Помидоры свежие**

*Номер рецептуры: 71*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна –М.:ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Помидоры</u>	80	80

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
1,95	3,2	5,24	68,2

Ca (мг)	11,5
Mg (мг)	7
Fe(мг)	0,3
C (мг)	5

*Технологическая карта приготовления блюда:*

Технология приготовления
Помидоры нарезают и подают на десертной тарелке или вазочке. Выход порции может быть изменен. Требования к качеству Внешний вид: целые плоды, уложенные на десертную тарелку или вазочку Консистенция: соответствует виду плодов. Цвет: соответствует виду плодов. Вкус: соответствует виду плодов. Запах: соответствует виду плодов.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

## Огурцы свежие

Номер рецептуры: 71

Наименования сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:ДеЛи плюс 2015-2016 гг.

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<a href="#">Огурцы</a>	80	80

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Ca (мг)	11,5
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Mg (мг)	7
0,39	1,68	2,54	54,75	Fe(мг)	0,3
				C (мг)	5

*Технологическая карта приготовления блюда:*

Технология приготовления
Огурцы нарезают и подают на десертной тарелке или вазочке. Выход порции может быть изменен. Требования к качеству Внешний вид: целые плоды, уложенные на десертную тарелку или вазочку Консистенция: соответствует виду плодов. Цвет: соответствует виду плодов. Вкус: соответствует виду плодов. Запах: соответствует виду плодов.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Компот из свежих плодов**

*Номер рецептуры: 338*

**Наименования сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждений / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<a href="#">Яблоки</a>	45	40
<a href="#">Вода питьевая</a>	200	200
<a href="#">Сахар</a>	20	20
<a href="#">Выход</a>	200	200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
0,14	0,14	23,4	96,34	10,0	0,0	75,8	2,20	0,03	10,0	0,00

*Технологическая карта приготовления блюда:*

Технология приготовления
<p>Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки варят на слабом огне не более 6-8 мин. Быстро разваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения. Выход порции определяется возрастной группой.</p> <p><u>Требования к качеству</u></p> <p>Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки, зачищены от сердцевины и плодоножек, нарезаны дольками; мелкие - с косточками</p> <p>Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая</p> <p>Цвет: присущий вареным плодам в сиропе</p> <p>Вкус: кисло-сладкий</p> <p>Запах: фруктов - концентрированный, приятный</p>

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Рассольник ленинградский на к/б бульоне**

*Номер рецептуры: 96*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	116,7	70
Крупа Перловая	7,5	7,5
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	21,2	16
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	10	8,5
Огурцы консервированные	30	24
Сметана 15%	10	10
Курица	19	10
<b>Выход:</b>	-	<b>250/10</b>

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества			витамины			Минеральн вещ		энерг
белки	жиры	углев	B1	B2	C	Ca	Fe	ккал
2,16	6,35	13,09	0,125	0,1	9,125	53,25	1,1	120

**Технология приготовления:** для приготовления блюда используют бульон, полученный при варке мяса, бульон процеживают через сито. Овощи очищенные промывают в проточной воде в течение 5 минут. Морковь, лук мелко нарезают и припускают в небольшом количестве бульона.

Крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Крупу перловую после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают, а крупу промывают. Картофель свежий очищенный помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течение 5-7 минут, отвар сливают. Подготовленный картофель нарезают брусочками или дольками. Огурцы соленые нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды в течение 15 мин.

В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, через 15-20 мин после закипания добавляют припущенные морковь, лук и припущенные огурцы соленые. За 5-7 мин до окончания варки рассольника добавляют соль. В конце варки заправляют прокипяченной сметаной и вновь доводят его до кипения.

**Технологическая карта кулинарного изделия**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Суп гороховый**

*Номер рецептуры: 102*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Горох колотый	30	30
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	21,2	16
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	12,5	10,5
Картофель	58,2	35
Говядина	19	10
<b>Выход:</b>	-	<b>250</b>

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
5,09	8,09	16,11	161,29	38,08	35,30	87,18	2,03	0,23	5,81	0,00

**Технология приготовления:** горох сушеный перебирают, моют, кладут в холодную воду (50% от рецептурной нормы) на 3-4 часа, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до готовности.

Очищенные овощи моют под проточной водой. Подготовленные морковь, лук репчатый нарезают, припускают в небольшом количестве воды (10% от рецептурной нормы) в течение 10 мин. Картофель нарезаем кубиками, кладем в кипящий бульон, добавляем припущенные лук, морковь, варят до готовности.

**Температура подачи:** 70±5° С.

**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Гуляш из мяса отварного**

*Номер рецептуры: 246*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждений / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Говядина	64,2	58,7
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	6	4,8
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	15,7	12
Мука Пшеничная 1 сорта	1,5	1,5
Молоко	11,2	11,2
Сметана	2,2	2,2
<b>Выход:</b>		<b>75/75</b>

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества г.				Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Энер.ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe
16,36	9,78	5,42	193,7	30,52	24,03	119,19	2,10

**Технология приготовления:** овощи промывают проточной водой в течение 5 минут. Подготовленное мясо нарезают на куски массой нетто 1-1,5 кг, толщиной 8 см, закладывают в горячую воду, доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Готовое вареное мясо охлаждают и нарезают кубиками (3-4 кусочка на порцию). Очищенные морковь и лук репчатый нарезают мелкой соломкой и припускают в небольшом количестве бульона в течение 5-10 мин.

Нарезанное кубиками вареное мясо укладывают в посуду, добавляют к нему припущенные морковь и лук репчатый, соль, заливают сметаной, перемешивают и тушат в закрытой посуде при слабом кипении в течение 10-20 мин.

Гуляш отпускают вместе со сметаной, в котором он тушился.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

Наименование изделия: **Хлеб пшеничный**

Номер рецептуры: 147

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	50	50
Выход	-	50

**Химический состав данного блюда**

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 50 грамм блюда
Белки, г	3,8
Жиры, г	0,45
Углеводы, г	23,35
Калорийность, ккал	106,8
В1, мг	0
В2, мг	0
С, мг	0
Са, мг	0
Fe, мг	0

**Технология приготовления:** хлеб нарезают ломтиками и подают на тарелке или в вазочке.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

Наименование изделия: **Хлеб ржаной**

Номер рецептуры: 148

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб ржаной	50	50
Выход	-	50

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг			
Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe
3,3	0,6	17,1	82,7	0	0	0	0

**Технология приготовления:** хлеб нарезают ломтиками и подают на тарелке или в вазочке.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**  
*Наименование кулинарного изделия (блюда):*  
**Напиток из свежих плодов**

Номер рецептуры: 338

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждений / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<a href="#">Лимоны</a>	20	16
<a href="#">Вода питьевая</a>	200	200
<a href="#">Сахар</a>	24	24
<a href="#">Выход</a>	200	200

Химический состав данного блюда

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда
Белки, г	0,56
Жиры, г	0,4
Углеводы, г	27,88
Калорийность, ккал	113,8
В1, мг	0.02
В2, мг	0
С, мг	19.5
Са, мг	12
Fe, мг	0

*Технологическая карта приготовления блюда:*

Технология приготовления
Лимоны моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Лимоны варят на слабом огне не более 6-8 мин.
Требования к качеству
Внешний вид: сироп прозрачный, лимоны, нарезаны дольками.
Консистенция: напиток - жидкая, плодов - мягкая
Цвет: присущий вареным плодам в сиропе
Вкус: кисло-сладкий
Запах: фруктовый - концентрированный, приятный

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Напиток из свежих плодов**

Номер рецептуры: 338

**Наименования сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<a href="#">Апельсины</a>	20	16
<a href="#">Вода питьевая</a>	200	200
<a href="#">Сахар</a>	24	24
<a href="#">Выход</a>	200	200

Химический состав данного блюда

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда
Белки, г	0,56
Жиры, г	0,4
Углеводы, г	27,88
Калорийность, ккал	113,8
В1, мг	0.02
В2, мг	0
С, мг	19.5
Са, мг	12
Fe, мг	0

*Технологическая карта приготовления блюда:*

Технология приготовления
Апельсины моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Апельсины варят на слабом огне не более 6-8 мин.
Требования к качеству
Внешний вид: сироп прозрачный, лимоны, нарезаны дольками.
Консистенция: напиток - жидкая, плодов - мягкая
Цвет: присущий вареным плодам в сиропе
Вкус: кисло-сладкий
Запах: фруктовый - концентрированный, приятный

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Бутерброд с маслом и сыром**

Номер рецептуры: 3

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<a href="#">Сыр</a>	20	20
Масло сливочное	20	20
Хлеб пшеничный	40	40
Выход		40/20/20

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe
6,53	11,91	12,31	170,5	31,90	40,01	129,96	1,61

Технологическая карта приготовления блюда

Технология приготовления
Сыр нарезают тонкими ломтиками толщиной 2-3 мм за 30—40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике. Не допускается подсыхание. Хлеб намазываем сливочным маслом, сверху кладут кусочек сыра. Требования к качеству Внешний вид: ломтики прямоугольной или треугольной формы Консистенция: мягкая, не крошащаяся Цвет: соответствует виду сыра и масла Вкус: соответствует виду сыра и масла Запах: соответствует виду сыра и масла

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Бутерброд с сыром**

*Номер рецептуры: 1*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Сыр</u>	20	20
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	40
<i>Выход</i>		40/20

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
6,53	8,9	10,11	160,2

Ca (мг)	106
Mg (мг)	4,8
Fe(мг)	0,12
C (мг)	0,09

*Технологическая карта приготовления блюда*

Технология приготовления
<p>Сыр нарезают тонкими ломтиками толщиной 2-3 мм за 30—40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике. Не допускается подсыхание. На кусочек хлеба кладут кусочек сыра.</p> <p>Требования к качеству</p> <p>Внешний вид: ломтики прямоугольной или треугольной формы</p> <p>Консистенция: мягкая, не крошащаяся</p> <p>Цвет: соответствует виду сыра</p> <p>Вкус: соответствует виду сыра</p> <p>Запах: соответствует виду сыра</p>

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Суп картофельный с рисом и фрикадельками**

*Номер рецептуры: 104*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждений / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Масло растительное	3	3
Томат. паста	3	3
Яйцо	0,125	0,125
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	13	12
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	12	8,4
Рис	4	4
Картофель	153	120
Говядина	19	10
<b>Выход:</b>		<b>250</b>

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
9,73	11,2	6,28	164,43	31,90	40,01	129,96	1,61	0,15	12,34	4,95

**Технология приготовления:**

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками или дольками, доводят до кипения, добавляют нарезанные ломтиками или брусочками пассированные овощи и варят до готовности.

За 5 – 10 минут до окончания варки добавляют пассированное томатное пюре. Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре.

**Температура подачи:** 70±5° С.

**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Щи из свежей капусты с курицей**

*Номер рецептуры: 88*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Капуста	50	40
<a href="#">Картофель</a>	35	21
<a href="#">Морковь</a>	17	12,8
<a href="#">Лук</a>	10	8,4
<a href="#">Сметана</a>	10	10
<a href="#">Курица</a>	19	10
<i>Выход</i>		250/10

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер.вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
7,25	9,28	6,94	141,39	43,33	22,25	47,63	0,80	0,06	18,46	0,00

*Технологическая карта приготовления блюда:*

**Технология приготовления**

Капусту нарезают квадратиками, картофель - дольками. В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют припущенные морковь, лук и варят до готовности.. При приготовлении щей из ранней капусты, ее закладывают после картофеля

**Требования к качеству**

**Внешний вид:** в жидкой части щей - капуста, нарезанная квадратиками, морковь, лук, картофель - дольками

**Консистенция:** капуста - упругая, овощи - мягкие, соблюдается соотношение - жидкой и плотной части

**Цвет:** бульона - желтый, жира на поверхности - оранжевый; овощей - натуральный

**Вкус:** капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый

**Запах:** продуктов входящих в щи

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Суп крестьянский со сметаной**

*Номер рецептуры: 108*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<a href="#">Картофель</a>	116,7	70
<a href="#">Морковь</a>	21,2	16
<a href="#">Говядина</a>	19	10
<a href="#">Лук</a>	12,5	10,5
<a href="#">Пшено</a>	10	10
<a href="#">Сметана</a>	10	10
<a href="#">Выход</a>		250/10

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				витамины			Минеральн вещ		энерг
белки	жиры	углев	Энерг.цен. ккал	В1	В2	С	Са	Fe	ккал
5,14	9,66	12,56	159,03	0,125	0,075	8,85	47,75	1,15	165,44

*Технологическая карта приготовления блюда:*

Технология приготовления

Крупу пшеничную перебрать и тщательно промыть. Заложить в кипящую воду (3 л на 1 кг крупы) и сварить до полуготовности, воду слить. Очищенный картофель нарезать кубиками или брусочками. Морковь и репчатый лук мелко шинковать. В кипящую воду положить подготовленную крупу, нарезанный картофель, варить 7-10 минут, добавить овощи, соль и варить до готовности. В готовый суп добавить сметану и прокипятить. Требования: Консистенция крупы и картофеля мягкая, цвет супа светло-желтый, вкус и запах свойственные продуктам с ароматом овощей.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Борщ**

Номер рецептуры: 82

Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<a href="#">Свекла</a>	35	28
<a href="#">Капуста свежая</a>	50	40
Мясо	19	10
<a href="#">Морковь</a>	16,2	12
<a href="#">Сметана</a>	10	10
<a href="#">Лук репчатый</a>	10	8
<a href="#">Сахарный песок</a>	1	1
Картофель	40,7	24,5
Выход		250/10

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
2,18	8,06	11,85	128,28	44,38	26,25	53,23	1,19	0,05	10,29	0,00

Технологическая карта приготовления блюда в столовой (кафе), организации питания:

Технология приготовления

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную капусту и варят 10-15 мин. Затем кладут картофель нарезанный соломкой, тушеную свеклу, пассерованные овощи варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, специи. При использовании квашеной капусты ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ перед подачей заправляют пройденной тепловой обработки сметаной.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

Наименование кулинарного изделия (блюда):

**Жаркое по-домашнему**

Номер рецептуры: 259

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<a href="#">Говядина (I категории)</a>	60,5	55
<a href="#">Томат-паста</a>	2,5	2,5
<a href="#">Картофель</a>	325	195
<a href="#">Морковь</a>	27,5	20
<a href="#">Лук</a>	25	21
<a href="#">Масло сливочное</a>	5	5
<a href="#">Масло растительное</a>	2,5	2,5
Выход		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
17,32	11,81	46,94	364,34	31,10	65,70	337,00	4,03	0,21	8,97	24,00

Технологическая карта приготовления блюда:

Технология приготовления

Подготовленные порционные куски мяса (1-2 шт на порцию) складывают в посуду, добавляют воду, томат-пасту и тушат 45-60 мин. Картофель, морковь и репчатый лук нарезают кубиками. Лук и морковь (припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла и соединяют с мясом. Картофель укладывают сверху мяса, добавляют соль, наливают воду, так, чтобы она закрыла картофель. Жаркое тушат 20 мин. Отпускают мясо с соусом и тушеным картофелем.  
Требования: Кусочки мяса одинаковые по форме и размеру. Консистенция мягкая, сочная. Мясо легко разжевывается. Картофель тушеный вместе с мясом сохраняет форму нарезки.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Сосиски, сардельки отварные**

Номер рецептуры: 275

**Наименования сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<a href="#">Сосиски</a>	60	60
Выход		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
6,59	8,03	0	117,05	19,20	16,00	127,20	1,44	0,03	0,00	0,00

Технологическая карта приготовления блюда

Технология приготовления
Специализированные колбасные изделия для питания детей отваривают в течение 5 минут. Гарниры - каши рассыпчатые, каши вязкие, картофель отварной, овощи отварные с маслом, картофельное пюре, капуста тушеная. Требования к качеству Внешний вид: целые, свежeproгретые, рядом аккуратно уложен гарнир Консистенция: колбасные изделия упругие, плотные, сочные Цвет: светло-розовый Вкус: мясной, умеренно соленый Запах: колбасных изделий

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

#### Чай с молоком.

Номер рецептуры: 138

Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	1 порц Нетто, г
Чай высшего или 1 сорта	1	1
Вода	100	100
Сахар	13	13
Молоко	100	100
Выход:	-	200

Химический состав данного блюда

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда
Белки, г	1,9
Жиры, г	1,9
Углеводы, г	23,06
Калорийность, ккал	114,7
В1, мг	0.02
В2, мг	0.14
С, мг	0.66
Са, мг	128.1
Fe, мг	0.64

#### Технология приготовления:

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определённое количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объёма чайника. Настаивают 5-10 мин. и доливают кипятком с молоком. Добавляем сахар

#### Требования к качеству:

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: молочно-коричневый.

Вкус чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю, молока.

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

#### Пюре картофельное.

Номер рецептуры: 131

Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	1 порц Нетто, г
Картофель	245	147
Молоко	56	56
Масло сливочное	5	5
Выход:		200

Химический состав данного блюда

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда
Белки, г	3,33
Жиры, г	3,52
Углеводы, г	19,31
Калорийность, ккал	110,3
В1, мг	0.14
В2, мг	14.04
С, мг	4.18
Са, мг	73.44
Fe, мг	0.98

#### Технология приготовления:

Очищенный картофель варят в кипящей подсоленной воде до готовности. Воду сливают. Добавляют кипячёное молоко и сливочное масло. Протирают, перемешивают.

#### Требования к качеству:

Внешний вид: протёртая картофельная масса.

Консистенция: густая, пышная, однородная.

Цвет: белый, с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный варённому картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипячёного молока, умеренно солёный, нежный.

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

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Котлеты или биточки рыбные**

*Номер рецептуры: 283*

***Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.***

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	1 порц Нетто, г
Свежая рыба	80	76
Хлеб пшеничный	12	12
Молоко или вода	18	18
Масло сливочное	6	6
Яйцо	0,125	0,125
<i>Выход:</i>		100

Химический состав данного блюда

<b>Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН</b>	<b>Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда</b>
Белки, г	7,1687
Жиры, г	3,7506
Углеводы, г	5,6392
Калорийность, ккал	60,55
В1, мг	0.03
В2, мг	0.19
С, мг	0.62
Са, мг	61.82
Fe, мг	0.59

**Технология приготовления:**

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке чёрствым пшеничным хлебом, добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из полученной рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, обжаривают с двух сторон на противне или сковороде в течении 8-10 мин., и доводят до готовности в жарочном шкафу 5 мин. При отпуске котлеты или биточки гарнируют.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: биточки-кругло-приплюснутой, котлеты-овально-приплюснутой формы с заострённым концом, аккуратно уложены, сбоку-гарнир.

Консистенция: сочная, однородная.

Цвет: корочки-золотистый, на разрезе-светло-серый.

Вкус: жареной рыбной котлетной массы, умеренно солёный.

Запах: приятный.

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

**Макаронные изделия отварные.**

Номер рецептуры: 309

*Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
		1 порц
	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия (высшего сорта)	54	54
Масло сливочное	6,7	6,7
<i>Выход:</i>		150

Химический состав данного блюда

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 150 грамм блюда
Белки, г	5,55
Жиры, г	3,15
Углеводы, г	25,01
Калорийность, ккал	174,33
В1, мг	0.06
В2, мг	0.03
С, мг	0
Са, мг	4.845
Fe, мг	1.11

#### Технология приготовления:

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным маслом сливочным (1/3-1/2 часть указанного в рецептуре количества), чтобы они не склеивались и не образовали комки. Остальной частью масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском. Блюдо из макаронных изделий подают в горячем виде.

#### Требования к качеству:

Внешний вид: макаронные изделия сохранили свою форму, легко отделяются друг от друга.

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям, умеренно солёный.

Запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла.

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование изделия: **Ватрушка с творогом**

Номер рецептуры: 252

*Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждений / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная высшего сорта	26,4	26,4
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	13,2	13,2
Яйцо куриное диетическое	0,125	0,125
Сахар-песок	5	5
Дрожжи прессованные	1	1
Масло сливочное несоленое	1,2	1,2
Масло подсолнечное рафинированное	3	3
Начинка:		
Творог 9% жирности	13,8	13
Выход:	60	

Химический состав данного блюда

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 60 грамм блюда
Белки, г	12,28
Жиры, г	16,32
Углеводы, г	34,08
Калорийность, ккал	397,5
В1, мг	0.048
В2, мг	0.096
С, мг	0.03
Са, мг	40.704
Fe, мг	0.546

#### Технология приготовления:

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

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Кисель фруктовый**

*Номер рецептуры: 122*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна –М.:ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100 г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Кисель фруктовый	2,1	2,1
Сахар	9	9
Вода питьевая	180	180
<b>Выход:</b>	-	<b>180</b>

Химический состав данного блюда

Показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда
Белки, г	0,18
Жиры, г	0,14
Углеводы, г	19,22
Калорийность, ккал	112,36
В1, мг	0,6
В2, мг	0,6
С, мг	30
Са, мг	9
Fe, мг	0

**Технология приготовления:**

Концентрат киселя засыпают в кипящую воду, интенсивно перемешивая до получения однородного продукта. Не кипятить. Готовый напиток охлаждают до комнатной температуры и разливают в стаканы или чашки.

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

#### Суп рыбный из консервов

Номер рецептуры: 43

Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию массой нетто 100г	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Консервы рыбные	40	40
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	21,2	16
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	12,5	10,5
Рис	10	10
Картофель	93,2	70
<b>Выход:</b>		<b>250</b>

Химический состав данного блюда

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 250 грамм блюда
Белки, г	5,95
Жиры, г	7,35
Углеводы, г	15,82
Калорийность, ккал	153,53
В1, мг	0.1
В2, мг	0.1
С, мг	8.025
Са, мг	107.925
Fe, мг	1.3

#### Технология приготовления:

Очищенный картофель нарезают кубиками, крупу перебирают, промывают, морковь и лук мелко шинкуют. В кипящую воду закладывают подготовленную крупу (рис или пшено), варят 15 минут, вводят картофель, овощи и варят еще 10-15 минут, затем в кипящий бульон добавляют подготовленные консервы, солят и продолжают варить 10-15 минут.

Требования:

Цвет супа светло-оранжевый. Вкус и запах свойственные рыбным консервам, консистенция крупы и картофеля мягкая.

**Температура подачи:** 70±5° С.

**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления.

**Технологическая карта кулинарного изделия.**

*Наименование кулинарного изделия (блюда):*

**Суп молочный с макаронными изделиями**

*Номер рецептуры: 165*

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия группы А	12	12
Молоко	135	135
Масло сливочное несоленое	4,5	4,5
Сахарный песок	3,6	3,6
Выход:	180	

**Химический состав данного блюда**

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 200 грамм блюда
Белки, г	9,12
Жиры, г	5,75
Углеводы, г	25,97
Калорийность, ккал	229,16
В1, мг	0.04
В2, мг	0.14
С, мг	0.9
Са, мг	106
Fe, мг	0.46

**Технология приготовления:**

Вермишель (или лапшу) засыпать, помешивая, в кипящее , и отварить до готовности. В готовый суп добавляем сливочное масло с сахаром.

Требования:

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

### Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

#### Колбаса в тесте

Номер рецептуры: 448

**Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна – М.: ДеЛи плюс 2015-2016 гг.**

Наименование продукта	Норма расхода продуктов на 1 порцию	
	Масса брутто, г	Масса нетто, г
Мука Пшеничная в/с обогащенная (в том числе на подпыл)	43	43
Яйцо	0,125	0,125
Сахар-песок	2	2
Молоко	13,2	13,2
Дрожжи сушеные	1	1
Соль обогащенная с пониженным содержанием натрия	1	1
Масло сливочное	2	2
Колбаса	60	60
Масло растительное д/смазки противня	2	2
<b>Выход:</b>		<b>100</b>

#### Химический состав данного блюда

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	12,22
Жиры, г	22,25
Углеводы, г	24,19
Калорийность, ккал	341,93
В1, мг	0.0144
В2, мг	0.0206
С, мг	0
Са, мг	21.9041
Fe, мг	1.0463

**Технология приготовления:** тесто дрожжевое готовят безопасным способом: в дежу тестомесильной машины вливают подогретое до температуры 35-40°C молоко, предварительно разведенные в воде с температурой не выше 40°C и процеженные дрожжи, сахар, соль, добавляют продукт яичный жидкий пастеризованный, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растопленное масло сливочное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок дежи. Дежу закрывают крышкой и ставят на 3-4 часа для брожения в помещении с температурой 35-40°C. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное

из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз.

Формуют жгуты, в жгуты заворачивают колбасу, кладут на противень смазанным маслом и ставят в теплое место для расстойки на 15-20 мин. Затем смазывают хорошо размешанным продуктом яичным жидким пастеризованным . Выпекают при температуре 230-240°С в течение 10-15 мин. Готовое изделие охлаждают до комнатной температуры.

## Технологическая карта кулинарного изделия.

Наименование кулинарного изделия (блюда):

### Суп фасолевый

Номер рецептуры: 102

Наименования сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Мозильного и В.А. Тутельяна –М.:Делу плюс 2015-2016 гг.

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<a href="#">Фасоль</a>	30	30
<a href="#">Картофель</a>	116	70
Мясо	19	10
<a href="#">Морковь</a>	21,2	16
<a href="#">Лук</a>	12,5	10,5
<a href="#">Выход</a>		250

#### Химический состав данного блюда

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 250 грамм блюда
Белки, г	5,09
Жиры, г	8,09
Углеводы, г	16,11
Калорийность, ккал	161,29
В1, мг	0.2
В2, мг	0.1
С, мг	8.475
Са, мг	81.3
Fe, мг	2.625

#### Технология приготовления

Фасоль перебрать, промыть, замочить в холодной воде в течение 2-3 часов. Очищенный картофель нарезать кубиками, морковь и лук репчатый нашинковать. Замоченную фасоль варить в той же воде 1-1,5 часа без соли на слабом огне при закрытой крышке до размягчения. Затем добавить нарезанный кубиками картофель и варить 7-10 минут. Ввести овощи (морковь, лук), соль и продолжать варить до готовности.

Требования: овощи сохраняют правильную форму нарезки, не переварены. Фасоль и овощи мягкой консистенции. Цвет супа - сероватый. Вкус соответствует набору продукта