

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений

Данные технологические карты составлены в соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 22 июля 2010 года № 91 СанПиН 2.4.1.3049 – 13.

При составлении технологических карт использовалась следующая литература:

- 1. Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). / Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.*
- 2. Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.*
- 3. В.Т. Лапина. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. / Министерство экономического развития и торговли РФ – М.:Изд-во «Хлебпродинформ», 2004. – 639 с.*
- 4. И.М. Скурихин. Химический состав пищевых продуктов / М.:Изд-во. «Лёгкая и пищевая промышленность», 1984. – 326 с.*
- 5. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания./ Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005 – 656 с.*

Холодные блюда. Бутерброды и салаты.

Для приготовления холодных блюд в питании дошкольников используются свежие, квашеные и соленые овощи и гастрономические товары в соответствии с Приложением 8 к СанПиН 2.4.1.3049-13 «Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов для использования в питании детей в дошкольных организациях».

При обработке овощей должны быть соблюдены следующие требования (п. 15.18): Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки.

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением, свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Зелень, предназначенную для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4 ± 2 °С. 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.

При перемешивании ингредиентов, входящих в состав салата, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками (п.15.13).

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью (п. 15.16).

Холодные закуски, салаты должны иметь температуру подачи не ниже $+15^{\circ}\text{C}$.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1

Наименование изделия: БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.:
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:
А.С.К., 2005

Возрастная категория: 1,5-3 года

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	20	20
Масло сливочное	5	5
ВЫХОД:	20/5	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	В ₁	В ₂	С
1,58	5,24	9,81	93,87	6	0,2	0,02	0,01	0

Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают сливочным маслом.

Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сливочного масла

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2

Наименование изделия: БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	25	25
Масло сливочное	7	7
ВЫХОД:	25/7	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,34	7,76	14,53	139,1	9	0,3	0,03	0,01	0

Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают сливочным маслом.

Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сливочного масла

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3

Наименование изделия: БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ

Номер рецептуры: 125

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	20	20
Масло сливочное	5	5
Сыр	8,1	7,5
ВЫХОД:	20/5/7,5	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,38	7,7	9,24	125,6	157	0,6	0,08	0,06	0,21

Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают сливочным маслом. Сверху укладывают кусочек сыра.

Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сливочного масла и сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 4

Наименование изделия: БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ

Номер рецептуры: 125

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	25	25
Масло сливочное	7	7
Сыр	12	11
ВЫХОД:		25/7/11

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,47	11,38	13,66	185,7	232	0,9	0,12	0,09	0,31

Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают сливочным маслом. Сверху укладывают кусочек сыра.

Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сливочного масла и сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 5

Наименование изделия: КАКАО

Номер рецептуры: 22

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Какао	1,25	1,25
Молоко	120	120
Сахар	8	8
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,65	4,65	19	135,9	165	0,6	0,06	0,21	1,75

Технология приготовления:

Какао-порошок соединить с сахаром, добавить немного кипятка и растереть до однородной массы. Затем при непрерывном помешивании влить в горячее молоко и довести до кипения, кипятить 5 минут.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый, аромат и вкус какао и кипячённого молока, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 6

Наименование изделия: КАКАО

Номер рецептуры: 22

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Какао	1,5	1,5
Молоко	120	120
Сахар	9	9
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
6,2	6,2	25,34	181,18	220	0,8	0,08	0,28	2,34

Технология приготовления:

Какао-порошок соединить с сахаром, добавить немного кипятка и растереть до однородной массы. Затем при непрерывном помешивании влить в горячее молоко и довести до кипения, кипятить 5 минут.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый, аромат и вкус какао и кипячённого молока, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7

Наименование изделия: ЧАЙ

Номер рецептуры: 113

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай	0,53	0,53
Сахар	8	8
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
9	2,3	10,5	39,8	9	0,4	0,0003	0,004	4,5

Технология приготовления:

В кипящую воду опустить сахар довести до кипения. Затем добавить чай. Настоять 5 минут.

Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите.

Выдавать при температуре 45-50 градусов.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый, аромат и вкус чая, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8

Наименование изделия: ЧАЙ

Номер рецептуры: 113

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай	0,6	0,6
Сахар	8	8
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
12	3,1	14	53,06	12	0,5	0,0004	0,006	6

Технология приготовления:

В кипящую воду опустить сахар довести до кипения. Затем добавить чай. Настоять 5 минут.

Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите.

Выдавать при температуре 45-50 градусов.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый, аромат и вкус чая, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 9

Наименование изделия: ЧАЙ С МОЛОКОМ

Номер рецептуры: 114

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай	0,56	0,56
Молоко	50	50
Сахар	8	8
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
2,34	2,34	14,02	84,8	96	0,5	0,01	0,1	0,49

Технология приготовления:

В кипящую воду влить молоко и опустить сахар, довести до кипения. Затем добавить чай. Настоять 5 минут.

Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите.

Выдавать при температуре 45-50 градусов.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый, аромат и вкус чая и молока, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10

Наименование изделия: ЧАЙ С МОЛОКОМ

Номер рецептуры: 114

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай	0,7	0,7
Молоко	45	45
Сахар	9	9
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
3,12	3,22	18,7	113,06	128	0,6	0,02	0,14	0,66

Технология приготовления:

В кипящую воду влить молоко и опустить сахар, довести до кипения. Затем добавить чай. Настоять 5 минут.

Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите.

Выдавать при температуре 45-50 градусов.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый, аромат и вкус чая и молока, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 11

Наименование изделия: КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кофе (суррогат)	2,5	2,5
Молоко	100	100
Сахар	8	8
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
3,6	3,6	18,69	119,7	144	0,2	0,1	0,24	8,7

Технология приготовления:

В кипящую воду влить молоко, довести до кипения. Порошок кофейного напитка соединить с сахаром, добавить немного кипятка и растереть до однородной массы. Затем при непрерывном помешивании влить в кипящую смесь молока и воды, довести до кипения, кипятить 5 минут.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый, аромат и вкус кофе (суррогатного) и кипячённого молока, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 12

Наименование изделия: КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кофе (суррогат)	3	3
Молоко	100	100
Сахар	9	9
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
4,8	4,8	24,92	159,56	96	0,2	0,14	0,32	5,8

Технология приготовления:

В кипящую воду влить молоко, довести до кипения. Порошок кофейного напитка соединить с сахаром, добавить немного кипятка и растереть до однородной массы. Затем при непрерывном помешивании влить в кипящую смесь молока и воды, довести до кипения, кипятить 5 минут.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый, аромат и вкус кофе (суррогатного) и кипячённого молока, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 13

Наименование изделия: КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ

Номер рецептуры: 40

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сухофрукты	12,5	12,5
Сахар	7	7
Витамин «С»	0,035	0,035
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
0,23	0,01	18,28	72,57	18	0,7	0,002	0,004	0,21

Технология приготовления:

Сушеные фрукты перебирают, промывают в тёплой воде. Заливают кипятком и варят 10-20 минут, затем добавляют сахар и варят ещё 10-15 минут при слабом кипении. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования к качеству:

Отвар прозрачный. Цвет светло-коричневый или коричневый. Консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, со специфическим ароматом вареных сухофруктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 14

Наименование изделия: КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ

Номер рецептуры: 40

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сухофрукты	15,5	15,5
Сахар	9	9
Витамин «С»	0,05	0,05
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
0,31	0,01	24,37	96,76	25	0,9	0,003	0,006	0,28

Технология приготовления:

Сушеные фрукты перебирают, промывают в тёплой воде. Заливают кипятком и варят 10-20 минут, затем добавляют сахар и варят ещё 10-15 минут при слабом кипении. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования к качеству:

Отвар прозрачный. Цвет светло-коричневый или коричневый. Консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, со специфическим ароматом вареных сухофруктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 15

Наименование изделия: КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ

Номер рецептуры: 39

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свежие фрукты	20	17,6
Сахар	7	7
Витамин «С»	0,035	0,035
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
5,82	5,82	13,39	52,03	11	0,4	0,004	0,003	2,4

Технология приготовления:

Фрукты* перебирают, моют в тёплой воде. Удаляют семена и семенные гнёзда, нарезают дольками. В горячую воду кладут сахар, размешивают, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут. В подготовленный горячий сироп погружают фрукты и варят 8-10 минут. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования к качеству:

Цвет компота – прозрачный, соответствует набору фруктов. Консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные набору продуктов. Фрукты должны сохранять форму нарезки.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.20.** Фрукты, включая цитрусовые, промывают в условиях цеха первичной обработки овощей (овощного цеха), а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 16

Наименование изделия: КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ

Номер рецептуры: 39

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свежие фрукты	30	26,4
Сахар	9	9
Витамин «С»	0,05	0,05
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
7,76	7,76	17,86	69,37	14	0,5	0,01	0,004	3,2

Технология приготовления:

Фрукты* перебирают, моют в тёплой воде. Удаляют семена и семенные гнёзда, нарезают дольками. В горячую воду кладут сахар, размешивают, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут. В подготовленный горячий сироп погружают фрукты и варят 8-10 минут. Готовый компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования к качеству:

Цвет компота – прозрачный, соответствует набору фруктов. Консистенция фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные набору продуктов. Фрукты должны сохранять форму нарезки.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.20.** Фрукты, включая цитрусовые, промывают в условиях цеха первичной обработки овощей (овощного цеха), а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 17

Наименование изделия: КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ

Номер рецептуры: 874

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания./ Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005 – 656 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сухофрукты	10	10
Сахар	7	7
Крахмал	3	3
Витамин «С»	0,035	0,035
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
0,23	0,01	18,3	72,6	18	0,7	0,002	0,004	0,21

Технология приготовления:

Сушеные фрукты перебирают, промывают в тёплой воде. Заливают кипятком и варят 10-20 минут, затем добавляют сахар и варят ещё 10-15 минут при слабом кипении. Крахмал разводят в небольшом количестве холодной кипяченой воды, вливают в готовый сироп, размешивают и доводят до кипения. Готовый кисель охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый или коричневый. Консистенция киселя вязкая, фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, со специфическим ароматом вареных сухофруктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 18

Наименование изделия: КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ

Номер рецептуры: 874

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания./ Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005 – 656 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сухофрукты	12	12
Сахар	9	9
Крахмал	5	5
Витамин «С»	0,05	0,05
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,3	0,01	24,4	96,8	24	0,9	0,003	0,005	0,28

Технология приготовления:

Сушеные фрукты перебирают, промывают в тёплой воде. Заливают кипятком и варят 10-20 минут, затем добавляют сахар и варят ещё 10-15 минут при слабом кипении. Крахмал разводят в небольшом количестве холодной кипяченой воды, вливают в готовый сироп, размешивают и доводят до кипения. Готовый кисель охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый или коричневый. Консистенция киселя вязкая, фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, со специфическим ароматом вареных сухофруктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 19

Наименование изделия: КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ

Номер рецептуры: 41

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свежие фрукты	20	17,6
Сахар	7	7
Крахмал	6	6
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,8	5,8	13,4	52	11	0,6	0,004	0,003	2,4

Технология приготовления:

Фрукты* перебирают, моют в тёплой воде. Удаляют семена и семенные гнёзда, нарезают дольками. В горячую воду кладут сахар, размешивают, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут. В подготовленный горячий сироп погружают фрукты и варят 8-10 минут. Крахмал разводят в небольшом количестве холодной кипяченой воды, вливают в готовый сироп, размешивают и доводят до кипения. Готовый кисель охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования к качеству:

Цвет соответствует набору фруктов. Консистенция киселя вязкая, фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные набору продуктов. Фрукты должны сохранять форму нарезки.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.20.** Фрукты, включая цитрусовые, промывают в условиях цеха первичной обработки овощей (овощного цеха), а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20

Наименование изделия: КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ

Номер рецептуры: 41

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свежие фрукты	30	26,4
Сахар	9	9
Крахмал	7,5	7,5
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,7	7,7	17,9	69	15	0,8	0,005	0,004	3,2

Технология приготовления:

Фрукты* перебирают, моют в тёплой воде. Удаляют семена и семенные гнёзда, нарезают дольками. В горячую воду кладут сахар, размешивают, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут. В подготовленный горячий сироп погружают фрукты и варят 8-10 минут. Крахмал разводят в небольшом количестве холодной кипяченой воды, вливают в готовый сироп, размешивают и доводят до кипения. Готовый кисель охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования к качеству:

Цвет соответствует набору фруктов. Консистенция киселя вязкая, фруктов мягкая. Вкус и запах свойственные набору продуктов. Фрукты должны сохранять форму нарезки.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.20.** Фрукты, включая цитрусовые, промывают в условиях цеха первичной обработки овощей (овощного цеха), а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 21

Наименование изделия: КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК

Номер рецептуры: 35

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кисломолочный напиток	150	150
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6	4,8	6,3	100,5	186	0,15	0,03	0,19	0,5

Технология приготовления:

Готовый продукт промышленного производства. Выдается в упаковке производителя.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 22

Наименование изделия: КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК

Номер рецептуры: 35

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кисломолочный напиток	180	180
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,2	5,76	7,56	120,6	223	0,18	0,04	0,23	0,54

Технология приготовления:

Готовый продукт промышленного производства. Выдается в упаковке производителя.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 23

Наименование изделия: СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ

Номер рецептуры: 98

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06 по 30.06	55	33
Картофель с 01.07 по 31.10	44	33
Лук	7	6
Морковь	10	8
Вермишель	5	5
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,67	1,41	10,49	67,35	22	0,5	0,05	0,03	0,03

Технология приготовления:

Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. В кипящую воду положить нарезанный кубиками картофель*, варить 7-10 минут, затем добавить вермишель, припущенные овощи, соль и варить до готовности 15-20 минут.

Требования к качеству:

Овощи и вермишель сохранили форму, консистенция их мягкая. Вкус и запах свойственный набору продуктов.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 24

Наименование изделия: СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ

Номер рецептуры: 98

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	65	39
Картофель с 01.07-31.10	52	39
Лук	8	6,4
Морковь	10	8
Вермишель	10	10
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,22	1,88	13,98	89,78	29	0,7	0,06	0,04	4,58

Технология приготовления:

Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. В кипящую воду положить нарезанный кубиками картофель*, варить 7-10 минут, затем добавить вермишель, припущенные овощи, соль и варить до готовности 15-20 минут.

Требования к качеству:

Овощи и вермишель сохранили форму, консистенция их мягкая. Вкус и запах свойственный набору продуктов.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 25

Наименование изделия: **БОРЩ СО СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: 6

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	55	33
Картофель с 01.07-31.10	44	33
Лук	7	5,6
Морковь	8	6
Свекла	20	16
Капуста	40	38
Томат	4	4
Сметана	7	7
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,46	1,6	7,9	52,5	33	6,3	0,03	0,04	7,48

Технология приготовления:

Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Свеклу* очистить, промыть, мелко нарезать или натереть на крупной тёрке. Тушить в небольшом количестве воды с добавлением томата в закрытой посуде в течение 30 минут, сначала на сильном огне, затем на тихом. В кипящую воду положить нарезанный кубиками картофель*, варить 7-10 минут. Белокочанную капусту зачистить, промыть, нашинковать соломкой, добавить к картофелю и варить 15-20 минут. Затем добавить тушеную свеклу, припущенные корни, соль и варить до готовности. В готовый борщ положить сметану и дать вскипеть.

Требования к качеству:

Цвет бульона малиново-красный. Овощи сохранили форму нарезки, консистенция овощей мягкая.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 26

Наименование изделия: БОРЩ СО СМЕТАНОЙ

Номер рецептуры: 6

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	65	39
Картофель с 01.07-31.10	52	39
Лук	7	6
Морковь	10	8
Свекла	20	16
Капуста	50	40
Томат	9	9
Сметана	11	11
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,95	2,13	10,53	70	44	8,4	0,04	0,05	9,98

Технология приготовления:

Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Свеклу* очистить, промыть, мелко нарезать или натереть на крупной тёрке. Тушить в небольшом количестве воды с добавлением томата в закрытой посуде в течение 30 минут, сначала на сильном огне, затем на тихом. В кипящую воду положить нарезанный кубиками картофель*, варить 7-10 минут. Белокочанную капусту зачистить, промыть, нашинковать соломкой, добавить к картофелю и варить 15-20 минут. Затем добавить тушеную свеклу, припущенные корни, соль и варить до готовности. В готовый борщ положить сметану и дать вскипеть.

Требования к качеству:

Цвет бульона малиново-красный. Овощи сохранили форму нарезки, консистенция овощей мягкая.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 27

Наименование изделия: БОРЩ

Номер рецептуры: 7

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	55	33
Картофель с 01.07-31.10	44	33
Лук	10	8
Морковь	10	8
Капуста	50	40
Томат	6	6
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
1,16	1,4	7	50	30	0,9	0,03	0,04	7,48

Технология приготовления:

Подготовленные овощи: морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. В кипящую воду положить нарезанный кубиками картофель*, варить 7-10 минут. Белокочанную капусту зачистить, промыть, нашинковать соломкой, добавить к картофелю и варить 15-20 минут. Затем добавить тушеную овощи, томат, соль и варить до готовности.

Требования к качеству:

Цвет бульона красный. Овощи сохранили форму нарезки, консистенция овощей мягкая.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28

Наименование изделия: БОРЩ

Номер рецептуры: 7

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	65	39
Картофель с 01.07-31.10	52	39
Лук	10	8
Морковь	10	8
Капуста	60	48
Томат	7	7
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,55	1,87	9,33	66,7	40	1,2	0,04	0,05	9,97

Технология приготовления:

Подготовленные овощи: морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. В кипящую воду положить нарезанный кубиками картофель*, варить 7-10 минут. Белокочанную капусту зачистить, промыть, нашинковать соломкой, добавить к картофелю и варить 15-20 минут. Затем добавить тушеную овощи, томат, соль и варить до готовности.

Требования к качеству:

Цвет бульона красный. Овощи сохранили форму нарезки, консистенция овощей мягкая.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 29

Наименование изделия: СУП РИСОВЫЙ

Номер рецептуры: 98

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	55	33
Картофель с 01.07-31.10	44	33
Лук	7	5,6
Морковь	10	8
Рис	5	5
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,68	3,53	7,34	68,18	35	0,6	0,17	0,06	3,19

Технология приготовления:

Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. В кипящую воду положить рис, варить 5-10 минут, затем добавить нарезанный кубиками картофель*, варить 7-10 минут. Ввести припущенные овощи, соль и варить до готовности 15-20 минут.

Требования к качеству:

Овощи и рис сохранили форму, консистенция их мягкая. Вкус и запах свойственный набору продуктов.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 30

Наименование изделия: СУП РИСОВЫЙ

Номер рецептуры: 98

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	65	39
Картофель с 01.07-31.10	52	39
Лук	8	6,4
Морковь	10	8
Рис	10	10
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,24	4,7	9,8	90,9	47	0,8	0,22	0,08	4,25

Технология приготовления:

Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. В кипящую воду положить рис, варить 5-10 минут, затем добавить нарезанный кубиками картофель*, варить 7-10 минут. Ввести припущенные овощи, соль и варить до готовности 15-20 минут.

Требования к качеству:

Овощи и рис сохранили форму, консистенция их мягкая. Вкус и запах свойственный набору продуктов.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 31

Наименование изделия: СУП РЫБНЫЙ

Номер рецептуры: 95

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	65	39
Картофель с 01.07-31.10	52	39
Лук	10	8
Морковь	7	6
Рыба свежая	14	12
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
18,48	1,99	9,9	145,6	52	0,7	0,07	13,18	5,47

Технология приготовления:

Морковь, лук** нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Рыбу* помыть, удалить плавники и кости. Сварить рыбный бульон. В кипящий рыбный бульон положить мелко нарезанный картофель**, сварить всё до готовности, соединить с готовыми тушёнными овощами и довести до кипения.

Требования к качеству:

Картофель мягкий, цвет супа светло-жёлтый. Вкус и запах, свойственные продуктам с ароматом пассированных овощей и рыбы.

** СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 32

Наименование изделия: СУП РЫБНЫЙ

Номер рецептуры: 95

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	65	39
Картофель с 01.07-31.10	52	39
Лук	10	8
Морковь	10	8
Рыба свежая	20	19
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
24,64	2,66	13,19	194,1	70	0,9	0,1	17,58	7,3

Технология приготовления:

Морковь, лук** нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Рыбу* помыть, удалить плавники и кости. Сварить рыбный бульон. В кипящий рыбный бульон положить мелко нарезанный картофель**, сварить всё до готовности, соединить с готовыми тушёнными овощами и довести до кипения.

Требования к качеству:

Картофель мягкий, цвет супа светло-жёлтый. Вкус и запах, свойственные продуктам с ароматом пассированных овощей и рыбы.

** **СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 33

Наименование изделия: СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ

Номер рецептуры: 96

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	64	39
Картофель с 01.07-31.10	52	39
Лук	7	6
Морковь	10	8
Рыба свежая	14	13
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
18,48	1,99	9,9	145,6	52	0,7	0,07	13,18	5,47

Технология приготовления:

Морковь, лук** нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Рыбу* помыть, удалить плавники и кости. Сварить рыбный бульон. В кипящий рыбный бульон положить мелко нарезанный картофель**, сварить всё до готовности, соединить с готовыми тушёными овощами и довести до кипения.

Требования к качеству:

Картофель мягкий, цвет супа светло-жёлтый. Вкус и запах, свойственные продуктам с ароматом пассированных овощей и рыбы.

** СанПиН 2.4.1.304-13. п.15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 34

Наименование изделия: СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ

Номер рецептуры: 96

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	65	39
Картофель с 01.07-31.10	52	39
Лук	10	8
Морковь	10	8
Рыба свежая	20	19
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
24,64	2,66	13,19	194,1	70	0,9	0,1	17,58	7,3

Технология приготовления:

Морковь, лук** нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Рыбу* помыть, удалить плавники и кости. Сварить рыбный бульон. В кипящий рыбный бульон положить мелко нарезанный картофель**, сварить всё до готовности, соединить с готовыми тушёными овощами и довести до кипения.

Требования к качеству:

Картофель мягкий, цвет супа светло-жёлтый. Вкус и запах, свойственные продуктам с ароматом пассированных овощей и рыбы.

** **СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 35

Наименование изделия: СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ

Номер рецептуры: 99

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	55	33
Картофель с 01.07-31.10	44	33
Лук	7	6
Морковь	10	8
Свекла	30	24
Томат	6	6
Сметана	7	7
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,8	2,65	7,64	65,83	37	0,8	0,07	0,06	7,41

Технология приготовления:

Очищенную и вымытую свеклу* нарезать соломкой или нашинковать. Сложить в кастрюлю, добавить воды, томат, сливочное масло, тушить, закрыв крышкой. Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. В кипящую воду кладут очищенный и нарезанный кубиками картофель*, варят до полуготовности. Затем добавляют припущенные свеклу, лук, морковь. Варят до готовности. В готовый суп кладут сметану, доводят до кипения и свекольник готов.

Требования к качеству:

Овощи сохраняют правильную форму нарезки, не переварены, имеют мягкую консистенцию, цвет блюда малиновый, вкус кисло-сладкий. Не допустим привкус сырой свеклы.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 36

Наименование изделия: СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ

Номер рецептуры: 99

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	65	39
Картофель с 01.07-31.10	52	39
Лук	8	6,4
Морковь	10	8
Свекла	30	24
Томат	7	7
Сметана	11	11
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,74	3,54	10,18	87,78	50	1	0,09	0,08	9,88

Технология приготовления:

Очищенную и вымытую свеклу* нарезать соломкой или нашинковать. Сложить в кастрюлю, добавить воды, томат, сливочное масло, тушить, закрыв крышкой. Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. В кипящую воду кладут очищенный и нарезанный кубиками картофель*, варят до полуготовности. Затем добавляют припущенные свеклу, лук, морковь. Варят до готовности. В готовый суп кладут сметану, доводят до кипения и свекольник готов.

Требования к качеству:

Овощи сохраняют правильную форму нарезки, не переварены, имеют мягкую консистенцию, цвет блюда малиновый, вкус кисловато-сладкий. Не допустим привкус сырой свеклы.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 37

Наименование изделия: СУП ГОРОХОВЫЙ

Номер рецептуры: 88

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	55	33
Картофель с 01.07-31.10	44	33
Лук	8	6,4
Морковь	9	7,2
Горох	10	10
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,66	1,83	12,1	92,9	35	1,6	0,16	0,06	3,2

Технология приготовления:

Горох перебрать, промыть, заложить в кипящую воду и варить до готовности. Затем добавить нарезанный кубиками картофель*. Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Ввести припущенные овощи в суп за 10-15 минут до конца варки, добавив соль.

Требования к качеству:

Овощи сохранили форму, консистенция их мягкая. Горох разварен. Вкус и запах свойственный набору продуктов.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 38

Наименование изделия: СУП ГОРОХОВЫЙ

Номер рецептуры: 88

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	65	39
Картофель с 01.07-31.10	52	39
Лук	10	8
Морковь	10	8
Горох	10	10
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,21	2,44	16,1	185,8	47	2,1	0,32	0,12	4,3

Технология приготовления:

Горох перебрать, промыть, заложить в кипящую воду и варить до готовности. Затем добавить нарезанный кубиками картофель*. Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Ввести припущенные овощи в суп за 10-15 минут до конца варки, добавив соль.

Требования к качеству:

Овощи сохранили форму, консистенция их мягкая. Горох разварен. Вкус и запах свойственный набору продуктов.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 39

Наименование изделия: СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ

Номер рецептуры: 204

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий

для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.:

А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:

А.С.К., 2005

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	55	33
Картофель с 01.07-31.10	44	33
Лук	7	6
Морковь	8	6,4
Пшено	5	5
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,8	2,38	9,88	79,87	20	0,7	0,01	0,2	5,1

Технология приготовления:

Пшено перебрать, промыть, заложить в кипящую воду и варить до готовности. Затем добавить нарезанный кубиками картофель*. Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Ввести припущенные овощи в суп за 10-15 минут до конца варки, добавив соль.

Требования к качеству:

Овощи сохранили форму, консистенция их мягкая. Пшено разварено. Вкус и запах свойственный набору продуктов.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 40

Наименование изделия: СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ

Номер рецептуры: 204

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий
для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.:
А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.:
А.С.К., 2005

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	65	39
Картофель с 01.07-31.10	52	39
Лук	8	6,4
Морковь	10	8
Пшено	10	10
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,4	3,17	19,76	106,5	27	1,4	0,01	0,03	6,8

Технология приготовления:

Пшено перебрать, промыть, заложить в кипящую воду и варить до готовности. Затем добавить нарезанный кубиками картофель*. Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Ввести припущенные овощи в суп за 10-15 минут до конца варки, добавив соль.

Требования к качеству:

Овощи сохранили форму, консистенция их мягкая. Пшено разварено. Вкус и запах свойственный набору продуктов.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 41

Наименование изделия: СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ

Номер рецептуры: 89

Наименование сборника рецептов: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	83	50
Картофель с 01.07-31.10	67	50
Лук	7	6
Морковь	8	6,4
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,6	2	9,01	80,6	28	0,6	0,03	0,05	6,76

Технология приготовления:

Нарезанный кубиками картофель* опустить в кипящую воду. Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Ввести припущенные овощи в суп за 10-15 минут до конца варки, добавив соль.

Требования к качеству:

Овощи сохранили форму, консистенция их мягкая. Вкус и запах свойственный набору продуктов. Отпускается с сухариками.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 42

Наименование изделия: СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ

Номер рецептуры: 89

Наименование сборника рецептур: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	85	51
Картофель с 01.07-31.10	68	51
Лук	8	6,4
Морковь	8	6,4
Масло сливочное	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		250

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,13	2,7	12,01	107,5	37	0,8	0,04	0,07	9

Технология приготовления:

Нарезанный кубиками картофель* опустить в кипящую воду. Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением сливочного масла. Ввести припущенные овощи в суп за 10-15 минут до конца варки, добавив соль.

Требования к качеству:

Овощи сохранили форму, консистенция их мягкая. Вкус и запах свойственный набору продуктов. Отпускается с сухариками.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п.15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 43

Наименование изделия: КАША ПШЕНИЧНАЯ

Номер рецептуры: 28

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшеничная	32	32
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		120

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,84	2,89	16,47	108,2	11	1,8	0,08	0,04	0

Технология приготовления:

В кипящую воду положить соль, всыпать подготовленную крупу* и варить до загустения, периодически помешивая. Когда каша загустеет, довести до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. Сливочное масло растопить в отдельной посуде, прокипятить, добавить в готовую кашу, тщательно перемешать, снять с плиты.

Требования к качеству:

Зёрна крупы хорошо набухшие, разварены. Консистенция зёрен мягкая. Цвет светло-коричневый. Вкус и запах свойственные набору продуктов без признаков вкуса пригорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.15. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 44

Наименование изделия: КАША ПШЕНИЧНАЯ

Номер рецептуры: 28

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшеничная	48	48
Масло сливочное	3	3
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
8,55	7,23	41,17	270,5	14	4,5	0,21	0,11	0

Технология приготовления:

В кипящую воду положить соль, всыпать подготовленную крупу* и варить до загустения, периодически помешивая. Когда каша загустеет, довести до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. Сливочное масло растопить в отдельной посуде, прокипятить, добавить в готовую кашу, тщательно перемешать, снять с плиты.

Требования к качеству:

Зёрна крупы хорошо набухшие, разварены. Консистенция зёрен мягкая. Цвет светло-коричневый. Вкус и запах свойственные набору продуктов без признаков вкуса пригорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.15. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 45

Наименование изделия: МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: 49

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макароны	45	45
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		120

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,69	6,48	25,03	183,81	5	0,7	0,05	0,02	0

Технология приготовления:

Макаронные изделия засыпать, помешивая, в кипящую подсоленную воду (в соотношении не менее 1:6) и отварить до готовности. Готовые макароны откинуть на сито, дать стечь воде, затем заправить прокипячённым сливочным маслом, перемешать.

Требования к качеству:

Макаронные изделия хорошо набухшие, разварены. Консистенция мягкая, без комков. Цвет, вкус и запах свойственные отварным макаронам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 46

Наименование изделия: МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: 49

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макароны	65	65
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,9	8,11	31,29	229,76	7	0,8	0,06	0,02	0

Технология приготовления:

Макаронные изделия засыпать, помешивая, в кипящую подсоленную воду (в соотношении не менее 1:6) и отварить до готовности. Готовые макароны откинуть на сито, дать стечь воде, затем заправить прокипячённым сливочным маслом, перемешать.

Требования к качеству:

Макаронные изделия хорошо набухшие, разварены. Консистенция мягкая, без комков. Цвет, вкус и запах свойственные отварным макаронам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 47

Наименование изделия: ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ

Номер рецептуры: 63

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с01.06-30.06.	167	100
Картофель с01.07-31.10.	133	100
Молоко	20	20
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		120

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,71	3,76	6,8	103,15	44	0,6	0,08	0,08	2,68

Технология приготовления:

В кипящую, подсоленную воду опускают очищенный картофель* и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают (или разминают) в горячем состоянии. В протёртый картофель добавляют горячее кипяченое молоко и прокипячённое сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Требования к качеству:

Цвет бело-кремовый (в зависимости от цвета сырого картофеля может быть жёлтым), консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла.

Не допускается: Цвет с синеватым оттенком, с темными глазками, кусочки не протёртого картофеля, запах подгорелого молока, водянистый вкус.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. п.15.18.3.** Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

СанПиН 2.4.1.3049-13. 15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 48

Наименование изделия: ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ

Номер рецептуры: 63

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	216	130
Картофель с 01.07-31.07.	173	130
Молоко	20	20
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,39	4,69	27,66	128,92	56	0,8	0,1	0,11	3,34

Технология приготовления:

В кипящую, подсоленную воду опускают очищенный картофель* и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают (или разминают) в горячем состоянии. В протёртый картофель добавляют горячее кипяченое молоко и прокипячённое сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Требования к качеству:

Цвет бело-кремовый (в зависимости от цвета сырого картофеля может быть жёлтым), консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла.

Не допускается: Цвет с синеватым оттенком, с темными глазками, кусочки не протёртого картофеля, запах подгорелого молока, водянистый вкус.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. п.15.18.3.** Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

СанПиН 2.4.1.3049-13. 15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 49

Наименование изделия: ПЮРЕ МОРКОВНО-КАРТОФЕЛЬНОЕ

Номер рецептуры: 74

Наименование сборника рецептов: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	108	65
Картофель с 01.07-31.10.	86	65
Морковь	70	56
Молоко	20	20
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		120

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,33	1,95	7	100	47	0,8	0,08	0,08	2,71

Технология приготовления:

В кипящую, подсоленную воду опускают очищенную, нарезанную кусочками морковь* и варят до полуготовности, затем опускают очищенный картофель* и варят до готовности. Отвар сливают, картофель и морковь протирают (или разминают) в горячем состоянии. В протёртые овощи добавляют горячее кипяченое молоко и прокипячённое сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Требования к качеству:

Цвет светло-оранжевый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла.

Не допускается: кусочки с темными глазками и кусочки не протёртых овощей, запах подгорелого молока, водянистый вкус.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. п.15.18.3.** Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

СанПиН 2.4.1.3049-13. 15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 50

Наименование изделия: ПЮРЕ МОРКОВНО-КАРТОФЕЛЬНОЕ

Номер рецептуры: 74

Наименование сборника рецептов: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	118	71
Картофель с 01.07-31.10.	95	71
Морковь	90	72
Молоко	20	20
Масло сливочное	3	3
Соль йодированная	1,5	1,5
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,9	2,44	8,75	125	59	1	0,1	0,1	3,39

Технология приготовления:

В кипящую, подсоленную воду опускают очищенную, нарезанную кусочками морковь* и варят до полуготовности, затем опускают очищенный картофель* и варят до готовности. Отвар сливают, картофель и морковь протирают (или разминают) в горячем состоянии. В протёртые овощи добавляют горячее кипяченое молоко и прокипячённое сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Требования к качеству:

Цвет светло-оранжевый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла.

Не допускается: кусочки с темными глазками и кусочки не протёртых овощей, запах подгорелого молока, водянистый вкус.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. п.15.18.3.** Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

СанПиН 2.4.1.3049-13. 15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 51

Наименование изделия: БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ В
МОЛОЧНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ

Номер рецептуры: 126

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в
дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура
из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга»
г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 кат. бескостная	58	55
Молоко	20	20
Лук	5	4
Морковь	5	4
Сметана	10,5	10,5
Мука	6,5	6,5
Масло растительное	2,5	2,5
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
10,04	9,5	2,55	135,5	23	1,3	2,45	0,07	0,29

Технология приготовления:

Подготовленное мясо заливают холодной водой (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды) так, чтобы куски мяса были полностью покрыты, быстро доводят до кипения, снижают нагрев и варят при слабом кипении. Для улучшения вкуса и аромата отварного мяса в бульон за 20-30 минут до готовности добавляют репчатый лук, морковь. Отварное мясо нашинковать соломкой. Из молока, подсушенной муки и сметаны приготовить соус. Подготовленное мясо положить в сотейник, добавить соль, варённую натёртую морковь, залить соусом, перемешать. Тушить на слабом огне 10-15 минут (после закипания).

Требования к качеству:

Цвет мяса – светло-коричневый; соуса – кремовый. Консистенция мяса – сочная, мягкая; соуса – однородная. Вкус и запах соответствуют отварному мясу и соусу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 52

Наименование изделия: БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ В
МОЛОЧНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ

Номер рецептуры: 126

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в
дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура
из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга»
г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 кат. бескостная	73	69
Молоко	20	20
Лук	10	8
Морковь	10	8
Сметана	12,5	12,5
Мука	6,5	6,5
Масло растительное	3	3
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		80

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
13,38	12,62	3,4	180,65	31	1,8	3,28	0,09	0,38

Технология приготовления:

Подготовленное мясо заливают холодной водой (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды) так, чтобы куски мяса были полностью покрыты, быстро доводят до кипения, снижают нагрев и варят при слабом кипении. Для улучшения вкуса и аромата отварного мяса в бульон за 20-30 минут до готовности добавляют репчатый лук, морковь. Отварное мясо нашинковать соломкой. Из молока, подсушенной муки и сметаны приготовить соус. Подготовленное мясо положить в сотейник, добавить соль, варённую натёртую морковь, залить соусом, перемешать. Тушить на слабом огне 10-15 минут (после закипания).

Требования к качеству:

Цвет мяса – светло-коричневый; соуса – кремовый. Консистенция мяса – сочная, мягкая; соуса – однородная. Вкус и запах соответствуют отварному мясу и соусу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 53

Наименование изделия: КУРЫ ОТВАРНЫЕ ИЗМЕЛЬЧЁННЫЕ

Номер рецептуры: 46

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Цыплята-бройлеры 1 кат. потр.	61	57
Лук	5	4
Морковь	5	4
Соль йодированная	0,7	0,7
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
13,35	8,5	0	139,3	10	0,7	0,07	0,07	0,8

Технология приготовления:

Обработанную куриную тушку нарубить на порции, уложить в сотейник, залить водой, довести до кипения, периодически снимая накипь. Добавить измельченные овощи, соль и тушить при слабом кипении до готовности 30-35 минут.

Требования к качеству:

Консистенция мякоти курицы нежная, сочная, не волокнистая; цвет филейной части – белый, ножек – коричневый. Вкус и запах соответственные вареной курице.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 54

Наименование изделия: КУРЫ ОТВАРНЫЕ ИЗМЕЛЬЧЁННЫЕ

Номер рецептуры: 46

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Цыплята-бройлеры 1 кат. потр.	75	71
Лук	7	5,6
Морковь	7	5,6
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		90

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
20,03	12,79	0	208,9	15	1,1	0,11	0,11	1,21

Технология приготовления:

Обработанную куриную тушку нарубить на порции, уложить в сотейник, залить водой, довести до кипения, периодически снимая накипь. Добавить измельченные овощи, соль и тушить при слабом кипении до готовности 30-35 минут.

Требования к качеству:

Консистенция мякоти курицы нежная, сочная, не волокнистая; цвет филейной части – белый, ножек – коричневый. Вкус и запах соответственные вареной курице.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 55

Наименование изделия: ОВОЩИ ТУШЁННЫЕ

Номер рецептуры: 64

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	140	84
Картофель с 01.07-31.10	112	84
Лук	18	14
Морковь	25	20
Капуста	45	36
Масло сливочное	3	3
Масло растительное	2	2
Соль йодированная	0,7	0,7
ВЫХОД:		120

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3	4,1	11,7	100,8	76	1	0,07	0,1	6,7

Технология приготовления:

Картофель, морковь, лук* очистить, промыть, нарезать дольками или кубиками и припустить в небольшом количестве воды со сливочным маслом до полуготовности.

Белокочанную капусту нарезать шашечками и припустить в воде. Затем картофель с овощами соединить с капустой, добавить соль и продолжить тушить до готовности.

Требования к качеству:

Овощи должны сохранять форму нарезки. Вкус и запах характерные для тушённых овощей.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. п.15.18.3.** Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

СанПиН 2.4.1.3049-13. 15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 56

Наименование изделия: ОВОЩИ ТУШЁННЫЕ

Номер рецептуры: 64

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 3101.06-30.06	150	90
Картофель с 01.07-31.10	120	90
Лук	20	16
Морковь	30	24
Капуста	60	48
Масло сливочное	3	3
Масло растительное	2,5	2,5
Соль йодированная	1,1	1,1
ВЫХОД:		160

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4	5,4	15,6	134,4	102	1,2	0,1	0,13	9

Технология приготовления:

Картофель, морковь, лук* очистить, промыть, нарезать дольками или кубиками и припустить в небольшом количестве воды со сливочным маслом до полуготовности.

Белокочанную капусту нарезать шашечками и припустить в воде. Затем картофель с овощами соединить с капустой, добавить соль и продолжить тушить до готовности.

Требования к качеству:

Овощи должны сохранять форму нарезки. Вкус и запах характерные для тушённых овощей.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15.18.3.** Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

СанПиН 2.4.1.3049-13. 15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 57

Наименование изделия: ОВОЩИ, ТУШЁННЫЕ В МОЛОКЕ

Номер рецептуры: 52

Наименование сборника рецептов: В.Т. Лапшина. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. / Министерство экономического развития и торговли РФ – М.:Изд-во «Хлебпродинформ», 2004. – 639 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	76	46
Картофель с 01.07-31.10	61	46
Молоко	20	20
Морковь	42	34
Капуста	50	40
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		
		120

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
4	5,4	15,6	134,4	102	1,2	0,1	0,13	9

Технология приготовления:

Обработанные овощи* нарезают крупными кусками и тушат в небольшом количестве молока до полуготовности. Затем добавляют нашинкованную капусту, сливочное масло и оставшееся молоко и продолжают тушить ещё 15-20 минут. За 5 минут до готовности кладут консервированный горошек.

Белокочанную капусту нарезать шашечками и припустить в воде. Затем картофель с овощами соединить с капустой, добавить соль и продолжить тушить до готовности.

Требования к качеству:

Овощи должны сохранять форму нарезки. Вкус и запах характерные набору овощей с привкусом молока.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. п.15.18.3.** Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

СанПиН 2.4.1.3049-13. 15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 58

Наименование изделия: ОВОЩИ, ТУШЁННЫЕ В МОЛОКЕ

Номер рецептуры: 52

Наименование сборника рецептов: В.Т. Лапшина. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. / Министерство экономического развития и торговли РФ – М.:Изд-во «Хлебпродинформ», 2004. – 639 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	85	50
Картофель с01.07-31.07.	67	50
Молоко	20	20
Морковь	65	52
Капуста	80	64
	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		
		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
4,5	5,33	14,4	123,6	93	2,19	0,12	0,15	27,36

Технология приготовления:

Обработанные овощи* нарезают крупными кусками и тушат в небольшом количестве молока до полуготовности. Затем добавляют нашинкованную капусту, сливочное масло и оставшееся молоко и продолжают тушить ещё 15-20 минут. За 5 минут до готовности кладут консервированный горошек.

Белокочанную капусту нарезать шашечками и припустить в воде. Затем картофель с овощами соединить с капустой, добавить соль и продолжить тушить до готовности.

Требования к качеству:

Овощи должны сохранять форму нарезки. Вкус и запах характерные набору овощей с привкусом молока.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.18.3.** Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.8. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 59

Наименование изделия: КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ОТВАРНЫМ МЯСОМ

Номер рецептуры: 16

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 кат. бескостная	91	86
Молоко	10	10
Лук	10	8
Морковь	10	8
Масло растительное	4	4
Масло сливочное	4	4
Яйцо	0,1 шт.	4
Картофель с 01.06-30.06	163	98
Картофель с01.07-31.10.	130	98
Соль йодированная	0,7	0,7
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	В ₁	В ₂	С
14,02	13,73	9,48	249,23	20	2,5	0,12	15,75	7,71

Технология приготовления:

Мясо промыть, зачистить от сухожилий, сварить, охладить, нарезать на кусочки и 2 раза вместе с репчатым луком и морковью пропустить через мясорубку. Хорошо перемешать. Картофель* очистить, промыть и сварить до готовности. Воду слить, картофель протереть в горячем виде. В протёртый картофель вводят ½ часть сливочного масла и сырое яйцо**, молоко и хорошо вымешивают.

На противень, смазанный маслом, выкладывают ½ массы картофельного пюре. На него уложить мясной фарш, сверху накрыть оставшимся картофельным пюре, смазать растопленным сливочным маслом и запекать в жарочном шкафу 15-20 минут при температуре 220°-280°С слоем не более 4-5 см.

Требования к качеству:

Поверхность ровная, без трещин. Вкус и запах свойственные картофелю с привкусом вареного мяса.

***СанПиН 2.4.1.304-13. п.15.18.3.** Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

***СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.8.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

**** СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 60

Наименование изделия: КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ОТВАРНЫМ МЯСОМ

Номер рецептуры: 16

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 кат. бескостная	94	88
Молоко	20	20
Лук	10	8
Морковь	10	8
Масло растительное	5	5
Масло сливочное	4	4
Яйцо	0,1 шт.	4
Картофель с 01.06-30.06	185	111
Картофель с 01.07-31.10	148	111
Соль йодированная	1,5	1,5
ВЫХОД:		230

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
17,92	17,55	14,56	318,46	26	3,2	0,16	20,12	9,8

Технология приготовления:

Мясо промыть, зачистить от сухожилий, сварить, охладить, нарезать на кусочки и 2 раза вместе с репчатым луком и морковью пропустить через мясорубку. Хорошо перемешать. Картофель* очистить, промыть и сварить до готовности. Воду слить, картофель протереть в горячем виде. В протёртый картофель вводят ½ часть сливочного масла и сырое яйцо**, молоко и хорошо вымешивают.

На противень, смазанный маслом, выкладывают ½ массы картофельного пюре. На него уложить мясной фарш, сверху накрыть оставшимся картофельным пюре, смазать растопленным сливочным маслом и запекать в жарочном шкафу 15-20 минут при температуре 220°-280°С слоем не более 4-5 см.

Требования к качеству:

Поверхность ровная, без трещин. Вкус и запах свойственные картофелю с привкусом вареного мяса.

***СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.18.3.** Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

***СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.8.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

**** СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 61

Наименование изделия: **КОТЛЕТА РЫБНАЯ**

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежая	95	90
Молоко	10	10
Морковь	10	8
Лук	10	8
Масло растительное	2	2
Хлеб пшеничный	8	8
Яйцо	0,1 шт.	4
Соль йодированная	0,4	0,4
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
16,27	4,67	3,88	123,95	37	0,2	0,01	0,11	0,02

Технология приготовления:

Рыбу помыть, отделить плавники, срезать филе. Филе рыбы пропускают через мясорубку вместе с луком и морковью, добавляют замоченный в молоке белый хлеб и ещё раз пропускают через мясорубку. В полученную массу добавляют яйца*, соль и хорошо вымешивают. Формуют котлеты, выкладывают на противень смазанный маслом, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования румяной корочки, затем поливают водой или рыбным бульоном и тушат до готовности 15-20 минут.

Требования к качеству:

Цвет поверхности золотистый, изделия приплюснуто-овальной формы, поверхность и края без трещин. Консистенция сочная, однородная.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15. 14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 62

Наименование изделия: **КОТЛЕТА РЫБНАЯ**

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежая	100	95
Молоко	10	10
Морковь	6	4,8
Лук	10	8
Масло растительное	3	3
Хлеб пшеничный	15	15
Яйцо	0,1 шт.	4
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		80

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
21,7	6,23	5,17	165,27	49	0,3	0,01	0,15	0,03

Технология приготовления:

Рыбу помыть, отделить плавники, срезать филе. Филе рыбы пропускают через мясорубку вместе с луком и морковью, добавляют замоченный в молоке белый хлеб и ещё раз пропускают через мясорубку. В полученную массу добавляют яйца*, соль и хорошо вымешивают. Формуют котлеты, выкладывают на противень смазанный маслом, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования румяной корочки, затем поливают водой или рыбным бульоном и тушат до готовности 15-20 минут.

Требования к качеству:

Цвет поверхности золотистый, изделия приплюснуто-овальной формы, поверхность и края без трещин. Консистенция сочная, однородная.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15. 14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 63

Наименование изделия: ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ

Номер рецептуры: 104

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежая	79	74
Хлеб пшеничный	5	5
Яйцо	0,1 шт.	4
Масло растительное	3	3
Молоко	10	10
Лук	8	6,4
Морковь	8	6,4
Рис	10	10
Соль йодированная	1	1
Томат	8	8
Выход		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
16,27	4,67	3,87	123,9	31	0,2	0,01	0,11	0,03

Технология приготовления:

Рыбу помыть, отделить плавники, срезать филе. Филе рыбы пропускают через мясорубку вместе с луком и морковью, добавляют замоченный в молоке белый хлеб и ещё раз пропускают через мясорубку. В полученную массу добавляют яйца*, соль, отваренный рис и хорошо вымешивают. Формуют тефтели округлой формы, выкладывают на противень смазанный маслом, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования румяной корочки, затем поливают водой или рыбным бульоном и тушат до готовности 15-20 минут.

Требования к качеству:

Цвет поверхности золотистый, изделия приплюснуто-круглой формы, поверхность и края без трещин. На разрезе светло-серого цвета, видны крупинки риса. Консистенция сочная, однородная.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 14. Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 64

Наименование изделия: ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ

Номер рецептуры: 104

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежая	84	79
Хлеб пшеничный	10	10
Яйцо	0,1 шт.	4
Масло растительное	4	4
Молоко	10	10
Лук	10	8
Морковь	10	8
Рис	10	10
Соль йодированная	1	1
Томат	10	10
Выход:		100

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
27,12	7,78	6,45	206,5	52	0,3	0,02	0,11	0,05

Технология приготовления:

Рыбу помыть, отделить плавники, срезать филе. Филе рыбы пропускают через мясорубку вместе с луком и морковью, добавляют замоченный в молоке белый хлеб и ещё раз пропускают через мясорубку. В полученную массу добавляют яйца*, соль, отваренный рис и хорошо вымешивают. Формуют тефтели округлой формы, выкладывают на противень смазанный маслом, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования румяной корочки, затем поливают водой или рыбным бульоном и тушат до готовности 15-20 минут.

Требования к качеству:

Цвет поверхности золотистый, изделия приплюснуто-круглой формы, поверхность и края без трещин. На разрезе светло-серого цвета, видны крупинки риса. Консистенция сочная, однородная.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 14. Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 65

Наименование изделия: **Биточки мясные**

Номер рецептуры: 13

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 кат. бескостная	82	77
Лук	10	8
Морковь	9	7,2
Масло растительное	4	4
Яйцо	0,1 шт.	4
Томат	7	7
Соль йодированная	1,5	1,5
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
13,16	13,18	16,88	239,76	72	2,2	0,07	0,13	41,6

Технология приготовления:

Подготовленные мясо, лук и морковь пропускают через мясорубку 2 раза. перемешивают. В полученную массу добавляют яйца*, соль и хорошо вымешивают. Формуют биточки круглой формы, выкладывают на противень смазанный маслом, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования румяной корочки, затем поливают томатом и тушат до готовности 15-20 минут.

Требования к качеству:

Цвет поверхности оранжевый, изделия приплюснуто-круглой формы, поверхность и края без трещин. Консистенция сочная, однородная. Вкус и запах, свойственные набору продуктов.

*** СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15. 14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 66

Наименование изделия: **Биточки мясные**

Номер рецептуры: 13

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 кат. бескостная	89	83
Лук	10	8
Морковь	10	8
Масло растительное	5	5
Яйцо	0,2 шт.	8
Томат	10	10
Соль йодированная	1,1	1,1
ВЫХОД:		70

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
16,82	16,83	21,57	306,38	93	2,8	0,09	0,16	53,22

Технология приготовления:

Подготовленные мясо, лук и морковь пропускают через мясорубку 2 раза. Рисовую крупу перебирают, промывают и варят до полуготовности. Мясо соединяют с отваренным рисом, добавляют соль и перемешивают. Белокочанную капусту нарезают мелкой соломкой, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, перекладывают в дуршлаг, дают стечь отвару. Подготовленную капусту соединяют с мясом и рисом, перемешивают. В полученную массу добавляют яйца*, соль и хорошо вымешивают. Формуют голубцы овальной формы (по 2 голубца на порцию), выкладывают на противень смазанный маслом, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°С до образования румяной корочки, затем поливают томатом и тушат до готовности 15-20 минут.

Требования к качеству:

Цвет поверхности оранжевый, изделия приплюснуто-овальной формы, поверхность и края без трещин. Консистенция сочная, однородная. Капуста мелкая, вкус и запах, свойственные набору продуктов.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 67

Наименование изделия: ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ

Номер рецептуры: 51

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 01.06-30.06	163	98
Картофель с 01.07-31.10	130	98
Говядина 1 кат. бескостная	58	55
Лук	10	8
Морковь	15	12
Масло растительное	4	4
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
14,89	13,48	15,7	252,45	32	2,8	0,13	0,14	7,2

Технология приготовления:

Мясо говядины нарезать (1-2 кусочка на порцию), сложить в посуду, добавить воду и тушить 20-25 минут. Картофель, репчатый лук и морковь* нарезают кубиками. Лук и морковь припускают в бульоне с добавлением масла, соединяют с мясом. Картофель укладывают сверху мяса, добавляют соль. Доливают воду так, чтобы бульон закрывал картофель. Жаркое тушат 20 минут.

Требования к качеству:

Тушеное мясо светло-серого цвета, порционные кусочки мяса должны сохранить свою форму. Консистенция мяса и картофеля мягкая, сочная. Мясо легко разжевывается.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15.18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 68

Наименование изделия: ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ

Номер рецептуры: 51

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с01.06-30.06.	207	124
Картофель с 01.07-31.10	165	124
Говядина 1 кат. бескостная	64	60
Лук	10	8
Морковь	15	12
Масло растительное	5	5
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		230

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
19,02	17,23	20,05	322,6	40	3,5	0,16	0,18	9,2

Технология приготовления:

Мясо говядины нарезать (1-2 кусочка на порцию), сложить в посуду, добавить воду и тушить 20-25 минут. Картофель, репчатый лук и морковь* нарезают кубиками. Лук и морковь припускают в бульоне с добавлением масла, соединяют с мясом. Картофель укладывают сверху мяса, добавляют соль. Доливают воду так, чтобы бульон закрывал картофель. Жаркое тушат 20 минут.

Требования к качеству:

Тушеное мясо светло-серого цвета, порционные кусочки мяса должны сохранить свою форму. Консистенция мяса и картофеля мягкая, сочная. Мясо легко разжевывается.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 69

Наименование изделия: ПЛОВ С ПТИЦЕЙ

Номер рецептуры: 88

Наименование сборника рецептур: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рис	45	45
Цыплята-бройлеры 1 к. пот.	51	48
Лук	10	8
Морковь	10	8
Масло растительное	3	3
Соль йодированная	0,8	0,8
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
7,4	4,58	21,04	152,73	8	0,3	0,03	0,05	0

Технология приготовления:

Мясо птицы нарезать (1-2 кусочка на порцию), сложить в посуду, добавить воду и тушить 20-25 минут. Рис перебрать, промыть. Лук и морковь припускают в бульоне с добавлением масла, соединяют с мясом, добавить горячий бульон или воду, довести до кипения, добавить рис, варить до загустения.

Требования к качеству:

Тушеное мясо светло-серого цвета, порционные кусочки мяса должны сохранить свою форму. Консистенция мяса мягкая, сочная. Мясо легко разжевывается. Рис хорошо проварен. Овощи равномерно распределены.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 70

Наименование изделия: ПЛОВ С ПТИЦЕЙ

Номер рецептуры: 88

Наименование сборника рецептур: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рис	65	65
Цыплята-бройлеры 1 к. пот.	50	47
Лук	10	8
Морковь	10	8
Масло растительное	3	3
Соль йодированная	1,5	1,5
ВЫХОД:		230

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
9,45	5,85	26,88	195,15	12	0,4	0,04	0,06	0

Технология приготовления:

Мясо птицы нарезать (1-2 кусочка на порцию), сложить в посуду, добавить воду и тушить 20-25 минут. Рис перебрать, промыть. Лук и морковь припускают в бульоне с добавлением масла, соединяют с мясом, добавить горячий бульон или воду, довести до кипения, добавить рис, варить до загустения.

Требования к качеству:

Тушеное мясо светло-серого цвета, порционные кусочки мяса должны сохранить свою форму. Консистенция мяса мягкая, сочная. Мясо легко разжевывается. Рис хорошо проварен. Овощи равномерно распределены.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 71

Наименование изделия: КОТЛЕТА МЯСНАЯ

Номер рецептуры: 42

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 кат. на костях	84	62
Говядина 1 кат. бескостная	66	62
Яйцо	0,1 шт.	4
Лук	5	4
Хлеб пшеничный	5	5
Масло растительное	3	3
Молоко	10	10
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
9,5	8,93	3,67	133,2	7	1,4	0,04	0,07	0,5

Технология приготовления:

Мясо промывают, зачищают от сухожилий, пропускают через мясорубку вместе с луком 2 раза, добавляют замоченный в молоке белый хлеб и ещё раз пропускают через мясорубку. В полученную массу добавляют яйца*, соль и хорошо выбивают. Из подготовленной массы формируют котлеты, выкладывают на противень смазанный маслом, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования румяной корочки, затем поливают водой или мясным бульоном и тушат до готовности 15-20 минут. Готовность определяют по образовавшимся на поверхности изделия белым воздушным пузырькам и появлению светлого сока при прокалывании. У неготовых изделий выделяется розовый сок.

Требования к качеству:

Котлета должна сохранить форму. Изделия приплюснуто-овальной формы, поверхность румяная, края без трещин. На разрезе сероватого цвета. Консистенция сочная, однородная. Вкус и запах свойственные мясным изделиям из котлетной массы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 72

Наименование изделия: КОТЛЕТА МЯСНАЯ

Номер рецептуры: 42

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 кат. на костях	93	69
Говядина 1 кат. бескостная	73	69
Яйцо	0,1 шт.	4
Лук	10	8
Хлеб пшеничный	5	5
Масло растительное	4	4
Молоко	10	10
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		70

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
11,1	10,42	4,28	155,4	10	1,6	0,05	0,09	0,67

Технология приготовления:

Мясо промывают, зачищают от сухожилий, пропускают через мясорубку вместе с луком 2 раза, добавляют замоченный в молоке белый хлеб и ещё раз пропускают через мясорубку. В полученную массу добавляют яйца*, соль и хорошо выбивают. Из подготовленной массы формируют котлеты, выкладывают на противень смазанный маслом, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования румяной корочки, затем поливают водой или мясным бульоном и тушат до готовности 15-20 минут. Готовность определяют по образовавшимся на поверхности изделия белым воздушным пузырькам и появлению светлого сока при прокалывании. У неготовых изделий выделяется розовый сок.

Требования к качеству:

Котлета должна сохранить форму. Изделия приплюснуто-овальной формы, поверхность румяная, края без трещин. На разрезе сероватого цвета. Консистенция сочная, однородная. Вкус и запах свойственные мясным изделиям из котлетной массы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 73

Наименование изделия: ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ

Номер рецептуры: 111

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 кат. на костях	74	55
Говядина 1 кат. бескостная	58	55
Яйцо	0,1 шт.	4
Лук	3	2,4
Морковь	3	2,4
Масло растительное	2	2
Рис	10	10
Соль йодированная	0,7	0,7
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,58	5,69	3,88	101,24	5	1,2	2,84	0,07	0,48

Технология приготовления:

Рис отваривают. Мясо промывают, зачищают от сухожилий, пропускают через мясорубку вместе с луком и морковью 2 раза. Мясной фарш соединяют с рисом и сырыми яйцами*, солят и хорошо вымешивают. Из подготовленной массы формируют тефтели, выкладывают на противень смазанный маслом, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования румяной корочки, затем поливают водой или мясным бульоном и тушат до готовности 15-20 минут. Готовность определяют по образовавшимся на поверхности изделия белым воздушным пузырькам и появлению светлого сока при прокалывании. У неготовых изделий выделяется розовый сок.

Требования к качеству:

Тефтели должны сохранить форму. Изделия круглой формы, поверхность румяная, края без трещин. Консистенция сочная, однородная. Вкус и запах свойственные тушёному мясу.

* **СанПин 2.4.1.2660-10. п. 15. 14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 74

Наименование изделия: ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ

Номер рецептуры: 111

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 кат. на костях	84	62
Говядина 1 кат. бескостная	64	60
Яйцо	0,1 шт.	4
Лук	7	5,6
Морковь	5	4
Масло растительное	2	2
Рис	10	10
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		70

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
8,85	6,64	4,53	118,11	6	1,4	3,31	0,08	0,56

Технология приготовления:

Рис отваривают. Мясо промывают, зачищают от сухожилий, пропускают через мясорубку вместе с луком и морковью 2 раза. Мясной фарш соединяют с рисом и сырыми яйцами*, солят и хорошо вымешивают. Из подготовленной массы формируют тефтели, выкладывают на противень смазанный маслом, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования румяной корочки, затем поливают водой или мясным бульоном и тушат до готовности 15-20 минут. Готовность определяют по образовавшимся на поверхности изделия белым воздушным пузырькам и появлению светлого сока при прокалывании. У неготовых изделий выделяется розовый сок.

Требования к качеству:

Тефтели должны сохранить форму. Изделия круглой формы, поверхность румяная, края без трещин. Консистенция сочная, однородная. Вкус и запах свойственные тушёному мясу.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15. 14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 75

Наименование изделия: ОМЛЕТ

Номер рецептуры: 56

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо	1 шт.	40
Молоко	20	20
Масло растительное	1	1
Соль йодированная	0,3	0,3
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,71	5,44	1,92	75	60	0,8	0,02	0,18	0,13

Технология приготовления:

Яйца*, слегка взбивают до появления на поверхности пены, затем смешивают с молоком, продолжая взбивать. Добавляют соль. Противень, смазанный маслом, хорошо разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования лёгкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-200°C. При подаче нарезать на порционные куски.

Требования к качеству:

Цвет светло-жёлтый. Консистенция пышная, пенная, пористая, упругая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, толщина слоя готового блюда не более 2,5-3 см.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15. 14. Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 76

Наименование изделия: ОМЛЕТ

Номер рецептуры: 56

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо	1,3 шт.	52
Молоко	30	30
Масло растительное	1	1
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		80

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,28	7,25	2,56	100	80	1,1	0,03	0,24	0,13

Технология приготовления:

Яйца*, слегка взбивают до появления на поверхности пены, затем смешивают с молоком, продолжая взбивать. Добавляют соль. Противень, смазанный маслом, хорошо разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования лёгкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-200°C. При подаче нарезать на порционные куски.

Требования к качеству:

Цвет светло-жёлтый. Консистенция пышная, пенная, пористая, упругая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, толщина слоя готового блюда не более 2,5-3 см.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 14. Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 77

Наименование изделия: РАГУ ОВОЩНОЕ

Номер рецептуры: 64

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с01.06-30.06.	86	52
Картофель с 01.07-31.07	69	52
Лук	15	12
Морковь	20	16
Капуста свежая	70	56
Томат	8	8
Масло растительное	3	3
Соль йодированная	0,7	0,7
ВЫХОД:		120

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,01	4,07	11,72	97,73	76	0,9	0,07	0,1	6,72

Технология приготовления:

Картофель, морковь, лук очистить, промыть. Картофель нарезать дольками или кубиками и припустить в небольшом количестве воды со сливочным маслом до полуготовности. Морковь и лук измельчить и припустить в небольшом количестве воды с добавлением масла и томата, соединить с картофелем.

Белокочанную капусту нарезать шашечками и припустить в воде. Затем картофель с овощами соединить с капустой, добавить соль и продолжить тушить до готовности.

Требования к качеству:

Овощи должны сохранять форму нарезки. Цвет оранжевый. Вкус и запах характерные для тушённых овощей в томате.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 18.** Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 78

Наименование изделия: РАГУ ОВОЩНОЕ

Номер рецептуры: 64

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с01.06-30.06.	125	75
Картофель с 01.07-31010	100	75
Лук	20	16
Морковь	20	16
Капуста свежая	90	72
Томат	10	10
Масло растительное	4	4
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,76	5,1	14,65	122,2	95	1,1	0,09	0,12	8,4

Технология приготовления:

Картофель, морковь, лук очистить, промыть. Картофель нарезать дольками или кубиками и припустить в небольшом количестве воды со сливочным маслом до полуготовности. Морковь и лук измельчить и припустить в небольшом количестве воды с добавлением масла и томата, соединить с картофелем.

Белокочанную капусту нарезать шашечками и припустить в воде. Затем картофель с овощами соединить с капустой, добавить соль и продолжить тушить до готовности.

Требования к качеству:

Овощи должны сохранять форму нарезки. Цвет оранжевый. Вкус и запах характерные для тушённых овощей в томате.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 79

Наименование изделия: СВЕКЛА ТУШЁННАЯ

Номер рецептуры: 78

Наименование сборника рецептов: В.Т. Лапшина. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. / Министерство экономического развития и торговли РФ – М.:Изд-во «Хлебпродинформ», 2004. – 639 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свекла	155	124
Лук	5	4
Томат	2	2
Морковь	5	4
Масло растительное	2	2
Соль йодированная	0,8	0,8
ВЫХОД:		120

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,15	4,13	12,89	96	54	1,8	0,04	0,05	15,45

Технология приготовления:

Свеклу и морковь* тщательно промыть, очистить, мелко измельчить. Лук* очистить, мелко нарезать и припустить в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла, в конце добавить томатное пюре. Подготовленные овощи соединить с луком, посолить, заправить маслом и тушить 40-45 минут (после закипания).

Требования к качеству:

Консистенция сочная, мягкая, однородная. Вкус, цвет и запах соответствуют свекле.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 80

Наименование изделия: СВЕКЛА ТУШЁННАЯ

Номер рецептуры: 78

Наименование сборника рецептур: В.Т. Лапшина. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. / Министерство экономического развития и торговли РФ – М.:Изд-во «Хлебпродинформ», 2004. – 639 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свекла	170	136
Лук	7	5,6
Томат	10	10
Морковь	10	8
Масло растительное	2	2
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,69	5,16	16,12	120	67	2,4	0,05	0,07	19,31

Технология приготовления:

Свеклу и морковь* тщательно промыть, очистить, мелко измельчить. Лук* очистить, мелко нарезать и припустить в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла, в конце добавить томатное пюре. Подготовленные овощи соединить с луком, посолить, заправить маслом и тушить 40-45 минут (после закипания).

Требования к качеству:

Консистенция сочная, мягкая, однородная. Вкус, цвет и запах соответствуют свекле.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15. 18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 81

Наименование изделия: МОРКОВЬ ТУШЁННАЯ

Номер рецептуры: 50

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Морковь	60	48
Лук	5	4
Томат	5	5
Масло растительное	2	2
Соль йодированная	0,4	0,4
ВЫХОД:		50

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,41	1,52	4,15	35,2	37	0,4	0,03	0,05	2,18

Технология приготовления:

Морковь* тщательно промыть, очистить, мелко измельчить. Лук* очистить, мелко нарезать и припустить в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла, в конце добавить томатное пюре. Подготовленную морковь соединить с луком, посолить, заправить маслом и тушить 40-45 минут (после закипания).

Требования к качеству:

Консистенция сочная, мягкая, однородная. Вкус, цвет и запах соответствуют моркови.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 82

Наименование изделия: МОРКОВЬ ТУШЁННАЯ

Номер рецептуры: 50

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Морковь	70	56
Лук	5	4
Томат	5	5
Масло растительное	3	3
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,69	1,82	4,97	42,24	44	0,4	0,04	0,06	2,62

Технология приготовления:

Морковь* тщательно промыть, очистить, мелко измельчить. Лук* очистить, мелко нарезать и припустить в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла, в конце добавить томатное пюре. Подготовленную морковь соединить с луком, посолить, заправить маслом и тушить 40-45 минут (после закипания).

Требования к качеству:

Консистенция сочная, мягкая, однородная. Вкус, цвет и запах соответствуют моркови.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 83

Наименование изделия: ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ

Номер рецептуры: 82

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свекла	60	48
Лук	6	4,8
Томат	5	5
Масло растительное	2	2
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		40

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,72	1,38	4,3	32	18	0,6	0,01	0,02	5,15

Технология приготовления:

Свеклу* тщательно промыть, отварить в кожуре. Лук* очистить, мелко нарезать и припустить в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла. Свеклу охладить, очистить, нарезать соломкой. Перемешать с луком, посолить, добавить томат, заправить маслом и тушить 10-15 минут (после закипания).

Требования к качеству:

Консистенция сочная, мягкая, однородная. Вкус, цвет и запах соответствуют свекле.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15. 18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 84

Наименование изделия: ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ

Номер рецептуры: 82

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свекла	75	60
Лук	5	4
Томат	5	5
Масло растительное	3	3
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,07	2,06	6,45	48	27	1	0,02	0,03	7,72

Технология приготовления:

Свеклу* тщательно промыть, отварить в кожуре. Лук* очистить, мелко нарезать и припустить в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла. Свеклу охладить, очистить, нарезать соломкой. Перемешать с луком, посолить, добавить томат, заправить маслом и тушить 10-15 минут (после закипания).

Требования к качеству:

Консистенция сочная, мягкая, однородная. Вкус, цвет и запах соответствуют свекле.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15. 18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 85

Наименование изделия: ОВОЩИ, ТУШЁННЫЕ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ

Номер рецептуры: 18

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Зеленый горошек	40	40
Лук	5	4
Морковь	5	4
Масло растительное	2	2
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		40

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,03	1,73	3,37	37,25	11	0,3	0,14	0,08	10,11

Технология приготовления:

Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла. К припущенным овощам добавить зелёный горошек**, соль и прокипятить 5 минут.

Требования к качеству:

Горошек равномерно перемешан с овощами, мягкий. Горошины сохраняют форму.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

** СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15.16. Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 86

Наименование изделия: ОВОЩИ, ТУШЁННЫЕ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ

Номер рецептуры: 18

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Зелёный горошек	50	50
Лук	5	4
Морковь	5	4
Масло растительное	2	2
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,05	2,6	5,06	55,9	16	0,5	0,2	0,12	15,17

Технология приготовления:

Морковь, лук* нарезать соломкой и припустить в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла. К припущенным овощам добавить зелёный горошек**, соль и прокипятить 5 минут.

Требования к качеству:

Горошек равномерно перемешан с овощами, мягкий. Горошины сохраняют форму.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15.18. Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи во избежание их потемнения и высушивания рекомендуется хранить в холодной воде не более 2 часов.

** СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15.16. Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 87

Наименование изделия: ИКРА КАБАЧКОВАЯ

Номер рецептуры: 19

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Икра кабачковая	40	40
ВЫХОД:		40

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,76	3,56	3,08	47,6	16	0,3	0,01	0,02	2,8

Технология приготовления:

Икру* выложить из банок и прокипятить 5-10 минут.

Требования к качеству:

Икра имеет цвет от оранжевого до светло-коричневого. Консистенция однородная, пышная, без крупинок не измельченных овощей. Вкус соответствует кабачковой икре, без признаков подгорелости.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15.16. Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 88

Наименование изделия: ИКРА КАБАЧКОВАЯ

Номер рецептуры: 19

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Икра кабачковая	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	Fe	B ₁	B ₂	C
1,14	5,34	4,62	71,4	5	0,4	0,01	0,03	4,02

Технология приготовления:

Икру* выложить из банок и прокипятить 5-10 минут.

Требования к качеству:

Икра имеет цвет от оранжевого до светло-коричневого. Консистенция однородная, пышная, без крупинок не измельчённых овощей. Вкус соответствует кабачковой икре, без признаков подгорелости.

* СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15.16. Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 91

Наименование изделия: КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 34

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	10	10
Молоко	150	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	3	3
Соль йодированная	0,4	0,4
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,39	7,46	20,11	166	136	0,3	0,03	0,15	0,67

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция нежная, расплывается. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши, комков и засохших плёнок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 92

Наименование изделия: КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 34

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	15	15
Молоко	190	190
Сахар	9	9
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,86	9,95	26,8	221,38	182	0,4	0,04	0,2	0,9

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция нежная, расплывается. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши, комков и засохших плёнок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 93

Наименование изделия: ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 10

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вермишель	10	10
Молоко	150	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	3	3
Соль йодированная	0,4	0,4
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,95	6,75	27	140,28	79	0,3	0,03	0,1	0,67

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную вермишель (макаронные изделия), сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Макаронные изделия хорошо разварены, не слипшиеся. Вкус и запах свойственные отварной вермишели и молока, без признаков подгорелого молока, комков вермишели и засохших плёнок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 94

Наименование изделия: ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 10

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вермишель	15	15
Молоко	190	190
Сахар	9	9
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,58	9,0	26,12	187,04	103	0,4	0,04	0,15	0,9

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную вермишель (макаронные изделия), сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Макаронные изделия хорошо разварены, не слипшиеся. Вкус и запах свойственные отварной вермишели и молока, без признаков подгорелого молока, комков вермишели и засохших плёнок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 95

Наименование изделия: КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 29

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Геркулес	10	10
Молоко	150	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	3	3
Соль йодированная	0,4	0,4
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,99	8,24	16,98	162,33	143	0,7	0,08	0,15	0,67

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет светло-кремовый, слегка сероватый. Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция мягкая, расплывается, без комков и засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 96

Наименование изделия: КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 29

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Геркулес	15	15
Молоко	190	190
Сахар	9	9
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,66	10,99	22,64	216,4	191	0,9	0,11	0,2	0,9

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет светло-кремовый, слегка сероватый. Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция мягкая, расплывается, без комков и засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 97

Наименование изделия: КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 33

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рис	10	10
Молоко	150	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	3	3
Соль йодированная	0,4	0,4
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,23	7,8	18,757	166,78	138	1,13	0,08	0,17	0,18

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу*, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет белый. Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция мягкая, жидкая, без комков и засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13 15.15. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 98

Наименование изделия: КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 33

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рис	15	15
Молоко	190	190
Сахар	9	9
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,98	10,4	25	222,38	184	1,5	0,1	0,22	0,9

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу*, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет белый. Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция мягкая, жидкая, без комков и засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13 15.15. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 99

Наименование изделия: КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 311

Наименование сборника рецептур: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшеничная	10	10
Молоко	150	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	3	3
Соль йодированная	0,4	0,4
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,07	7,81	19,4	168,7	139	0,5	0,07	0,15	0,68

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу*, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый. Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция мягкая, жидкая, без комков и засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13 15.15. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 100

Наименование изделия: КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 311

Наименование сборника рецептур: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшеничная	15	15
Молоко	190	190
Сахар	9	9
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,76	10,41	25,86	224,94	186	0,7	0,1	0,2	0,9

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу*, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый. Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция мягкая, жидкая, без комков и засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13 15.15. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 101

Наименование изделия: КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 27

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	10	10
Молоко	150	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	3	3
Соль йодированная	0,4	0,4
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,23	7,8	18,75	166,8	138	1,1	0,07	0,16	0,67

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, перебранную и промытую крупу*, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый. Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция мягкая, жидкая, без засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13 15.15. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 102

Наименование изделия: КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 27

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	15	15
Молоко	190	190
Сахар	9	9
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,97	10,4	25	222,4	184	1,5	0,1	0,22	0,9

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, перебранную и промытую крупу*, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый. Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция мягкая, жидкая, без засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13 15.15. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 103

Наименование изделия: КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 31

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Пшено	10	10
Молоко	150	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	3	3
Соль йодированная	0,4	0,4
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,07	7,8	19,4	168,7	9	0,5	0,07	0,15	0,67

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу*, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет светло-жёлтый. Зерна крупы полностью и хорошо разварены. Консистенция мягкая, жидкая, без комков и засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13 15.15. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 104

Наименование изделия: КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 31

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Пшено	15	15
Молоко	190	190
Сахар	9	9
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,76	10,4	25,87	224,9	5	0,7	0,09	0,2	0,9

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу*, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет светло-жёлтый. Зерна крупы полностью и хорошо разварены. Консистенция мягкая, жидкая, без комков и засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13 15.15. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 105

Наименование изделия: КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 311

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа ячневая	10	10
Молоко	150	150
Сахар	5	5
Масло сливочное	3	3
Соль йодированная	0,4	0,4
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,15	6,03	19,44	160,54	200	0,3	0,04	0	0

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу*, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет светло-серый. Зерна крупы полностью и хорошо разварены. Консистенция мягкая, жидкая, без комков и засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13 15.15. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 106

Наименование изделия: КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ

Номер рецептуры: 311

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа ячневая	15	15
Молоко	190	190
Сахар	9	9
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,87	8,04	25,92	214	266	0,4	0,05	0	0

Технология приготовления:

В кипящее молоко положить соль, подготовленную крупу*, сахар и варить, периодически помешивая, до готовности (не менее 20-30 минут). Перед концом варки положить сливочное масло, хорошо перемешать и прокипятить 2-3 минуты.

Требования к качеству:

Цвет светло-серый. Зерна крупы полностью и хорошо разварены. Консистенция мягкая, жидкая, без комков и засохших плёнок. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

* СанПиН 2.4.1.3049-13 15.15. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 107

Наименование изделия: ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С МОРКОВЬЮ И РИСОМ

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо	0,2 шт.	8
Творог	65	65
Морковь	45	36
Рис	10	10
Сахар	8	8
Масло растительное	3	3
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		100

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
12,76	8,89	13,89	191,75	144	0,6	0,05	0,24	0,39

Технология приготовления:

Морковь очищают, моют, отваривают, измельчают. Рис отваривают в воде. Творог протирают с сахаром, добавляют соль, яйца*. Добавляют измельчённую морковь и вареный рис. Массу хорошо вымешивают. Выкладывают слоем не более 3-4 см на смазанный маслом противень и запекают в течение 20-30 минут при температуре 220-250°C

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин. Консистенция нежная, пышная. Цвет золотистый, на разрезе оранжевый. Вкус и запах свойственные набору продуктов.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 108

Наименование изделия: ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С МОРКОВЬЮ И РИСОМ

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо	0,2 шт.	8
Творог	90	9
Морковь	50	40
Рис	15	15
Сахар	9	9
Масло растительное	4	4
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
19,14	13,33	20,73	287,6	217	0,9	0,07	0,36	0,58

Технология приготовления:

Морковь очищают, моют, отваривают, измельчают. Рис отваривают в воде. Творог протирают с сахаром, добавляют соль, яйца*. Добавляют измельчённую морковь и вареный рис. Массу хорошо вымешивают. Выкладывают слоем не более 3-4 см на смазанный маслом противень и запекают в течение 20-30 минут при температуре 220-250°C

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин. Консистенция нежная, пышная. Цвет золотистый, на разрезе оранжевый. Вкус и запах свойственные набору продуктов.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 14. Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 109

Наименование изделия: ПУДИНГ С ФРУКТАМИ

Номер рецептуры: 107

Наименование сборника рецептур: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кефир	30	30
Мука	45	45
Яйцо	0,2 шт.	8
Масло растительное	2	2
Сахар	7,5	7,5
Фрукты свежие	30	26,4
Соль йодированная	0,2	0,2
ВЫХОД:		90

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,5	10,61	35,56	254,56	68	0,9	0,09	0,11	1,33

Технология приготовления:

Яйца* (предварительно обработанные согласно СанПиН 2.4.5. 2409-08 п. 8.14.) тщательно взбивают с сахаром. Добавляют кефир, соль, немножко соды. Всё тщательно вымешивается. Вводят муку и замешивают тесто. Фрукты** перебирают, моют в тёплой воде. Удаляют семена и семенные гнёзда, нарезают мелкими дольками. Соединяют с тестом. Массу хорошо вымешивают. Выкладывают слоем не более 3-4 см на смазанный маслом противень и запекают в течение 20-30 минут при температуре 220-230°C

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин. Консистенция нежная, пышная. Цвет золотистый, на разрезе светло-коричневый. Фрукты мягкие. Вкус и запах свойственные набору продуктов.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

** **СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.20.** Фрукты, включая цитрусовые, промывают в условиях цеха первичной обработки овощей (овощного цеха), а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 110

Наименование изделия: ПУДИНГ С ФРУКТАМИ

Номер рецептуры: 107

Наименование сборника рецептур: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кефир	30	30
Мука	55	55
Яйцо	0,2 шт.	8
Масло растительное	2	2
Сахар	7	7
Фрукты свежие	45	39
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		100

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,2	11,8	39,5	282,8	75	1	0,1	0,12	1,48

Технология приготовления:

Яйца* (предварительно обработанные согласно СанПиН 2.4.5. 2409-08 п. 8.14.) тщательно взбивают с сахаром. Добавляют кефир, соль, немножко соды. Всё тщательно вымешивается. Вводят муку и замешивают тесто. Фрукты** перебирают, моют в тёплой воде. Удаляют семена и семенные гнёзда, нарезают мелкими дольками. Соединяют с тестом. Массу хорошо вымешивают. Выкладывают слоем не более 3-4 см на смазанный маслом противень и запекают в течение 20-30 минут при температуре 220-230°С

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин. Консистенция нежная, пышная. Цвет золотистый, на разрезе светло-коричневый. Фрукты мягкие. Вкус и запах свойственные набору продуктов.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15. 14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

** **СанПиН 2.4.1.3049-13. п.15.20.** Фрукты, включая цитрусовые, промывают в условиях цеха первичной обработки овощей (овощного цеха), а затем вторично в условиях холодного цеха в моечных ваннах.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 111

Наименование изделия: ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ

Номер рецептуры: 47

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	65	65
Рис	10	10
Яйцо	0,2 шт.	8
Масло растительное	2	2
Сахар	8	8
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		90

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,29	6,75	13,5	149	68	0,6	0,03	0,12	0,25

Технология приготовления:

Рис закладывают в кипящую подсоленную воду, варят при помешивании до готовности, сливают воду. Творог протирают с сахаром, добавляют соль, яйца*. Соединяют с отварным рисом. Массу хорошо вымешивают. Выкладывают слоем не более 3-4 см на смазанный маслом противень и запекают в течение 20-30 минут при температуре 200-220°С. Запеканку охлаждают до температуры подачи и нарезают на порционные куски.

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин. Консистенция нежная. Цвет золотисто-жёлтый. Вкус и запах, свойственные набору продуктов.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15.14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 112

Наименование изделия: ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ

Номер рецептуры: 47

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	90	90
Рис	15	15
Яйцо	0,2 шт.	8
Масло растительное	2	2
Сахар	8	8
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		100

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Углеводы, г		
Белки, г	Жиры, г		Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
8,1	7,5	15,12	165,56	76	0,7			

Технология приготовления:

Рис закладывают в кипящую подсоленную воду, варят при помешивании до готовности, сливают воду. Творог протирают с сахаром, добавляют соль, яйца*. Соединяют с отварным рисом. Массу хорошо вымешивают. Выкладывают слоем не более 3-4 см на смазанный маслом противень и запекают в течение 20-30 минут при температуре 200-220°С. Запеканку охлаждают до температуры подачи и нарезают на порционные куски.

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин. Консистенция нежная. Цвет золотисто-жёлтый. Вкус и запах, свойственные набору продуктов.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15.14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 113

Наименование изделия: ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МАНКОЙ

Номер рецептуры: 17

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	65	65
Крупа манная	6	6
Яйцо	0,2 шт.	8
Масло растительное	2	2
Сахар	8	8
Ванилин	0,1	0,1
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		100

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
12,24	8,33	8,93	164,8	132	0,5	0,04	0,02	0,24

Технология приготовления:

В творог добавляют яйца*, сахар, манную крупу. Массу хорошо вымешивают. Выкладывают слоем не более 3-4 см на смазанный маслом противень и запекают в течение 20-30 минут при температуре 220-280°C. Запеканку охлаждают до температуры подачи и нарезают на порционные куски.

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин. Консистенция однородная. Цвет золотисто-жёлтый. Вкус и запах, свойственные творогу.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15.14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 114

Наименование изделия: ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ

Номер рецептуры: 17

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	90	90
Крупа манная	10	10
Яйцо	0,2 шт.	8
Масло растительное	2	2
Сахар	6	6
Ванилин	0,15	0,15
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		100

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
13,6	9,26	9,92	183,13	147	0,6	0,04	0,25	0,27

Технология приготовления:

В творог добавляют яйца*, сахар, манную крупу. Массу хорошо вымешивают. Выкладывают слоем не более 3-4 см на смазанный маслом противень и запекают в течение 20-30 минут при температуре 220-280°C. Запеканку охлаждают до температуры подачи и нарезают на порционные куски.

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин. Консистенция однородная. Цвет золотисто-жёлтый. Вкус и запах, свойственные творогу.

* **СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15.14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 115

Наименование изделия: СОЧНИК С ТВОРОГОМ

Номер рецептуры: 108

Наименование сборника рецептов: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	30	30
Мука	60	60
Яйцо	0,2 шт.	8
Масло растительное	3	3
Кефир	30	30
Масло сливочное	4	4
Сметана	10	10
Сахар	9	9
Ванилин	0,1	0,1
Соль йодированная	0,3	0,3
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,86	4,5	9,1	99,34	45	0,4	0,02	0,08	4,95

Технология приготовления:

Яйца* тщательно взбивают с сахаром (3/4). Добавляют сметану, бифидок, соль, ванилин, немножко соды. Всё тщательно вымешивается. Вводят муку и замешивают тесто. Для начинки творог соединяют с оставшимся сахаром, хорошо перемешивают. Из теста раскатывают лепёшки диаметром 7-8 см, толщиной 5-7 мм. На лепёшку выкладывают начинку. Загибают одну сторону лепёшки над начинкой. Поверхность смазывают желтком. Выкладывают на смазанный маслом противень и запекают в течение 25-30 минут при температуре 220-230°C.

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин, румяная, цвет золотисто-жёлтый. Творог сочный, сладкий. Тесто хорошо пропечённое.

* СанПиН 2.4.1.3049-13. п. 15.14. Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 116

Наименование изделия: СОЧНИК С ТВОРОГОМ

Номер рецептуры: 108

Наименование сборника рецептов: Н.В. Злобина, Н.А. Киселёва. Алгоритм разработки перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях./ РИЦ «Мир Кубани», г. Краснодар, 2007 г. – 182 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	30	30
Мука	70	70
Яйцо	0,2 шт.	8
Масло растительное	3	3
Кефир	30	30
Масло сливочное	3	3
Сметана	12	12
Сахар	16	16
Ванилин	0,15	0,15
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		90

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,29	6,75	13,65	149	67	0,6	0,03	0,12	7,4

Технология приготовления:

Яйца* тщательно взбивают с сахаром (3/4). Добавляют сметану, бифидок, соль, ванилин, немножко соды. Всё тщательно вымешивается. Вводят муку и замешивают тесто. Для начинки творог соединяют с оставшимся сахаром, хорошо перемешивают. Из теста раскатывают лепёшки диаметром 7-8 см, толщиной 5-7 мм. На лепёшку выкладывают начинку. Загибают одну сторону лепёшки над начинкой. Поверхность смазывают желтком. Выкладывают на смазанный маслом противень и запекают в течение 25-30 минут при температуре 220-230°C.

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин, румяная, цвет золотисто-жёлтый. Творог сочный, сладкий. Тесто хорошо пропечённое.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15.14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 117

Наименование изделия: БУЛОЧКА СДОБНАЯ

Номер рецептуры: 9

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука	60	60
Яйцо	0,2 шт.	8
Масло растительное	3	3
Молоко	25	25
Масло сливочное	4	4
Сахар	8	8
Дрожжи непresseованные	3	3
Соль йодированная	0,3	0,3
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,53	6,11	27,8	197,16	26	0,5	0,05	0,05	0,02

Технология приготовления:

Из муки, молока, масла, сахара, яиц*, дрожжей с добавлением соли и ванилина замесить дрожжевое тесто и оставить в тёплом месте на 1-2 часа, чтобы тесто поднялось; после этого формовать булочки, выложить их на смазанный маслом противень и дать тесту подняться, затем сверху смазать яйцом и замечь в жерочном шкафу в течение 20-30 минут. После выпекания булочки смазывают сливочным маслом и посыпают сахаром.

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин. Консистенция пышная с пузырьками. Цвет золотистый. Тесто мягкое, хорошо пропечённое.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15.14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 118

Наименование изделия: БУЛОЧКА СДОБНАЯ

Номер рецептуры: 9

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука	70	70
Яйцо	0,2 шт.	8
Масло растительное	3	3
Молоко	30	30
Масло сливочное	2	2
Сахар	11	11
Дрожжи непresseованные	3,75	3,75
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		90

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
6,79	9,16	41,7	295,75	39	0,7	0,07	0,08	0,03

Технология приготовления:

Из муки, молока, масла, сахара, яиц*, дрожжей с добавлением соли и ванилина замесить дрожжевое тесто и оставить в тёплом месте на 1-2 часа, чтобы тесто поднялось; после этого сформовать булочки, выложить их на смазанный маслом противень и дать тесту подняться, затем сверху смазать яйцом и запечь в жарочном шкафу в течение 20-30 минут. После выпекания булочки смазывают сливочным маслом и посыпают сахаром.

Требования к качеству:

Поверхность ровная без трещин. Консистенция пышная с пузырьками. Цвет золотистый. Тесто мягкое, хорошо пропечённое.

* **СанПин 2.4.1.3049-13. п. 15.14.** Обработку яиц проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха. Для этих целей используются промаркированные ванны и (или) емкости; возможно использование перфорированных ёмкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- 1 – обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- 2 – обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- 3 – ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую, промаркированную посуду.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 119

Наименование изделия: СОУС ФРУКТОВЫЙ

Номер рецептуры: 119

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сок	30	30
Сахар	3	3
Мука	4	4
ВЫХОД:		50

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,56	0,04	8,51	34,68	3	0,12	0,01	0,01	0,6

Технология приготовления:

Муку посушить на сковороде без жира до светло-жёлтого цвета, остудить, развести кипячёным соком, добавить сахар и, непрерывно помешивая, варить при слабом кипении 7-10 минут, процедить и довести до кипения.

Требования к качеству:

Консистенция однородная, без комков заварившейся муки. Вкус соответствует фруктовому соку, без запаха подгорелой муки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 120

Наименование изделия: СОУС ФРУКТОВЫЙ

Номер рецептуры: 119

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сок	30	30
Сахар	3	3
Мука	4	4
ВЫХОД:		50

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,93	0,04	13,37	57,8	5	0,2	0,02	0,02	1

Технология приготовления:

Муку посушить на сковороде без жира до светло-жёлтого цвета, остудить, развести кипячёным соком и водой, добавить сахар и, непрерывно помешивая, варить при слабом кипении 7-10 минут, процедить и довести до кипения.

Требования к качеству:

Консистенция однородная, без комков заварившейся муки. Вкус соответствует фруктовому соку, без запаха подгорелой муки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 121

Наименование изделия: СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ

Номер рецептуры: 86

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сметана	11	11
Сахар	2	2
Мука	4	4
Молоко	20	20
ВЫХОД:		30

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,36	1,93	2,56	45,3	41	0,1	0,01	0,04	0,1

Технология приготовления:

Муку посушить на сковороде без жира до светло-жёлтого цвета, остудить, развести охлаждённым кипячёным молоком, хорошо вымешать до однородной массы, добавить сахар и, непрерывно помешивая, варить при слабом кипении 10-15 минут, добавить сметану, размешать и продолжать варить 3 минуты, затем процедить.

Требования к качеству:

Консистенция вязкая, однородная, без комков заварившейся муки. Цвет белый. Вкус и запах нежный с ароматом сметаны, в меру сладкий, без запаха подгорелой муки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 122

Наименование изделия: СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ

Номер рецептуры: 86

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сметана	12	12
Сахар	3	3
Мука	4	4
Молоко	20	20
ВЫХОД:		50

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,26	3,21	4,27	75,45	68	0,1	0,02	0,07	0,17

Технология приготовления:

Муку посушить на сковороде без жира до светло-жёлтого цвета, остудить, развести охлаждённым кипячёным молоком и водой, хорошо вымесить до однородной массы, добавить сахар и, непрерывно помешивая, варить при слабом кипении 10-15 минут, добавить сметану, размешать и продолжать варить 3 минуты, затем процедить.

Требования к качеству:

Консистенция вязкая, однородная, без комков заварившейся муки. Цвет белый. Вкус и запах нежный с ароматом сметаны, в меру сладкий, без запаха подгорелой муки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 123

Наименование изделия: МОЛОКО

Номер рецептуры: 965

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания./ Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005 – 656 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	150	150
ВЫХОД:		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
4,35	3,75	7,2	81	180	0,15	0,06	0,23	1,95

Технология приготовления:

Молоко перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этой цели. Потери при кипячении составляют 5%.

Требования к качеству:

Внешний вид: непрозрачная жидкость без осадка. Цвет белый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 124

Наименование изделия: МОЛОКО

Номер рецептуры: 965

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания./ Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005 – 656 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	180	180
ВЫХОД:		180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,22	4,5	8,64	97,2	216	0,2	0,07	0,28	2,34

Технология приготовления:

Молоко перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этой цели. Потери при кипячении составляют 5%.

Требования к качеству:

Внешний вид: непрозрачная жидкость без осадка. Цвет белый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 125

Наименование изделия: ОТВАРНЫЕ КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Номер рецептуры: 37

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Колбасные изделия	50	49
ВЫХОД:		49

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
7,84	10,78	0,06	120	8	0,4	0	0,06	21,1

Технология приготовления:

Искусственную оболочку с сосисок снять, сосиски промыть, положить в кипящую воду (варённую колбасу перед варкой нарезать порционными кусками), варить при слабом кипении 5 минут.

Требования к качеству:

Вода, в которой варились колбасные изделия не окрашенная, колбасные изделия сохранили при варке форму, не развалились. Вкус и запах соответствует продукту.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 126

Наименование изделия: ОТВАРНЫЕ КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Номер рецептуры: 37

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Колбасные изделия	51	50
ВЫХОД:		50

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
11,04	15,2	0,08	169	11	0,62	0	0,09	30

Технология приготовления:

Искусственную оболочку с сосисок снять, сосиски промыть, положить в кипящую воду (варённую колбасу перед варкой нарезать порционными кусками), варить при слабом кипении 5 минут.

Требования к качеству:

Вода, в которой варились колбасные изделия не окрашенная, колбасные изделия сохранили при варке форму, не развалились. Вкус и запах соответствует продукту.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 127

Наименование изделия: **СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ**

Номер рецептуры: 83

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сельдь (с/с)	90	85
Лук репчатый	4	3,2
Масло растительное	2	2
ВЫХОД:		90

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
10,67	10,3	1,7	142,2	55	0,8	0,02	0,8	1,87

Технология приготовления:

Репчатый лук перебирают, очищают от кожицы, промывают небольшими партиями с применением дуршлага в течение 5 минут в проточной воде. Ошпаривают кипятком. У сельди удаляют голову, внутренности, очищают тушки от кожи и костей. Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками, сверху посыпают репчатым луком, нарезанным тонкими кольцами. Блюдо поливают растительным маслом.

Примечание:

Лук репчатый допускается из урожая прошлого года до 1 марта.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 128

Наименование изделия: **СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ**

Номер рецептуры: 83

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сельдь (с/с)	100	95
Лук репчатый	5	4
Масло растительное	2	2
ВЫХОД:		90

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
11,85	11,44	1,9	158	61	0,9	0,02	0,09	2,1

Технология приготовления:

Репчатый лук перебирают, очищают от кожицы, промывают небольшими партиями с применением дуршлага в течение 5 минут в проточной воде. Ошпаривают кипятком. У сельди удаляют голову, внутренности, очищают тушки от кожи и костей. Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками, сверху посыпают репчатым луком, нарезанным тонкими кольцами. Блюдо поливают растительным маслом.

Примечание:

Лук репчатый допускается из урожая прошлого года до 1 марта.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 129

Наименование изделия:

КАПУСТА ТУШЁННАЯ

Номер рецептуры: 23

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста	150	120
Лук	8	6
Морковь	8	6
Томат	6	6
Масло растительное	5	5
Масло сливочное	4	4
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		120

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,5	5,38	5,64	96,4	78	1	0,04	0,05	14,5

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашечками или соломкой, варят в кипящей подсоленной воде 5-10 минут. Морковь и лук припускают с добавлением растительного масла и томатной-пасты. В отварную капусту добавляют пассированные овощи с томатом, сливочное масло и тушат до готовности.

Требования к качеству:

Консистенция капусты мягкая. Вкус и запах свойственные тушённой капусте.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 130

Наименование изделия:

КАПУСТА ТУШЁННАЯ

Номер рецептуры: 23

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста	170	136
Лук	8	6,4
Морковь	15	12
Томат	10	10
Масло растительное	6	6
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		160

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,5	5,38	5,64	96,4	78	1	0,04	0,05	14,5

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашечками или соломкой, варят в кипящей подсоленной воде 5-10 минут. Морковь и лук припускают с добавлением растительного масла и томатной-пасты. В отварную капусту добавляют пассированные овощи с томатом и тушат до готовности.

Требования к качеству:

Консистенция капусты мягкая. Вкус и запах свойственные тушённой капусте.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 131

Наименование изделия: ИКРА МОРКОВНАЯ

Номер рецептуры: 78

Наименование сборника рецептур: В.Т. Лапшина. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. / Министерство экономического развития и торговли РФ – М.:Изд-во «Хлебпродинформ», 2004. – 639 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Морковь	55	44
Лук	4	3,2
Томат	3	3
Масло растительное	2	2
Соль йодированная	0,6	0,6
ВЫХОД:		40

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,1	2	6,61	48,67	30	0,6	0,04	0,06	3,37

Технология приготовления:

Морковь* тщательно промыть, очистить, мелко измельчить. Лук очистить, мелко нарезать и припустить в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла, в конце добавить томатное пюре. Морковь соединить с луком, посолить, заправить маслом и тушить 40-45 минут (после закипания).

Требования к качеству:

Консистенция сочная, мягкая, однородная. Вкус, цвет и запах соответствуют моркови.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 132

Наименование изделия: ИКРА МОРКОВНАЯ

Номер рецептуры: 78

Наименование сборника рецептов: В.Т. Лапшина. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. / Министерство экономического развития и торговли РФ – М.:Изд-во «Хлебпродинформ», 2004. – 639 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Морковь	75	60
Лук	7	5,6
Томат	5	5
Масло растительное	3	3
Соль йодированная	1	1
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,5	2,67	8,8	64,9	40	0,8	0,05	0,08	4,49

Технология приготовления:

Морковь* тщательно промыть, очистить, мелко измельчить. Лук очистить, мелко нарезать и припустить в небольшом количестве воды с добавлением растительного масла, в конце добавить томатное пюре. Морковь соединить с луком, посолить, добавить сахар, заправить маслом и тушить 40-45 минут (после закипания).

Требования к качеству:

Консистенция сочная, мягкая, однородная. Вкус, цвет и запах соответствуют моркови.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 133

Наименование изделия: СУХАРИКИ

Номер рецептуры: 4

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	15	15
ВЫХОД:		15

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,28	0,24	14,58	71,4	6	0,33	0,03	0,01	0

Технология приготовления:

Пшеничный хлеб нарезать тонкими ломтиками, положить на противень и подсушить до румяной корки в духовке.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 134

Наименование изделия: СУХАРИКИ

Номер рецептуры: 4

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб пшеничный	15	15
ВЫХОД:		15

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,28	0,24	14,58	71,4	6	0,33	0,03	0,01	0

Технология приготовления:

Пшеничный хлеб нарезать тонкими ломтиками, положить на противень и подсушить до румяной корки в духовке.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 135

Наименование изделия: РЫБА ТУШЁННАЯ

Номер рецептуры: 374

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежая	74	70
Лук	7	5,6
Масло растит.	4	4
Соль йодир.	0,5	0,5
Морковь	7	5,6
Томат	6	6
Выход		75

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
10,67	10,3	1,7	142,2	55	0,8	0,02	0,08	1,87

Технология приготовления:

Рыбу моют, отделяют плавники, нарезают на порционные кусочки, солят. Укладывают на противень смазанный маслом, посыпав нашинкованным луком. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования румяной корочки, затем поливают водой и тушат до готовности 30-35 минут.

Требования к качеству:

Цвет поверхности золотистый. Куски рыбы целые, не развалившиеся. Филе рыбы белого цвета, легко отделяется от костей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 136

Наименование изделия: РЫБА ТУШЁННАЯ

Номер рецептуры: 374

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежая	84	79
Лук	10	8
Масло растит.	5	5
Соль йодир.	1	1
Морковь	10	8
Томат	10	10
Выход		95

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
11,85	11,44	1,9	158	0,02	0,09	2,1	61	0,9

Технология приготовления:

Рыбу моют, отделяют плавники, нарезают на порционные кусочки, солят. Укладывают на противень смазанный маслом, посыпав нашинкованным луком. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280°C до образования румяной корочки, затем поливают водой и тушат до готовности 30-35 минут.

Требования к качеству:

Цвет поверхности золотистый. Куски рыбы целые, не развалившиеся. Филе рыбы белого цвета, легко отделяется от костей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 141

Наименование изделия: РЫБА ОТВАРНАЯ

Номер рецептуры: 68

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежая	74	70
Лук	5	4
Масло растит.	1	1
Соль йодир.	0,6	0,6
Морковь	5	4
Выход		85

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
10,67	10,3	1,7	142,2	55	0,8	0,02	0,08	1,87

Технология приготовления:

Рыбу моют, отделяют плавники, нарезают на порционные кусочки, солят. Морковь и лук нарезают соломкой. Тушат всё в небольшом количества воды с маслом до готовности.

Требования к качеству:

Куски отварной рыбы равномерно покрыты овощами, целые, не развалившиеся. Филе белого цвета, легко отделяется от костей. Вкус и запах свойственный отварной рыбе и набору продуктов из тушеных овощей

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 142

Наименование изделия: РЫБА ОТВАРНАЯ

Номер рецептуры: 68

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Рыба свежая	84	79
Лук	8	6,4
Масло растит.	1	1
Соль йодир.	1	1
Морковь	8	6,4
Выход		95

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
11,85	11,44	1,9	158	0,02	0,09	2,1	61	0,9

Технология приготовления:

Рыбу моют, отделяют плавники, нарезают на порционные кусочки, солят. Морковь и лук нарезают соломкой. Тушат всё в небольшом количества воды с маслом до готовности.

Требования к качеству:

Куски отварной рыбы равномерно покрыты овощами, целые, не развалившиеся. Филе белого цвета, легко отделяется от костей. Вкус и запах свойственный отварной рыбе и набору продуктов из тушеных овощей

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 137

Наименование изделия: ОВОЩИ СВЕЖИЕ

Номер рецептуры: 79

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Овощи свежие	42	40
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		40

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1,4	1,0	2,18	32,51	11	0,3	0,14	0,16	10,11

Технология приготовления:

Овощи обрабатывают согласно требованиям СанПиН 2.4.1.2660-10, удаляют плодоножки, режут кусочками.

Требования к качеству:

Кусочки овощей целые, свеженарезанные.

*** СанПиН 2.4.1.2660-10**

п. 15.18.1. 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.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ №3
_____ Федченкова Т.В.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 138

Наименование изделия: ОВОЩИ СВЕЖИЕ

Номер рецептуры: 79

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Овощи свежие	63	60
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
2,1	1,5	3,27	48,77	16	0,5	0,2	0,3	15,17

Технология приготовления:

Овощи обрабатывают согласно требованиям СанПиН 2.4.1.2660-10, удаляют плодоножки, режут кусочками.

Требования к качеству:

Кусочки овощей целые, свеженарезанные.

* СанПиН 2.4.1.2660-10

п. 15.18.1. 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.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ №3
_____ Федченкова Т.В.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 139

Наименование изделия: ОВОЩИ СВЕЖИЕ

Номер рецептуры: 81

Наименование сборника рецептур: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Овощи свежие	70	66
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		66

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,6	0	1,38	7,98	8	0,2	0,1	0,2	7,58

Технология приготовления:

Овощи обрабатывают согласно требованиям СанПиН 2.4.1.2660-10, удаляют края огурца, нарезают кружочками или порционными кусочками.

Требования к качеству:

Овощи сохраняют форму нарезки. Вкус и аромат, свойственные свежим овощам.

*** СанПиН 2.4.1.2660-10**

п. 15.18.1. 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.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ №3
_____ Федченкова Т.В.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 140

Наименование изделия ОВОЩИ СВЕЖИЕ

Номер рецептуры: 81

Наименование сборника рецептов: Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г. – 183 с.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Овощи свежие	90	85
Соль йодированная	0,5	0,5
ВЫХОД:		85

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
1,2	0	2,76	15,96	16	0,4	0,2	0,1	15,17

Технология приготовления:

Овощи обрабатывают согласно требованиям СанПиН 2.4.1.2660-10, удаляют края.. При наличии грубой кожи очищают. Нарезают кружочками или порционными кусочками.

Требования к качеству:

Овощи сохраняют форму нарезки. Вкус и аромат, свойственные свежим овощам.

* СанПиН 2.4.1.2660-10

п. 15.18.1. 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.

Перечень технологических карт

№ п/п	№ карты	№ рец.	Наименование блюда	Выход
1	2	3	4	5
<i>Холодные блюда. Бутерброды и салаты</i>				
1.	1	И.5/3	Бутерброд с маслом сливочным	20/7
2.	2	И.5/3	Бутерброд с маслом сливочным	30/10
3.	3	И.1/125	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/7/7,5
4.	4	И.1/125	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/10/11
5.	85	И.1/18	Овощи, тушённые с зелёным горошком	40
6.	86	И.1/18	Овощи, тушённые с зелёным горошком	60
7.	89	И.1/5	Капуста тушённая	40
8.	90	И.1/5	Капуста тушённая	60
9.	87	И.1/19	Икра кабачковая	40
10.	88	И.1/19	Икра кабачковая	60
11.	83	И.1/82	Икра свекольная	40
12.	84	И.1/82	Икра свекольная	60
13.	81	И.1/50	Морковь тушённая	50
14.	82	И.1/50	Морковь тушённая	60
15.	131	И.3/78	Икра морковная	60
16.	132	И.3/78	Икра морковная	80
	137	И.1/79	Помидоры свежие	40
	138	И.1/79	Помидоры свежие	60
	139	И.1/81	Огурцы свежие	40
	140	И.1/81	Огурцы свежие	60
<i>Молочные каши и супы</i>				
17.	95	И.1/29	Каша геркулесовая молочная	150
18.	96	И.1/29	Каша геркулесовая молочная	200
19.	91	И.1/34	Каша манная молочная	150
20.	92	И.1/34	Каша манная молочная	200
21.	93	И.1/10	Вермишель молочная	150
22.	94	И.1/10	Вермишель молочная	200
23.	101	И.1/27	Каша гречневая молочная	150
24.	102	И.1/27	Каша гречневая молочная	200
25.	99	И.2/311	Каша пшеничная молочная	150
26.	100	И.2/311	Каша пшеничная молочная	200
27.	103	И.1/31	Каша пшённая молочная	150
28.	104	И.1/31	Каша пшённая молочная	200
29.	97	И.1/33	Каша рисовая молочная	150
30.	98	И.1/33	Каша рисовая молочная	200
31.	105	И.3/311	Каша ячневая молочная	150
32.	106	И.3/311	Каша ячневая молочная	200
<i>Первые блюда</i>				
33.	23	И.1/98	Суп картофельный с вермишелью	180
34.	24	И.1/98	Суп картофельный с вермишелью	250
35.	25	И.1/6	Борщ со сметаной	180
36.	26	И.1/6	Борщ со сметаной	250
37.	31	И.1/95	Суп рыбный	180
38.	32	И.1/95	Суп рыбный	250
39.	33	И.1/96	Суп картофельный с рыбой	180
40.	34	И.1/96	Суп картофельный с рыбой	250
41.	37	И.1/88	Суп гороховый	180

42.	38	И.1/88	Суп гороховый	250
43.	35	И.1/99	Свекольник со сметаной	180
44.	36	И.1/99	Свекольник со сметаной	250
45.	39	И.5/204	Суп крестьянский	180
46.	40	И.5/204	Суп крестьянский	250
47.	27	И.1/7	Борщ	180
48.	28	И.1/7	Борщ	250
49.	41	И.2/89	Суп картофельный	180
50.	42	И.2/89	Суп картофельный	250
51.	29	И.1/98	Суп рисовый	180
52.	30	И.1/98	Суп рисовый	250
			Блюда из мяса и птицы	
53.	53	И.1/46	Куры отварные измельчённые	60
54.	54	И.1/46	Куры отварные измельчённые	90
55.	59	И.1/16	Картофельная запеканка с отварным мясом	180
56.	60	И.1/16	Картофельная запеканка с отварным мясом	230
57.	65	И.1/13	Ленивые голубцы	180
58.	66	И.1/13	Ленивые голубцы	230
59.	125	И.1/37	Отварные колбасные изделия	49
60.	126	И.1/37	Отварные колбасные изделия	69
61.	67	И.1/51	Жаркое по-домашнему	180
62.	68	И.1/51	Жаркое по-домашнему	230
63.	69	И.2/88	Плов с птицей	180
64.	70	И.2/88	Плов с птицей	230
65.	71	И.1/42	Котлета мясная	60
66.	72	И.1/42	Котлета мясная	70
67.	73	И.1/111	Тефтели мясные	60
68.	74	И.1/111	Тефтели мясные	70
69.	51	И.1/126	Бефстроганов в молочно-сметанном соусе	60
70.	52	И.1/126	Бефстроганов в молочно-сметанном соусе	80
			Блюда из рыбы	
71.	61	И.1/43	Котлета рыбная	60
72.	62	И.1/43	Котлета рыбная	80
73.	63	И.1/104	Тефтели рыбные	60
74.	64	И.1/104	Тефтели рыбные	100
75.	127	И.1/83	Сельдь с луком	90
76.	128	И.1/83	Сельдь с луком	100
			Блюда из картофеля и овощей	
77.	129	И.1/23	Капуста тушённая	120
78.	130	И.1/23	Капуста тушённая	160
79.	55	И.1/64	Овощи тушённые	120
80.	56	И.1/64	Овощи тушённые	160
81.	47	И.1/63	Пюре картофельное	120
82.	48	И.1/63	Пюре картофельное	150
83.	49	И.2/74	Пюре морковно-картофельное	120
84.	50	И.2/74	Пюре морковно-картофельное	150
85.	57	И.1/52	Овощи, тушеные в молоке	120
86.	58	И.1/52	Овощи, тушеные в молоке	150
87.	77	И.1/64	Рагу овощное	120
88.	78	И.1/64	Рагу овощное	150
89.	79	И.3/78	Свекла тушённая	120
90.	80	И.3/78	Свекла тушённая	150
			Блюда из творога и яиц	
91.	75	И.1/56	Омлет	60
92.	76	И.1/56	Омлет	90

93.	107	И.1/3	Пудинг творожный с морковью и рисом	100
94.	108	И.1/3	Пудинг творожный с морковью и рисом	150
95.	111	И.1/47	Запеканка из творога с рисом	90
96.	112	И.1/47	Запеканка из творога с рисом	100
97.	113	И.1/17	Запеканка творожная	90
98.	114	И.1/17	Запеканка творожная	100
			Гарниры	
99.	45	И.1/49	Макароны отварные	120
100.	46	И.1/49	Макароны отварные	150
101.	43	И.1/28	Каша пшеничная	120
102.	44	И.1/28	Каша пшеничная	150
			Напитки	
103.	7	И.1/113	Чай	150
104.	8	И.1/113	Чай	200
105.	9	И.1/114	Чай с молоком	150
106.	10	И.1/114	Чай с молоком	200
107.	11	И.5/874	Кисель из сухофруктов	150
108.	18	И.5/874	Кисель из сухофруктов	200
109.	21	И.1/35	Кисломолочные напитки	150
110.	22	И.1/35	Кисломолочные напитки	180
111.	5	И.1/22	Какао	150
112.	6	И.1/22	Какао	200
113.	15	И.1/39	Компот из свежих фруктов	150
114.	16	И.1/39	Компот из свежих фруктов	200
115.	13	И.1/40	Компот из сухофруктов	150
116.	14	И.1/40	Компот из сухофруктов	200
117.	11	И.1/45	Кофейный напиток	150
118.	12	И.1/45	Кофейный напиток	200
119.	123	И.5/965	Молоко	150
120.	124	И.5/965	Молоко	180
121.	19	И.1/41	Кисель фруктовый	150
122.	20	И.1/41	Кисель фруктовый	200
			Мучные изделия. Выпечка	
123.	117	И.1/9	Булочка сдобная	60
124.	118	И.1/9	Булочка сдобная	90
125.	115	И.2/108	Сочник с творогом	60
126.	116	И.2/108	Сочник с творогом	90
127.	109	И.2/107	Пудинг с фруктами	90
128.	110	И.2/107	Пудинг с фруктами	100
			Соусы	
129.	119	И.1/119	Соус фруктовый	30
130.	120	И.1/119	Соус фруктовый	50
131.	121	И.1/86	Соус сметанный сладкий	30
132.	122	И.1/86	Соус сметанный сладкий	50