

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ с. Сухая Лубна  
имени Мозгунова А.З.  
Липецкого муниципального района



Л.И. Орлова

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ**  
для организации питания обучающихся  
на 2023-2024 учебный год  
МБОУ СОШ с. Сухая Лубна имени Мозгунова А.З.

Липецк 2023 г.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ**  
**блюد и кулинарных изделий**  
**для дошкольных образовательных учреждений**

Данные технологические карты составлены в соответствии с 1.Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

При составлении технологических карт использовалась следующая литература:

1. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Сост. Л. Е. Голунова. Издательство «Профи-информ», 2005 г.
2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.
3. Л.Е. Курнешова. Организация питания детей в дошкольных образовательных учреждениях (Рецептура из справочника МФССЭБН). /Центр «Школьная книга» г. Москва, 2006 г.
4. Сборник: рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов в общеобразовательных организациях: Пособие. – М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022,-275 с.

**Технологическая карта № 1.****Номер рецептуры 1.****Наименование изделия: Хлеб ржано-пшеничный****Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Хлеб ржано-пшеничный	30	30	40	40
Выход	-	30	-	40

Химический состав данного блюда на 40г. Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
2,45	0,08	7,55	14,62	136	0,00	0,05	0,03	9,3	0,62

**Технология приготовления**

Хлеб нарезают куском

**Требования к качеству**

Внешний вид: ровные ломтики хлеба,

Консистенция: хлеба- мягкая,

Цвет: соответствует виду хлеба

Вкус: соответствует виду хлеба

Запах: свежего хлеба

**Технологическая карта № 2.****Номер рецептуры 3.****Наименование изделия: Бутерброды с сыром**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сыр российский.	10,6	10,0	16	15
Масло сливочное	5	5	5	5
Хлеб пшеничный	30	30	30	30
Выход	-	45	-	50

Химический состав данного блюда на 45 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
Сыр российский									
4,73	2,36	6,88	14,56	139	0,07	0,05	0,05	96,1	0,71

Химический состав данного блюда на 50 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
Сыр российский									
6,68	3,52	8,45	19,39	180	0,11	0,07	0,08	142,4	0,96

**Технология приготовления**

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут кусочек сыра.

**Требования к качеству**

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

Консистенция: мягкая

Цвет: сыра и хлеба

Вкус: сыра и хлеба

Запах: свойственный свежим продуктам

**Технологическая карта № 3.****Наименование изделия:** Бутерброд с маслом**Номер рецептуры** 6.**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса, г				
Масло сливочное	10	10	10	10
Хлеб пшеничный	30	30	30	30
Выход	-	40	-	40

Химический состав данного блюда на 40 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
2,4	7,5	7,5	15,2	145,8	0,00	0,05	0,02	8,00	0,60

**Технология приготовления**

Ломтик хлеба намазывают маслом

**Требования к качеству**

Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом.

Консистенция: хлеба – мягкая, масла - мажущая

Цвет: масла и хлеба

Вкус: масла и хлеба

Запах: свойственный свежим продуктам (масла в сочетании со свежим хлебом)

**Технологическая карта № 4.****Наименование изделия:** Каша из круп вязкая**Номер рецептуры** 177.**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
<b>Вариант 8</b>				
Крупа гречневая,	25	25	30	30
Или рисовая	25	25	30	30
или овсяная,	15	15	20	20
или пшено	25	25	30	30
Молоко	80	80	100	100
или молоко сухое	10	10	12	12
Сахар	4	4	5	5
Масло сливочное	4	4	5	5
20	20	40		40
Выход	150		200	

Химический состав данного блюда на 155г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
7,51	3,99	8,34	30,44	227,00	0,91	0,12	0,19	124,90	1,56

Химический состав данного блюда на 205г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
10,06	5,28	11,34	41,26	307,00	1,22	0,16	0,25	167,90	2,12

**Технология приготовления**

В кипящее молоко засыпают соль, сахар, поочередно - подготовленные крупы с учетом времени их варки. Изюм перебирают и промывают. В кашу добавляют подготовленный изюм, масло сливочное, варят до готовности. В готовую кашу, охлажденную до 80 °С, вводят яйца, тщательно перемешивают и проваривают 2-3 мин. Можно часть молока (до 30%) заменять водой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: каша уложена горкой, зерна крупы разварены, каша полита маслом

Консистенция: каша - вязкая

Цвет: свойственный крупам и изюму с желтоватым оттенком

Вкус: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

Запах: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

**Технологическая карта № 5.****Наименование изделия:** Каша манная**Номер рецептуры** 181.**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2015г.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
<b>Вариант 8</b>				
Крупа манная,	25	25	31	31
Молоко	80	80	100	100
или молоко сухое	10	10	12	12
Сахар	4	4	6	6
Масло сливочное	4	4	10	10
20	20	40		40
<b>Выход</b>	155		210	

Химический состав данного блюда на 210 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
6,11		10,72	32,38	251	1,17	0,16	0,25	133,77	0,47

**Технология приготовления**

В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем тонкой струйкой всыпают подготовленную манную крупу при непрерывном помешивании и варят 20 минут. Отпускают кашу в горячем виде с растопленным и доведённым до кипения сливочным маслом.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: зерна крупы полностью разварились, утратили форму.

Консистенция: жидкая, на тарелке полностью расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной на поверхности каши, не тонет.

Цвет: белый или светло-кремовый.

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

Запах: манной каши в сочетании с молоком и маслом.

**Технологическая карта № 6.****Наименование изделия: Яйца вареные****Номер рецептуры 213****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Яйца (в шт.)	1	40
Выход	-	1 шт.

Химический состав данного блюда на 85 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
5,08	5,08	4,60	0,28	63	0,00	0,3	0,18	22,0	1,0

**Технология приготовления**

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

Подают яйца очищенными по 1 и ½ шт. на порцию.

**Требования к качеству**

Внешний вид: круглоовальной формы, без трещин на поверхности

Консистенция: умеренно плотная

Цвет: белок – белый, желток – желтый

Вкус: свежего вареного яйца, приятный

Запах: свойственный свежи сваренным яйцам



**Технологическая карта № 7.****Наименование изделия: Салат из свежих огурцов****Номер рецептуры 13****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Огурцы свежие	1188	950
Масло растительное	60	60
Выход	-	1000

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
7,60	0,00	60,89	23,82	673	95,00	1,02	0,47	186,6	6,57

**Технология приготовления**

Свежие огурцы очищают от кожицы, нарезают кружочками, ломтиками или мелко шинкуют.

Огурцы нарезают не ранее чем за 30-40 минут до отпуска.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: нарезанные огурцы уложены горкой, заправлены растительным маслом

Консистенция: форма нарезки сохраняется. Консистенция хрустящая

Цвет: свойственный сорту огурцов

Вкус: свойственный свежим огурцам, в меру соленый

Запах: огурцов и растительного масла

**Технологическая карта № 8.****Наименование изделия:** Салат из свежих помидоров**Номер рецептуры** 14**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Помидоры свежие	847	720
Лук репчатый	288	242
масса бланшированного репчатого лука	-	230
или лук зеленый	288	230
Масло растительное	60	60
Выход	-	1000

Химический состав данного блюда на 1000 г

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
10,91	0,00	61,61	34,72	737,00	249	0,48	0,52	330,8	8,78

**Технология приготовления**

Подготовленные помидоры нарезают тонкими ломтиками, репчатый лук мелко шинкуют, бланшируют. Подготовленный зеленый лук мелко шинкуют. Помидоры и лук перемешивают, заправляют растительным маслом, солью, раскладывают на порции.

Салат можно отпускать без лука, соответственно уменьшив выход.

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны не ранее чем за 30-40 мин до отпуска

Консистенция: помидоров- упругая, сочная

Цвет: помидоров- красный, розовый, а также желтый (для жёлтых сортов)

Вкус: умеренно соленый

Запах: свежих помидоров и лука в сочетании с растительным маслом

**Технологическая карта № 9.****Наименование изделия: Салат из свежих помидоров и огурцов****Номер рецептуры №15.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Помидоры свежие	30	24
Огурцы свежие	20	17
Лук зеленый	7	6
или лук репчатый	7	6
Масло растительное	3	3
Выход		50

Химический состав данного блюда на 50 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,54	0,00	3,08	1,73	36,86	12,5	0,023	0,018	9,34	0,37

**Технология приготовления**

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

Масса бланшированного репчатого лука

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

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

Консистенция: помидоров и огурцов - упругая, лука - сочная

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

Вкус: продуктов, входящих в состав салата, умеренно соленый

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

**Технологическая карта № 10.****Наименование изделия:** Салат из белокочанной капусты**Номер рецептуры №20.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная	50	40
Лук зеленый	6	5
или морковь	6	5
Кислота лимонная	0,001	0,001
Вода кипяченая	5	5
Сахар	2	2
Масло растительное	5	5
Выход	-	50

Химический состав данного блюда на 50 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
0,704	0,00	2,54	4,5	43,7	16,2	0,013	0,017	18,68	0,25

**Технология приготовления**

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

**Требования к качеству**

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

Консистенция: овощей - хрустящая, не жесткая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам

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

**Технологическая карта № 11.****Наименование изделия:** Салат из свеклы**Номер рецептуры № 33.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Свекла	60	47
Масло растительное	3	3
Выход	-	50

Химический состав данного блюда на 50 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,71	0,00	3,04	4,18	46,95	4,75	0,009	0,019	17,57	0,66

**Технология приготовления**

Отварную очищенную свеклу нарезают мелкой соломкой. При отпуске свеклу заправляют растительным маслом.

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: свекла нарезана мелкой соломкой, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: темно-малиновый

Вкус: свойственный свекле и растительному маслу

Запах: свеклы и растительного масла

**Технологическая карта № 12.****Наименование изделия: Борщ****Номер рецептуры 56.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Свекла	200	160
Капуста свежая	150	120
или квашеная	171	120
Морковь	63	50
Лук репчатый	48	40
Томатное пюре	30	30
Масло растительное	20	20
Сахар	10	10
Бульон или вода	800	800
Выход	1000	

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
Борщ со свежей капустой									
6,44	0,00	19,37	43,72	375,00	42,2	0,12	0,1	188,70	4,29
Борщ с квашеной капустой									
6,44	0,00	19,37	41,47	366,00	33,1	0,11	0,1	188,70	4,2

**Технология приготовления**

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную капусту и варят 10-15 мин. Затем кладут тушеную свеклу, припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют сахар. При использовании квашеной капусты, ее в тушеном виде вводят борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить подсушенной мукой, разведенной бульоном или водой (10 г муки на 1000 г борща). Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: в жидкой части борща распределены овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук соломкой)

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

Цвет: малиново-красный, жир на поверхности - оранжевый

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый

Запах: продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта № 13.****Наименование изделия: Свекольник****Номер рецептуры 58.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Свекла	50	40
Картофель	70	50
Морковь	10	8
Лук репчатый	10	8
Томатное пюре	2	2
Масло растительное	3	3
Сметана	8	8
Сахар	1	1
Бульон или вода	180	180
Выход	-	250

Химический состав данного блюда на 250 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
2,04	0,00	5,00	14,10	109,75	8,78	0,07	0,05	3,66	1,33

**Технология приготовления**

Картофель нарезают брусочками, закладывают в кипящий бульон или воду и варят 10-15 мин, затем кладут подготовленную вареную свеклу, припущенные овощи и томатное пюре, за 5-10 мин до готовности добавляют соль, сахар.

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

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

Консистенция: свекла и овощи мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: малиново-красный, жир на поверхности - оранжевый

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый

Запах: продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта № 14.****Наименование изделия: Щи из свежей или квашеной капусты****Номер рецептуры 61.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	70	51
Капуста свежая	50	36
или квашеная	50	39
Морковь	10	8
Лук репчатый	8	5
Томатное пюре	2	2
Масло растительное	3	3
Сметана	5	5
Выход	-	250/5

Химический состав данного блюда на 250 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
8,32	0,00	19,83	71,01	496,00	58,35	0,14	0,20	263,10	6,03

**Технология приготовления**

Мелко шинкованные капусту, свеклу, репчатый лук, морковь тушат до готовности с томатным пюре и растительным маслом. Чернослив промывают и варят 15-20 минут, вынимают косточки. Тушеные овощи заливают отваром чернослива, разведенным водой, перемешивают, солят, доводят до кипения.

Вареный чернослив кладут в борщ при отпуске.

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: на поверхности видны блестки жира, овощи сохранили форму нарезки

Консистенция: овощей, чернослива – мягкая

Цвет: бульона - малиново-красный, свойственный продуктам, входящим в блюдо

Вкус: кисло- сладкий, умеренно соленый

Запах: продуктов, входящих в блюдо.



**Технологическая карта № 15.****Наименование изделия: Рассольник ленинградский****Номер рецептуры 76.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	100	75
Крупа (перловая, или пшеничная, или рисовая, или овсяная)	7	7
Морковь	12	10
Лук репчатый	6	5
Огурцы соленые	20	18
Масло растительное	3	3
Масло сливочное	3	3
Бульон или вода	190	190
Выход	-	250

Химический состав данного блюда на 250 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
5,72	0,00	8,35	13,17	152	7,53	0,095	0,06	24,95	0,93

**Технология приготовления**

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

Рекомендуется для детей старшей возрастной группы.

**Требования к качеству**

Внешний вид: в жидкой части рассольника - огурцы без кожицы и семян, нарезанные ромбиками или соломкой, картофель - брусочками, коренья - соломкой

Консистенция: овощей, мяса - мягкая, сочная; огурцов - слегка хрустящая; перловая крупа хорошо разварена, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: жира на поверхности - желтый, овощей - натуральный

Вкус: умеренно соленый, с умеренной кислотностью

Запах: продуктов, входящих в рассольник

**Технологическая карта № 16.****Номер рецептуры 80.****Наименование изделия: Суп картофельный с крупой**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	100	75
Масло сливочное	3	3
Крупа рисовая, пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	7	7
Или греча	7	7
или вермишель	10	10
Морковь	12	10
Лук репчатый	10	8
Масло растительное	3	3
Бульон или вода:		
для круп пшеничной, овсяной, перловой	180	180
для остальных круп	200	200
Выход	-	25

Химический состав данного блюда на 250 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
2,18		2,84	14,29	91,5	8,25	0,11	0,05	24,0	0,96

**Технология приготовления**

Лук мелко шинкуют, морковь нарезают мелкими кубиками и припускают. Картофель нарезают кубиками. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с припущенными овощами. Манную крупу засыпают в суп за 10-15 мин до его готовности. Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

**Внешний вид:** в жидкой части супа - картофель и овощи, нарезанные кубиками, крупа - хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму.

**Консистенция:** овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа.

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

**Вкус:** картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый.

**Запах:** продуктов, входящих в суп.

**Технологическая карта № 17****Номер рецептуры 98.****Наименование изделия: Суп картофельный с вермишелью****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 продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель с 01.06 по 30.06	65	39
Картофель с 01.07 по 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 (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
2,22		1,88	13,98	89,78	4,58	0,06	0,04	29	0,7

**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.

**Технологическая карта № 18.****Номер рецептуры 88.****Наименование изделия: Суп гороховый**

**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.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель с 01.06 по 30.06	65	39
Картофель с 01.07 по 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 (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
2,21		2,44	16,1	185,8	4,3	0,32	0,12	47	2,1

**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.

**Технологическая карта № 19.****Наименование изделия:** Каша гречневая рассыпчатая**Номер рецептуры** 168.**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	брутто	нетто	брутто	нетто
<b>Масса, г</b>				
Греча	40	120	45	150
Масло сливочное	5	5	5	5
или сахар	5	5	5	5
<b>Выход: с маслом сливочным</b>	-	125	-	155
или сахаром,	-	125	-	155
или с маслом сливочным и сахаром	-	130	-	160

Химический состав данного блюда на 155г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
5,91	8,31	9,31	24,84	209,53	11,0	0,75	1,24	9,8	6,87

**Технология приготовления:**

В подготовленную посуду наливают жидкость, оставляя часть котла свободной, с учетом объема каши. В жидкость добавляют соль (2-3 г на 1 кг готовой каши) или раствор соли, предварительно процеженный. Если кашу готовят на молоке с добавлением сахара, то соли кладут меньше. Нормы расхода соли для приготовления различных каш указаны в таблицах. Сахар или сахарный сироп добавляют одновременно с солью.

Жидкость доводят до кипения и закладывают в нее крупу. Если крупу требуется промыть, то сделать это следует перед самым закладыванием ее в жидкость. Манную крупу и прочие мелкодробленые крупы всыпают тонкой струйкой, чтобы при заваривании не образовалось комков. В процессе заваривания и дальнейшей варки крупу перемешивают веселкой.

Рассыпчатые каши варят до загустения, в процессе варки можно добавить часть полагающегося по рецептуре масла. Загустевшую крупу не размешивают, а лишь разравнивают, закрывают крышкой, ставят на край плиты, продолжают доваривать при температуре не выше 90-100 °С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: зерна крупы набухшие, разваренные, каша выложена горкой, сохранила форму

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие, без комков

Цвет: свойственный данному виду крупы

Вкус: с выраженным вкусом крупы, не допускается вкус подгорелой каши

**Технологическая карта № 20.****Наименование изделия: Макароны изделия отварные с маслом****Номер рецептуры 204.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Макаронные изделия	40	40
Масло сливочное	5	5
Выход	-	150

Химический состав данного блюда на 150г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
38,42	0,00	5,49	207,62	1034,00	0,00	0,56	0,2	49,9	8,14

**Технология приготовления**

Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 30 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу – 20-25 мин, вермишель – 10-10 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывают воду, в результате чего их масса увеличивается примерно в 3 раза (в зависимости от сорта).

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

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия можно варить, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий 2,2- 3,0 л воды, 15 г. соли). рекомендованный выход блюд для первой возрастной группы – 150 г, для второй- 200 г.

**Требования к качеству**

Внешний вид: макаронные изделия сохраняют форму, легко отделяются друг от друга

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная

Цвет: белый с кремовым оттенком

Вкус: свойственный отварным макаронам, умеренно соленый

Запах: отварных макаронных изделий

**Технологическая карта № 21****Наименование изделия: Омлет****Номер рецептуры 216****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Яйца	1,05 шт.	42	1,2 шт.	48
Молоко	80	80	100	100
Масса омлетной смеси	-	122	-	<b>148</b>
Масса готового омлета	-	125	-	150
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход	-	130	-	155

Химический состав данного блюда на 155 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
18,1	18,1	30,80	2,40	268,00	0,34	0,10	1,28	286,20	2,54

**Технология приготовления**

К обработанным яйцам добавляют молоко и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный маслом противень слоем толщиной не более 2,5 см и запекают в жарочном шкафу до готовности.

При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

**Требования к качеству**

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, без подгорелых мест

Консистенция: однородная, сочная

Цвет: золотисто-желтоватый

Вкус: свежих запеченных яиц, молока, сливочного масла

Запах: свежих запеченных яиц, сливочного масла

**Технологическая карта № 22.****Наименование изделия:** Запеканка из творога**Номер рецептуры** 237**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Творог	46,9	46	120	118
Крупа манная	3	3	10	10
или мука пшеничная	4	4	8	8
Сахар	4	4	8	8
Яйца	1/8 шт.	5	1/4 шт.	10
Масло сливочное	2	2	4	4
Молоко	2	2	5	5
Сметана	2	2	4	4
Масса готовой запеканки	-	50	-	130
Соус №358-362	-	15	-	30
Выход с соусом	-	65	-	160

Химический состав данного блюда на 160 г. (с манной крупой)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
17,54	16,51	12,05	17,15	247,00	0,24	0,05	0,26	147,30	0,69

**Технология приготовления**

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

**Требования к качеству**

Внешний вид: порционные кусочки, без трещин и подгорелых мест

Консистенция: однородная, нежная, мягкая

Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе - белый, соуса коричневый

Вкус, творога и продуктов, входящих в блюдо

Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо



**Технологическая карта № 23.****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.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Рыба свежая	79	74	84	79
Хлеб пшеничный	5	5	10	10
Яйцо	0,1 шт.	4	0,1 шт.	4
Масло растительное	3	3	4	4
Молоко	10	10	10	10
Лук	8	6,4	10	8
Морковь	8	6,4	10	8
Рис	10	10	10	10
Соль йодированная	1	1	1	1
Томатная паста	8	8	10	10
Выход		60		100

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
на 60 г.									
16,27		4,67	3,87	123,9	0,03	0,01	0,11	31	0,2
На 100 г									
27,12		7,78	6,45	206,5	0,05	0,02	0,11	52	0,3

**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 градусов, 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.

**Технологическая карта № 24.****Наименование изделия:** Гуляш из отварного мяса**Номер рецептуры** 277**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка)	90	68	100	74
Масса отварного мяса	-	48	-	54
Морковь	12	10	15	12
Лук репчатый	10	8	10	8
Томатное пюре	-	-	2	2
Масло сливочное	2	2	2	2
Мука пшеничная	3	3	5	5
Овощной отвар или вода	-	20	-	25
Масса соуса	-	30	-	40
Масса гуляша	-	80	-	100
Гарнир № 313, 318, 320, 321	-	120	-	150
Выход	-	200	-	250

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
на 80 г.									
10,28	9,82	8,27	2,64	126,0	0,40	0,04	0,07	1,94	0,76
На 100 г									
13,75	10,31	10,86	3,49	166,66	0,74	0,05	0,09	2,48	1,05

**Технология приготовления**

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

**Требования к качеству**

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

Консистенция: мяса - сочная, мягкая

Цвет: мяса - светло-серый; свойственный овощам и соусу

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

**Технологическая карта № 25.****Наименование изделия: Бефстроганов из отварного мяса****Номер рецептуры 278****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (покретка, лопаточная часть, грудинка)	132	97	175	129
Масса отварного мяса	-	60	-	80
Соус №354, 367	-	60	-	80
Масса бефстроганова	-	120	-	160
Гарнир №313, 317, 318, 320, 321, 324	-	120	-	150
Выход	-	240	-	310

Химический состав данного блюда на 120 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
15,51	15,06	12,43	3,29	187,00	0,01	0,03	0,1	33,4	0,99

**Технология приготовления**

Отварное мясо нарезают брусочками длиной 3-4 см массой 5-8 г, заливают сметанным соусом, добавляют бульон (примерно десятую часть к массе мяса), соль и тушат 5-10 минут.

Отпускают вместе с соусом, в котором тушился бефстроганов.

Гарниры - каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, овощи отварные, пюре картофельное, пюре из моркови или свеклы.

**Требования к качеству**

Внешний вид: отварное мясо нарезано брусочками, уложено на тарелку вместе с соусом, гарнир расположен сбоку

Консистенция: мяса - сочная, мягкая, соуса — однородная

Цвет: мяса - светло-серый; свойственный овощам и соусу

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

**Технологическая карта № 26.****Наименование изделия: Тефтели мясные****Номер рецептуры 286****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо)	52	38	70	51
Говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка)	77	38	100	59
Хлеб пшеничный	8	8	10	10
Молоко или вода	12	12	16	16
Лук репчатый	14	12	20	16
Масса припущенного лука	-	9	-	12
Мука пшеничная	4	4	4	4
Масса полуфабриката	-	71	-	90
Вода	12	12	16	16
Масса готовых тефтелей	-	60	-	80
Соус №356	-	60	-	80
Гарнир №318, 320, 321	-	120	-	150
Выход	-	240	-	310

Химический состав данного блюда на 160 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
11,78	9,54	12,91	14,90	223,00	1,13	0,07	0,13	57,80	1,27

**Технология приготовления**

Котлетную массу дважды пропускают через мясорубку, добавляют измельченный припущенный репчатый лук, перемешивают и формуют в виде шариков по 3-4 шт. на порцию, панируют в муке, запекают 6-8 мин до полуготовности, заливают соусом, сметанным с луком с добавлением воды (12-16 г на порцию) и тушат 8-10 мин до готовности.

Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели.

Гарниры - картофель отварной, овощи отварные с маслом, картофельное пюре.

**Требования к качеству**

Внешний вид: тефтели в виде шариков без трещин, пропитанных соусом

Консистенция: тефтелей в меру плотная, сочная

Цвет: тефтелей - коричневый, соуса - в зависимости от вида

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый

Запах: тушеного мяса, соуса и гарнира

**Технологическая карта № 27.****Наименование изделия: Цыплята отварные с соусом****Номер рецептуры 300****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Куры	177	157	236	209
Лук репчатый	2	1,7	3	2,5
Масса отварной птицы	-	60	-	80
Соус	-	15	-	30
Гарнир	-	120	-	150
Выход	-	195	-	260

Химический состав данного блюда на 60 г. (бройлер- цыпленок)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
12,66	12,66	8,16	0,00	124,00	0,00	0,02	0,08	23,4	1,08

**Технология приготовления**

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

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

Кроликов нарубают на 4-6 частей в зависимости от величины тушек и нормы выхода на порции.

Нарубленные порции кролика заливают горячим бульоном, доводят до кипения и хранят в бульоне на мармите в закрытой посуде.

**Требования к качеству**

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

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: сероватый- для мякоти ножки, белый- филе, кролика- светло- серый

Вкус: умеренно соленый

Запах: свойственный мясу отварной птицы или кролика

**Технологическая карта № 28.****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.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель с 01.06-30.06	163	98	207	124
Картофель с 01.07-31.10	130	98	165	124
Говядина 1 кат. бескостная	58	55	64	60
Лук	10	8	10	8
Морковь	15	12	15	12
Масло растительное	4	4	5	5
Соль йодированная	1	1	1	1
<b>ВЫХОД:</b>		180		230

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
на 180 г									
14,89		13,48	15,7	252,45	7,2	0,13	0,14	32	2,8
На 230 г									
19,02		17,23	20,05	322,6	9,2	0,16	0,18	40	3,5

**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.

**Технологическая карта № 29.****Наименование изделия: Рыба, тушенная в томате с овощами****Номер рецептуры 247****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Из филе рыбы	40	37	53	49
Вода	13	13	17	17
Морковь	21	17	28	22
Томатное пюре			2	2
Лук репчатый	8	7	11	9
Масло растительное	3	3	4	4
Масса тушеной рыбы		30		40
Масса тушеной рыбы с овощами		60		80
Гарнир №318, 320, 321		120		150
Выход с гарниром	-	180	-	230

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
на 60 г									
5,74	5,45	2,89	1,54	55,00	1,25	0,04	0,03	16,8	0,34
На 80 г									
7,66	7,21	3,85	2,20	74,00	1,96	0,05	0,04	22,10	0,47

**Технология приготовления**

Филе нарезают на порционные куски, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нарезанных соломкой моркови и лука репчатого, заливают водой, добавляют томатное пюре, сметану, масло растительное, посуду закрывают крышкой и тушат 30 мин до готовности. Отпускают с овощами, с которыми тушилась рыба. Гарниры - картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные.

**Требования к качеству**

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

Консистенция: мягкая у трески, допускается легкое расслаивание мякоти

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

Вкус: рыбы в сочетании с соусом и овощами. Запах: продуктов, входящих в блюдо.

**Технологическая карта № 30.****Наименование изделия: Рыба отварная с соусом****Номер рецептуры 242****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 582 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Филе рыбы	80	73	106	98
Лук репчатый	5	4	6	5
Морковь	3	2	4	3
Масса отварной рыбы	-	60	-	80
Соус сметанный №354		15		30
Гарнир	-	120	-	150
Выход с гарниром	-	195	-	230

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
На 80 г									
10,87	10,68	4,01	2,53	90,00	0,66	0,06	0,07	36,90	0,41

**Технология приготовления:**

Филе рыбы нарезают порционными кусками, укладывают в кастрюлю, заливают водой на 3-5см выше поверхности филе, добавляют лук репчатый, морковь, когда жидкость закипит, удаляют пену и варят до готовности. Отпускают с прокипячённым сливочным маслом или соусом сметанным. Гарниры- картофель в молоке, пюре картофельное, овощи отварные, капуста тушёная.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: филе рыбы уложено на тарелку, сбоку гарнир;

Консистенция: мягкая, допускается лёгкое расслаивание рыбной мякоти;

Цвет: рыбы на разрезе – белый или светло-серый;

Вкус: рыбы в сочетании с соусом или маслом, приятный, умеренно солёный;

Запах: рыбы с ароматом соуса или масла.



**Технологическая карта № 31.****Наименование изделия: Сосиски отварные (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.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Отварные колбасные изделия	50	49	51	50
<b>ВЫХОД:</b>		49		50

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
на 49 г.									
7,84		10,78	0,06	120	21,1	0	0,06	8	0,4
11,04		15,2	0,08	169	30	0	0,09	11	0,62

**Технология приготовления:**

Искусственную оболочку с сосисок снять, сосиски промыть, положить в кипящую воду (варёную 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 № 32.****Наименование изделия: Рис отварной****Номер рецептуры 315****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-й вариант	
	Масса, г	
	брутто	нетто
Рис	50	50
Масло сливочное	3	3
Выход	-	150

Химический состав данного блюда.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
На 150 г									
3,7	4,8	4,8	36,5	203,50	0,00	0,03	0,03	6,9	0,49

**Технология приготовления:** Подготовленную рисовую крупу кладут в посоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют прокипяченным сливочным маслом, перемешивают и прогревают.

**Требования к качеству:**

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

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная;

Цвет: от белого до кремового;

Вкус: отварного риса с маслом.

**Технологическая карта № 33.****Наименование изделия: Пюре картофельное****Номер рецептуры 321****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-й вариант	
	Масса, г	
	брутто	нетто
Картофель	200	142
Молоко	5	5
Масло сливочное	5	5
Выход	-	150

Химический состав данного блюда на 150 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
3,4	0,72	53,4	20,5	152,5	20,17	0,16	0,12	41,08	1,12

**Технология приготовления**

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

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: протертая картофельная масса

Консистенция: густая, пышная, однородная

Цвет: белый с кремовым оттенком

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

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного масла

**Технологическая карта № 34.****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.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель с01.06-30.06.	86	52	125	75
Картофель с 01.07-31.07	69	52	100	75
Лук	15	12	20	16
Морковь	20	16	20	16
Капуста свежая	70	56	90	72
Томат	8	8	10	10
Масло растительное	3	3	4	4
Соль йодированная	0,7	0,7	1	1
<b>ВЫХОД:</b>		120		150

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
на 120 г.									
3,01		4,07	11,72	97,73	6,72	0,07	0,1	760,9	0,9
На 150 г.									
3,76		5,1	14,65	122,2	8,4	0,09	0,12	95	1,1

**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 тушёных овощей в томате.

**Технологическая карта № 35.****Наименование изделия: Капуста тушеная****Номер рецептуры 336****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Капуста белокочанная свежая	190	145
или квашеная	142	100
Масло растительное	5	5
Морковь	10	8
Лук репчатый	8	5
Томатное пюре	3	3
Мука пшеничная	2	2
Сахар	1	1
Выход	-	150

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
20,7	0,00	32,4	94,28	751,00	171,6	0,2	0,3	554,5	8,08

**Технология приготовления**

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), масло растительное, прогретое томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют припущенные, нарезанные соломкой, морковь, лук и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют подсушенной мукой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения. Для детей первой возрастной группы соус готовят без томатного пюре.

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: смесь тушенной капусты с овощами; капуста, лук и морковь - в виде соломки

Консистенция: сочная, слабо хрустящая

Цвет: светло-коричневый

Вкус: свойственный капусте и продуктам, входящим в состав, умеренно соленый, кисло-сладкий

Запах: тушеной капусты, томата, овощей

**Технологическая карта № 36.****Наименование изделия: Соус сметанный****Номер рецептуры 354****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Сметана	250	250
Мука пшеничная	75	75
Вода или отвар	750	750
Масса белого соуса	-	750
Соль	-	8
Выход	-	1000

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
14,06	6,19	49,96	58,68	741,00	0,38	0,21	0,29	273,0	2,08

**Технология приготовления**

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70° С выливают 1/4 часть горячей воды или отвара и вымешивают.

Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и снова доводят до кипения.

Подают соус к мясным, овощным и рыбным блюдам или используют для запекания рыбы, мяса, овощей.

**Требования к качеству**

Внешний вид: однородная масса, без комочков не разварившейся муки, пленки и всплывшего жира

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная

Цвет: от белого до светло - кремового

Вкус: свежей сметаны и продуктов, входящих в блюдо, умеренно соленый

Запах: свежей сметаны и продуктов, входящих в соус

**Технологическая карта № 37****Наименование изделия: Соус белый, основной****Номер рецептуры 347****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Бульон или вода	-	1100
Масло сливочное	50	50
Мука пшеничная	50	50
Лук репчатый	24	20
Петрушка (корень)	13	10
Соль	-	10
<b>Выход</b>	-	<b>1000</b>

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
6,01	0,39	35,15	36,66	487,00	2,75	0,12	0,10	117,3	1,59

**Технология приготовления**

Просеянную рисовую муку подсушивают до кремового цвета, растирают с маслом, разводят кипяченым молоком или молоком с бульоном и варят 7-10 минут при постоянном помешивании, солят, доводят до кипения.

**Требования к качеству**

Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков, без всплывшего жира на поверхности

Консистенция: однородная, полужидкая, вязкая, нежная

Цвет: от белого до светло-кремового

Вкус: нежный, насыщенный

Запах: продуктов, входящих в соус

**Технологическая карта № 38.****Наименование изделия: Компот из апельсинов или мандаринов****Номер рецептуры 374****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Апельсины	373	250
или мандарины	338	250
Сахар	150	150
Цедра	25	25
Вода	625	625
Выход	-	1000

Химический состав данного блюда на 1000 г. (из апельсинов)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
2,25	0,00	0,50	169,95	693,00	64,5	0,08	0,07	117,6	1,20

**Технология приготовления**

Апельсины или мандарины моют, очищают от кожицы, нарезают тонкими кружочками (мандарины можно разделить на дольки), заливают горячим сиропом, доводят до кипения и дают настояться до полного охлаждения. Для приготовления сиропа в горячей воде растворяют сахар, добавляют цедру, предварительно очищенную от белой мякоти, нарезанную тонкой соломкой, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают.

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: сироп прозрачный, апельсины или мандарины нарезаны дольками

Консистенция: цитрусовых - мягкая, соотношение густой и жидкой части 1:3 или 1:5

Цвет: оранжевый

Вкус: апельсина или мандарина, сладкий

Запах: апельсина или мандарина



**Технологическая карта № 39.****Наименование изделия: Компот из свежих яблок****Номер рецептуры 373****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Яблоки	114	100
Слива	111	100
или алыча	108	100
Сахар	120	120
Кислота лимонная	1	1
Вода	840	840
<b>ВЫХОД</b>		<b>1000</b>

Химический состав данного блюда на 1000 г. (Яблоки и слива)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
1,20	0,00	0,70	139,16	568,00	8,6	0,07	0,05	77,40	3,06

**Технология приготовления**

Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Из сливы, алычи удаляют косточки. Чтобы яблоки не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой.

Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 6-8 мин. В горячий сахарный сироп закладывают сливу или алычу и только доводят до кипения. Затем процеживают сироп. Быстро разваривающиеся сорта яблок не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: яблоки нарезаны дольками (ломтиками), сливы, или алыча - на половинки. Плоды сохраняют форму, залиты прозрачным сиропом

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая

Цвет: присущий вареным плодам в сиропе

Вкус: сладко-кисловатый с хорошо выраженным привкусом плодов

Запах: типичный для вареных плодов

**Технологическая карта № 40.****Наименование изделия: Кисель из концентрата(смесь)****Номер рецептуры 376****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Кисель концентрированный (смесь)	25	25
Сахар	3	3
Вода	200	200
Выход	180	180

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,4	0,00	0,018	25,24	102,72	0,36	0,01	0,03	28,92	1,13

**Технология приготовления**

Подготовленные сушеные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности.

Груши сушеные в зависимости от величины и вида варят 1-2 ч, яблоки - 20-30 мин, урюк, курагу - 10-20 мин, изюм - 5-10 мин.

Компот из плодов или ягод сушеных готовят накануне, для того чтобы он настоялся.

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: плоды, ягоды не переваренные, уложены в стакан или креманку и залиты полученным при варке компота прозрачным отваром

Консистенция: отвара - жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов

Цвет: от светло-коричневого до темно-коричневого, в зависимости от набора сухофруктов

Вкус: сладкий или кисло-сладкий

Запах: аромат использованных плодов и ягод

**Технологическая карта № 41.****Наименование изделия: Чай с сахаром****Номер рецептуры 392****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Чай-заварка №391, (мл)	20	20	30	30
Сахар,	7	7	12	12
или варенье.	10	10	15	15
или джем.	10	10	15	15
или мед.	12	12	15	15
или повидло	15	15	20	20
Вода	130	130	150	150
Выход с сахаром	–	150/7		180/10

Химический состав данного блюда на 180 г. (с сахаром)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,06	0,00	0,02	9,46	37,89	0,03	0,00	0,00	9,47	0,27

**Технология приготовления**

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан или чашку, или подают отдельно. Варенье, джем, мед, повидло подают отдельно.

**Требования к качеству**

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

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, чуть терпкий

Запах: свойственный чаю

**Технологическая карта № 42.****Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком****Номер рецептуры 395****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	нетто	брутто	нетто	брутто
Кофейный напиток	2	2	3	3
Сахар	7	7	10	10
Молоко	75	75	120	120
Вода	90	90	78	78
<b>Выход</b>		<b>150</b>		<b>180</b>

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
2,85	2,61	2,41	14,36	91,00	1,17	0,04	0,14	113,2	0,12

**Технология приготовления**

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

**Требования к качеству**

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-коричневый

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

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока

**Технологическая карта № 43.****Наименование изделия: Какао с молоком****Номер рецептуры 397****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Какао порошок	2	2	2	2
Сахар	8	8	10	10
Молоко	92	92	110	110
Вода	65	65	80	80
Выход	-	150	-	180

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
3,67	3,19	3,19	15,82	107	1,43	0,05	0,17	137,0	0,43

**Технология приготовления**

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

**Требования к качеству**

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

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-шоколадный

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока

Запах: свойственный какао

**Технологическая карта № 44.****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.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сухофрукты	12,5	12,5	15,5	15,5
Сахар	7	7	9	9
Витамин «С»	0,035	0,035	0,05	0,05
Выход		150		200

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,2 3		0,01	18,28	72,57	0,21	0,002	0,004	18	0,7
0,3 1		0,01	24,37	96,76	0,28	0,003	0,006	25	0,9

**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 № 45.**

**Наименование изделия: Соки овощные или ягодные**

**Номер рецептуры 399**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Сок томатный, или морковный, или черносмородиновый, или сливовый, или яблочный, или абрикосовый, или вишневый, или виноградный	150	150	180	180
Выход	-	150		180

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
томатный									
1,80	0,00	0,18	5,22	30,00	18,00	0,05	0,05	12,6	0,90
сливовый									
0,54	0,00	0,18	27,36	113,00	7,20	0,02	0,02	18,00	0,54
яблочный									
0,90	0,00	0,00	18,18	76,00	3,60	0,02	0,02	12,6	2,52
виноград									
0,54	0,00	0,36	29,34	123,00	3,60	0,04	0,02	36,00	0,72

Консистенция: жидкая

Цвет: соответствует соку

Вкус: соответствует соку

Запах: соответствует соку

**Технологическая карта № 46****Наименование изделия: Ряженка****Номер рецептуры 401****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса, г				
Кефир,	155	150	185	180
или йогурт.	162	150	194	180
или ряженка.	155	150	185	180
или простокваша,	158	150	190	180
или снежок	151	150	182	180
Выход	-	150	-	180

Химический состав данного блюда на 180 г. ряженка

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
5,17	5,22	7,18	7,56	121,69	0,54	0,04	0,23	223,20	0,18

**Требования к качеству**

Внешний вид: густая жидкость белого или светло-кремового цвета

Консистенция: жидкая, сметанообразная

Цвет: от белого до светло-кремового

Вкус: молочнокислый

Запах: кисломолочных продуктов



**Технологическая карта № 47****Наименование изделия: Йогурт****Номер рецептуры 401****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса, г				
Кефир,	155	150	185	180
или йогурт.	162	150	194	180
или ряженка.	155	150	185	180
или простокваша,	158	150	190	180
или снежок	151	150	182	180
Выход	-	150	-	180

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
5,22	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54	0,04	0,23	223,20	0,18

**Требования к качеству**

Внешний вид: густая жидкость белого или светло-кремового цвета

Консистенция: жидкая, сметанообразная

Цвет: от белого до светло-кремового

Вкус: молочнокислый

Запах: кисломолочных продуктов

**Технологическая карта № 48.****Наименование изделия: Пирожок с начинкой печёный****Номер рецептуры 473****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Массовая доля сухих веществ, %	Расход сырья на 1шт. __ готовых изделий весом 50 г	
		в натуре	в сухих веществах
Мука пшеничная высшего сорта	0,85	40	29,9
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	0,85	5	0,60
Дрожжи (прессованные)	0,25	1	0,26
Соль	0,96	1	0,34
Сахар	0,99	4	3,56
Масло сливочное	0,84	5	2,69
Яйцо	0,27	3	0,28
Начинка	0,80	20	1,43
Итого сырья		79	39,06
Вода		15	
Масса полуфабриката		94	
Выход	65	50	32,5

Химический состав данного блюда на 50 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
3,9	0,14	3,06	26,94	150,0	0,00	0,06	0,04	11,4	0,72

**Технология приготовления**

Из дрожжевого теста формируют шарики, кладут их в формы или на листы, смазанные жиром, на расстоянии не более 10 мм друг от друга и ставят в теплое место для расстойки на 10-15 мин. Затем шарики раскатывают в серединку выкладывают начинку. формируют в виде лодочки и укладывают на противни. Поверхность смазывают меланжем. Выпекают при температуре 185-215 °С в течение 30-40 мин. Влажность не более 35,0%, кислотность не более 2,5 °Н

**Требования к качеству**

Внешний вид: форма – продолговатая в виде лодочки с острыми кончиками.

Консистенция: мякиш хорошо пропечен, пористый

Цвет: от светло-коричневого до темно-коричневого

Вкус: свойственный свежеспециальному изделию из дрожжевого теста

Запах: приятный, свойственный свежеспециальному изделию из дрожжевого теста

**Технологическая карта № 49****Наименование изделия: Чай-заварка****Номер рецептуры № 391.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г.	
	брутто	нетто
Чай высшего или 1-го сорта (сухой)	0,0006	0,0006
Вода	180	180
Выход	-	180

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Ca	Fe
0,36	0,00	0,09	0,072	2,54	0,18	0,01	0,018	17,8	1,49

**Технология приготовления**

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

**Требования к качеству**

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

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: чуть терпкий

Запах: свойственный чаю

**Технологическая карта № 50****Номер рецептуры 282.****Наименование изделия: Котлеты, биточки, шницели рубленые**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина (котлетное мясо),	60	44	80	59
или свинина (котлетное мясо),	52	44	70	59
Говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка)	67	44	100	59
Хлеб пшеничный	11	11	14	14
Молоко или вода	14	14	19	19
Сухари	6	6	8	8
Масса полуфабриката		74		99
Масса запеченных котлет, биточков, шницелей		60		80
соус №354, 367		15		30
Гарнир №313,317,318, 320, 336		120		150
Выход с соусом		195		260

Химический состав данного блюда на 80 г. (с молоком)

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
12,44	10,54	9,24	12,56	183,00	0,12	0,08	0,13	35,00	1,2

**Технология приготовления**

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

**Требования к качеству**

Внешний вид: форма котлеты - овально-приплюснутая с заостренным концом, форма биточков - кругло-приплюснутая, сбоку подлит соус или масло и уложен гарнир

Консистенция: сочная, пышная, однородная

Цвет: корочки - коричневый, на разрезе - светло-серый

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

**Технологическая карта № 51****Наименование изделия: Салат из моркови и яблок****Номер рецептуры 40.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Морковь	25	18
Яблоки	15	12
Масло растительное	2	2
Выход	-	30

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животн ые	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,28	0,00	1,74	2,62	27,3	2,31	0,015	0,015	7,06	0,44

**Технология приготовления**

Подготовленную морковь нарезают мелкой соломкой, яблоки свежие с удаленным семенным гнездом нарезают мелкой соломкой. Подготовленные морковь и яблоки соединяют, прогревают при температуре 85 °С не менее 3 минут, заправляют растительным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

Внешний вид: морковь и яблоки мелко нарезаны. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: моркови и яблок

Вкус: свойственный моркови и сорту яблок

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта № 52.****Наименование изделия: Салат из картофеля с солеными огурцами****Номер рецептуры №22.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Огурцы соленые	20	15
Картофель	30	20
Морковь	13	10
Лук зеленый	3	2
Масло растительное	7	7
Выход	-	50

Масса отварного очищенного картофеля

Масса отварной очищенной моркови

Химический состав данного блюда на 50 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,68	0,00	2,6	4,28	43,3	6,0	0,03	0,02	10,65	0,36

**Технология приготовления**

Подготовленный картофель и морковь отваривают, очищают от кожицы и нарезают мелкими ломтиками. огурцы соленый очищают и нарезают ломтиками, добавляют картофель и морковь, заправляют растительным маслом и посыпают мелко нарезанным зеленым луком.

Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству**

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

Консистенция: отварного картофеля - мягкая, овощей - упругая, сочная

Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам

Вкус: картофеля, соленых огурцов и продуктов, входящих в блюдо

Запах: продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта № 53****Наименование изделия: Макароны отварные с сыром****Номер рецептуры 206.****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Масса отварных макарон №204	-	125	-	175
Масло сливочное	5	5	5	5
Сыр	22	20	22	20
Выход	-	150	-	200

Химический состав данного блюда на 150 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая яценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животн ые	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
9,29	4,59	10,01	22,71	218,00	0,14	0,05	0,07	104,60	1,14

Химический состав данного блюда на 200 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животн ые	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
11,17	4,59	10,28	31,78	264,00	0,14	0,07	0,07	106,00	1,51

**Технология приготовления**

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

**Требования к качеству**

Внешний вид: макароны уложены горкой, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга, посыпаны тертым сыром

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная

Цвет: белый с кремовым оттенком

Вкус: свойственный отварным макаронам, солоноватый от сыра

Запах: отварных макарон с ароматом сыра

**Технологическая карта № 54.****Наименование изделия: Макароны, запеченные с яйцом****Номер рецептуры 208****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Макаронные изделия	40	-	45	-
Масло сливочное	2	2	3	3
Яйца	1/2 шт.	20	3/5 шт.	24
Молоко	25	25	33	33
Масло растительное (для смазки противня)	2	2	3	3
Масса отварных макарон	-	120	-	162
Масса полуфабриката	-	167	-	222
Масло запеченных макарон	-	150	-	200
Выход	-	150	-	200

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
7, 7	3,22	6,91	23,03	185	0,33	0,06	0,11	27,10	1,40

**Технология приготовления**

Обработанные яйца смешивают с холодным молоком, солят и перемешивают. Смесь соединяют с отварными, заправленными маслом макаронными изделиями, перемешивают, выкладывают на смазанный маслом противень и запекают до образования на поверхности макарон поджаристой корочки. При подаче нарезают на порции.

При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

**Требования к качеству**

Внешний вид: аккуратно нарезанные куски в виде ромбов или квадратов, политы сливочным маслом

Консистенция: рыхлая, сочная, мягкая

Цвет: корочки - румяно-золотистый, на разрезе - от светло-кремового до кремового

Вкус: умеренно соленый, свойственный макаронам и яйцам

Запах: запеченных макаронных изделий и яиц



**Технологическая карта № 55****Наименование изделия: Соус, сметанный с луком****Номер рецептуры 356****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов, полуфабрикатов	Масса, г	
	брутто	нетто
Соус сметанный №354	-	900
Лук репчатый	238	200
Масло сливочное	20	20
Томатное пюре	20	20
Выход	-	1000

Химический состав данного блюда на 1000 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
16,21	5,68	58,7	70,41	875,00	12,8	0,3	0,3	321,3	3,84

**Технология приготовления**

Лук репчатый мелко шинкуют, припускают до готовности вместе с томатным пюре, кладут в готовый соус, сметанный и доводят до кипения.

**Требования к качеству**

Внешний вид: однородная масса, смешанная с припущенным луком, без комочков не разварившейся муки и всплывшего жира

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная

Цвет: светло-кремовый

Вкус: сметаны, припущенного лука, умеренно соленый

Запах: сметаны, припущенного лука и продуктов, входящих в соус

**Технологическая карта № 56****Наименование изделия: Чай с лимоном****Номер рецептуры 393****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Наименование продуктов и полуфабрикатов	1-3 года		3-7 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Чай-заварка №391, (мл)	20	20	30	30
Сахар	7	7	12	12
Лимон свежий	3	2,5	4	3,5
Вода	130	130	150	150
Выход	-	150/7/3,5	-	180/10/7

Химический состав данного блюда на 180 г.

Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
Б	в т.ч. животные	Ж	У		С	В1	В2	Са	Fe
0,12	0,00	0,02	10,20	41,00	2,83	0,00	0,00	12,80	0,32

**Технология приготовления**

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

**Требования к качеству**

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавает кружочек лимона

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, с привкусом лимона

Запах: свойственный чаю и лимону

**Технологическая карта №57****Наименование изделия:** Птица или кролик, тушеные в соусе**Номер рецептуры:** 290**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Курица	110	75
или Цыплята	107	75
или Цыпленок-бройлер	100	71
или Куриный окорочок	79	71
или Индейка	97	71
или Мясо кролика	72	68
Масло растительное	2	2
~ Масса жареной птицы или кролика	-	50
Соус сметанный № 354	-	50
или Соус сметанный с томатом № 331	-	50
Соль поваренная пищевая	3	3
<b>Выход</b>	100	

**Химический состав данного блюда:**

Пищевые вещества												
Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал						
11.78		10.12		2.93		150						
Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
1.44	0.05	0.09	0.05	0	38.9	90.5	13.14	0.91	154.3	0	0	0

**Технология приготовления:**

Подготовленные тушки птицы или кролика обжаривают до образования корочки, разрезают на порционные куски, заливают соусом и тушат 10-15 мин. При отпуске гарнируют и поливают соусом, в котором тушилась птица или кролик. Гарнир - рис отварной или припущенный, картофель отварной, картофельное пюре, картофель жареный (из сырого). Соусы - сметанный, сметанный с томатом.

**Органолептические показатели качества:**

Внешний вид: мясо равномерно обжарено, не подгорело, залито соусом, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: сочная, нежная. Цвет: курицы - золотистый, соуса сметанного - кремовый,

сметанного с томатом - розовый. Вкус: умеренно соленый. Запах: свойственный мясу птицы или кролика, соуса.

**Вид обработки:** тушение

**Технологическая карта №58****Наименование изделия:** Плов из птицы или кролика**Номер рецептуры:** 291**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: ДеЛи принт, 2011. -544с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Курица	169.61	115.2
или Цыплята	166.39	115.2
или Цыпленок-бройлер	153.6	108.79
или Куриный окорочок	121.61	108.79
или Индейка	148.8	108.79
или Мясо кролика	112.01	107.21
Масло растительное	11.21	11.21
Лук репчатый	12.79	11.21
Морковь	16.01	12.79
Томат-пюре	7.99	7.99
Крупа рисовая	55.99	55.99
~ Масса тушеной птицы	-	79.99
~ Масса готового риса с овощами	-	160.01
Соль поваренная пищевая	4.8	4.8
Петрушка	4.8	4.8
или Укроп	4.8	4.8
Лавровый лист	0.02	0.02
<b>Выход</b>	240	

**Химический состав данного блюда:**

Пищевые вещества												
Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал						
20.33		12.55		42.89		366.41						
Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Мg	Fe	К	І	Se	F
7.22	0.12	0.17	0.12	0	55.61	210.4	64.85	2.38	341.6	0	0	0
						1			9			

**Технология приготовления:**

Птицу или кролика рубят на порции (по одному куску), обжаривают до образования корочки, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук,

томатное пюре, заливают горячей водой и дают закипеть (жидкость наливают из расчета нормы воды для приготовления рассыпчатой каши), затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 30-40 мин в жарочный шкаф. При массовом приготовлении рассыпчатую кашу варят отдельно, при отпуске на рассыпчатую кашу кладут мясо птицы или кролика, поливают соусом, в котором оно тушилось.

**Органолептические показатели качества:**

Внешний вид: обжаренный кусок птицы или кролика, рис рассыпчатый. Консистенция: мяса - мягкая, риса - мягкая. Цвет: мяса - серый, риса и овощей - от светло- до темно-оранжевого. Вкус: специфический для тушеного мяса, риса и пассерованных овощей, умеренно соленый. Запах: мяса птицы или кролика, с ароматом риса и овощей.

**Вид обработки**

Варка

## Технологическая карта

### Технологическая карта №59

**Наименование изделия:** Соус, сметанный с томатом

**Номер рецептуры:** 331

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: ДеЛи принт, 2011. -544с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Сметана	12.5	12.5
Мука пшеничная	3.75	3.75
Вода	37.5	37.5
Томат-пюре	5	5
Лавровый лист	0	0
Соль поваренная пищевая	0.5	0.5
<b>Выход</b>	50	

### Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
0.88	2.5	3.51	40.05

Витамины (мг)					Минералы (мг)							
С	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	I	Se	F
0.67	0.01	0.02	0.01	0	14.62	14.69	4.9	0.2	52.21	0	0	0

### Технология приготовления:

Томатное пюре уваривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

### Органолептические показатели качества:

Внешний вид: однородная нерасслоившаяся масса. Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная. Цвет: светло-оранжевый. Вкус: умеренно соленый, с привкусом томата, свежей сметаны. Запах: свежей сметаны с томатом.

### Вид обработки

Варка