

Технологические карты основных блюд
МКОУ СОШ с.п. Карасу

Утверждаю
Директор МКОУ СОШ с.п. Карасу
Айшаев М.М.
2012 г.



Технологическая карта № 1

Наименование изделия: **Каша манная молочная**

Номер рецептуры: 959

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
Каша манная молочная 150гр !!Рец.Табл.8 Сбр.рецептур блюд 2008	150		
Манка		14	14
Масло сливочное 72,5%		3	3
Молоко 3,2%		108	108
Сахар		3	3

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
4,598	5,771	17,993	143,22	1,404

Технология приготовления:

Крупу просеивают, засыпают в кипящее молоко с водой и перемешивают. Затем засыпают соль, сахар и непрерывно перемешивают до готовности.

При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.

Каши молочные можно готовить на одном молоке, с учетом суточного рациона питания детей.

Технологическая карта № 2

Наименование изделия: **Чай с сахаром**

Номер рецептуры: 943

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2009

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Чай с сахаром 180 гр Рец.943 Сбр.рецептур блюд 2009	180		
Сахар		7	7
Чай		0,45	0,45

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
0,00045		7,0175	28,056	

Технология приготовления

В чайник насыпать чай и сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, остудить до

температуры 40-45°C, после чего разлить по стаканам. Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите.

Технологическая карта № 3

Наименование блюда: **Хлеб пшеничный**

Номер рецептуры (кулинарный рецепт) №147

Вид обработки: **Без обработки**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	6.14
Жиры, г	2.14
Углеводы, г	41.86
Калорийность, ккал	214.43
В1, мг	0
В2, мг	0
С, мг	0
Са, мг	0
Fe, мг	0

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	50

Технологическая карта № 4

Наименование блюда: **Борщ с капустой и картофелем**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №57

Вид обработки: **Варка**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Свекла</u>	20	16
<u>Капуста белокочанная</u>	10	8
<i>или</i> <u>Квашеная капуста</u>	8.6	6
<u>Картофель</u>	10.7	8
<u>Морковь</u>	6.3	5
<u>Лук</u>	4.8	4
<u>Томат-паста</u>	3	3
<u>Масло растительное</u>	2	2
<u>Сахар</u>	1	1
<u>Бульон мясной №511</u>	-	80
<i>или</i> <u>Вода питьевая</u>	80	80

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
---	---

СанПиН	
Белки, г	0.73
Жиры, г	1.96
Углеводы, г	5.1
Калорийность, ккал	41
В1, мг	0.02
В2, мг	0.02
С, мг	4.11
Са, мг	17.75
Fe, мг	0.48

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	180	220
12 часов	180	220
24 часа	180	220

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
<p>В кипящий бульон или воду, закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут припущенные овощи, тушеную или вареную свеклу, томатное пюре и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар. При использовании квашеной капусты, ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить подсушенной мукой, разведенной бульоном или водой (10 г муки на 100 г борща). Выход порции определяется возрастной группой. Требования к качеству Внешний вид: в жидкой части борща распределены овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель - брусочками) Консистенция: свекла и овощи - мягкие, капуста свежая - упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части Цвет: малиново-красный, жир на поверхности - Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый Запах: продуктов входящих в блюдо</p>

Технологическая карта № 5

Наименование изделия: **котлета мясная рубленая**

Номер рецептуры: 608

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Котлета мясная рубленая 70гр Рец.608 Сбр.рец.блюд 2008	70		
Говядина		61,5	52,2
Лук репчатый		5	4
Масло растительное		3	3
Молоко 3,2%		9	9
Сухари панировочные		4	4
Хлеб пшеничный		11	11

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
12,651	13,462	6,095	198,95	1,017

Технология приготовления

Приготовленный согласно рецептуре фарш разделяют в виде котлет и жарят. При отпуске гарнируют и поливают мясным соком. В рубленое мясо можно добавлять репчатый лук (5-10 г нетто на порцию). Выход котлет при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается закладка воды.

Технологическая карта № 6

Наименование изделия: **Картофельное пюре**

Номер рецептуры: 299

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Картофельное пюре 120 гр Рец.299 Сбр.рецептур блюд 2008	120		
Картофель		151	97,8
Масло сливочное 72,5%		4	4
Молоко 3,2%		37	37

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
3,705	4,604	22,981	148,74	26,481

Технология приготовления

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем состоянии через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы. Требования: Цвет бело-кремовый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла. Не допускается: Цвет с синеватым оттенком, с темными глазками, кусочки непотертого картофеля, запах подгорелого молока, вкус водянистый.

Технологическая карта № 7

Наименование изделия: **Компот из сухофруктов**

Номер рецептуры: 867

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Компот из сухофруктов 180гр Рец.867 Сбр.рецептур блюд 2008	180		
Сахар		7	7
Сухофрукты		16	16

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
0,088		8,69	34,986	0,32

Технология приготовления

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

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

Технологическая карта № 8

Наименование блюда: **Оладьи из творога**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №239

Вид обработки: **Запечение**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Творог</u>	59.6	59
<u>Мука пшеничная</u>	21	21
<u>Сахар</u>	6	6
<u>Яйцо</u>	8	8
<u>Молоко</u>	24	24
<u>Масло растительное</u>	3	3

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	13.98
Жиры, г	9.71
Углеводы, г	22.42
Калорийность, ккал	233
В1, мг	0.08
В2, мг	0.23
С, мг	0.3
Са, мг	124.4
Fe, мг	0.91

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	50	100
12 часов	50	100
24 часа	50	100

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Творог протирают, соединяют с молоком, добавляют муку, сахар, яйца и все тщательно перемешивают. Выпекают оладьи в жарочном шкафу при температуре 220-250 °С до образования на поверхности румяной корочки. Отпускают по 1-2 шт. на порцию с

вареньем или с кипяченым молоком. Требования к качеству Внешний вид: оладьи круглой формы, равномерно обжарены Консистенция: мягкая Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе - белый Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта № 9

Наименование изделия: **Каша гречневая молочная**

Номер рецептуры: 61

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г) 150 гр.	Брутто (г)	Нетто (г)
Гречка		14	14
Масло сливочное 72,5%		3	3
Молоко 3,2%		110	110
Сахар		3	3

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
4,726	6,143	16,043	139,24	1,43

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут соль, всыпают перебранную и промытую крупу, перемешивают и варят до полуготовности. Затем вливают горячее молоко, добавляют сахар, снова перемешивают и варят до готовности при слабом кипении под закрытой крышкой. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требование: Цвет коричневый. Зерна крупы хорошо разварены. консистенция однородная, рыхлая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

Технологическая карта № 10

Наименование изделия: **Салат из тертой моркови с сахаром**

Номер рецептуры: 41

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
Салат из моркови 45гр! Рец.41 Сбр.рецептур блюд для питания детей в ДОУ 2008	45		
Морковь		60	45
Сахар		1,5	1,5

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)

0,728	0,056	5,361	25,585	2,8
-------	-------	-------	--------	-----

Технология приготовления

Очищенную морковь натирают на мелкой терке. Нашинкованную морковь заправляют растительным маслом и сахаром и перемешивают.

Технологическая карта № 11

Наименование изделия: **Суп картофельный с фрикадельками**

Номер рецептуры: 83

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2010

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
Суп картофельный с фрикадельками (б/к) 150/25гр! Рец.83 Сбр.рецептур блюд 2010	175		
Говядина б/к		35	30
Зелень свежая		2	1,2
Картофель		92	60
Лук репчатый		11	8,5
Масло растительное		1,5	1,5
Морковь		8	6
Томатная паста		1,5	1,5
Яйцо		2	2

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
8,7014	7,6793	13,9282	163,463	18,475

Технология приготовления

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют припущенное томатное пюре, соль. Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп для первой возрастной группы готовят без томатного пюре. Выход порции определяется возрастной группой. Требования к качеству Внешний вид: в жидкой части супа - картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки. Фрикадельки одинакового размера Консистенция: картофель и овощи — мягкие; фрикадельки - упругие, сочные; соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый Вкус: картофеля и припущенных овощей, фрикаделек, умеренно соленый Запах: продуктов входящих в суп

Технологическая карта № 12

Наименование изделия: **картофель тушёный**

Номер рецептуры: 132

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Картофель тушёный 130гр	130		
Картофель		179	116
Лук репчатый		7	6
Масло растительное		1,5	1,5

Морковь		16	12
----------------	--	-----------	-----------

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
3,393	2,1475	26,314	140,955	32,45

Технология приготовления

Очищенный картофель и морковь нарезают кубиками, тушат. Затем соединяют, добавляют репчатый лук, пассерованную томат-пасту, заливают бульон (0,2-0,3 л на 1 кг овощей) и тушат до готовности. В конце тушения добавляют сушеную зелень.

Технологическая карта № 13

Наименование изделия: **Кисель**

Номер рецептуры: 983

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Кисель 150 гр Рец.883 Сбр.рецептур блюд 2008	150		
Кисель		11	11
Сахар		4	4

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
		3,992	21,79	0,099

Технология приготовления.

Сухой продукт сначала разводят в 1/3 общего объема холодной воды, перемешивают, вливают в кипящую воду (оставшуюся часть), размешивают и доводят до кипения при непрерывном помешивании

Технологическая карта № 14

Наименование изделия: **Какао с сахаром и молоком**

Номер рецептуры: 959

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
Какао с сахаром и молоком 150гр Рец.959 Сбр рецептур блюд 2008	150		
Какао-порошок		1,1	1,1
Молоко 3,2%		95	95
Сахар		7	7

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
3,0223	3,205	11,5632	88,109	1,235

Технология приготовления.

Молоко вскипятить. Смешать в соотношении 1:1 с горячей кипяченой водой. Смесь молока с водой залить порошок и перемешать до получения однородной массы. Затем влить оставшееся горячее молоко и все тщательно перемешать.

Температура подачи напитка - не выше 60 С. В летнее время допускается подавать напиток комнатной температуры. Срок реализации 2-3 часа с момента приготовления.

Требования: Цвет светло-коричневый, аромат и вкус какао и кипяченого молока, умеренно сладкий.

Технологическая карта № 15

Наименование блюда: **Печенье витаминизированное**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №151

Вид обработки: **Без обработки**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	20.5
Жиры, г	11.5
Углеводы, г	66
Калорийность, ккал	470
В1, мг	0
В2, мг	0
С, мг	0
Са, мг	0
Fe, мг	0

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	10	20
12 часов	10	20
24 часа	10	20

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

готовый продукт пром.пр-ва

Технологическая карта № 16

Наименование изделия: **Запеканка творожная с изюмом**

Номер рецептуры: 82

Наименование сборника рецептуры: Организация детского питания в ДОУ

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
Запеканка творожная с изюмом со сгущенн.молоком 100/15 (!)гр Организ.детского питания в ДОУ Стр.125	115		
Изюм		5	5
Манка		4	4

Масло сливочное 72,5%		1,5	1,5
Молоко 3,2%		25	25
Молоко сгущенное		15	15
Сахар		4	4
Творог 9%		90	90
Яйцо		8,3	8,3
Чай с сахаром 180 гр Рец.943 Сбр.рецептур блюд 2009	180		
Сахар		7	7
Чай		0,45	0,45

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
14,5981	8,282	22,3836	226,576	0,925

Технология приготовления

Творог протирают, добавляют молоко, яйцо, сахар, манную крупу, изюм, хорошо вымешивают. Выкладывают слоем 3-4 см на противень, смазанный сливочным маслом, разравнивают и запекают в жарочном шкафу 20-30 мин при температуре 220-280 С. Требования: Поверхность ровная, без трещин, консистенция однородная. Цвет золотисто-желтый; вкус и запах свойственные творогу.

Технологическая карта № 17

Наименование блюда: **Рыба жареная**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №5/7

Вид обработки: **Запечение**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Минтай</u>	226	113
<u>Мука пшеничная</u>	Детский сад: Питание*	Детский сад: Питание*
<u>Соль пищевая йодированная</u>	1	1
<u>Масло растительное</u>	Детский сад: Питание*	Детский сад: Питание*

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	< ... >
Жиры, г	< ... >
Углеводы, г	< ... >
Калорийность, ккал	< ... >
В1, мг	< ... >
В2, мг	< ... >
С, мг	< ... >
Са, мг	< ... >
Fe, мг	< ... >

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	80	80
12 часов	80	80
24 часа	80	80

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
Обработанную рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают порционные куски, посыпают солью,... < ... >

Технологическая карта № 18

Наименование блюда: **Щи из свежей капусты**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №66

Вид обработки: **Варка**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Капуста белокочанная</u>	35	28
<u>Морковь</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>
<u>Лук</u>	4.8	4
<u>Томат-паста</u>	0.6	0.6
<u>Мука пшеничная</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>
<u>Масло растительное</u>	2	2
<u>Бульон мясной №511</u>	-	<u>Детский сад: Питание*</u>
<i>или</i> <u>Вода питьевая</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	0.68
Жиры, г	1.93
Углеводы, г	2.67
Калорийность, ккал	30.8
В1, мг	0.01
В2, мг	0.01
С, мг	8.01
Са, мг	20.09
Fe, мг	0.26

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
------------------	---------------------	----------------------------

содержания детей в ДОУ		
8-10 часов	180	220
12 часов	180	220
24 часа	180	220

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
<p>В кипящий бульон или воду кладут подготовленную свежую капусту, доводят до кипения, добавляют припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют припущенное томатное пюре, прогретую муку, разведенную бульоном или водой. Выход порции определяется возрастной группой.</p> <p>Требования к качеству Внешний вид: в жидкой части щей - капуста, нарезанная квадратиками, морковь, лук дольками Консистенция: капуста упругая, овощи - мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части Цвет: желтый, жира на поверхности - оранжевый; овощей - натуральный Вкус: капусты в сочетании с входящими в состав щей овощами, специями, умеренно соленый Запах: овощей, капусты, продуктов, входящих в щи</p>

Технологическая карта № 19

Наименование блюда: **Булочка ванильная**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №467

Вид обработки: **Запечение**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Мука пшеничная высшего сорта</u>	67.55	67.55
<u>Сахар</u>	11.5	11.5
<u>Маргарин</u>	8.55	8.55
<u>Меланж</u>	5.95	5.95
<u>Соль</u>	0.95	0.95
<u>Дрожжи прессованные</u>	1.35	1.35
<u>Ванилин</u>	0.05	0.05
-	-	95.9
<u>Вода питьевая</u>	30	30
-	-	117

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	7.9
Жиры, г	8.12
Углеводы, г	54.48
Калорийность, ккал	322
В1, мг	0.14
В2, мг	0.08
С, мг	0
Са, мг	22.4

Fe, мг	1.4
--------	-----

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

<p>Технология приготовления</p> <p>Из дрожжевого теста (рец. №453) формируют шарики, кладут их швом вниз на смазанные жиром листы и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 мин. Поверхность шариков смазывают меланжем и выпекают 12-15 мин при температуре 230-240 °С. Булочку ванильную можно выпекать массой 100 г. Требования к качеству Внешний вид: форма - круглая, поверхность гладкая, блестящая Консистенция: мякиш хорошо пропечен, пористый Цвет: от золотистого до светло-коричневого Вкус: свойственный свежесдобному изделию из дрожжевого теста. Запах: приятный, свойственный свежесдобному изделию из дрожжевого теста.</p>
--

Технологическая карта № 20

Наименование блюда: **Каша рисовая молочная жидкая**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №131

Источник (сборник): **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.**

Вид обработки: **Варка**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Рис</u>	15.5	15.5
<u>Молоко</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>
<u>Вода питьевая</u>	35.5	35.5
<u>Сахар</u>	2.5	2.5
~ <i>Масса каши</i>	-	100
<u>Масло сливочное</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	2.5
Жиры, г	4.1
Углеводы, г	15.15
Калорийность, ккал	107.5
В1, мг	0.03
В2, мг	0.07
С, мг	0.11
Са, мг	61.01
Fe, мг	0.2

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
------------------	---------------------	----------------------------

содержания детей в ДОУ		
8-10 часов	150/4	200/5
12 часов	150/4	200/5
24 часа	150/4	200/5

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
Крупы перебирают, промывают несколько раз, засыпают в кипящую подсоленную воду, проваривают 15-20 мин, добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и варят до готовности. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.

Технологическая карта № 21

Наименование блюда: **Салат из капусты белокочанной с растительным маслом**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №12

Вид обработки: **Без обработки**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Капуста белокочанная</u>	101.3	81
<u>Морковь</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>
<u>Лук зеленый</u>	12.5	10
<u>Перец сладкий свежий</u>	19.8	15
<u>Сахар</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>
<u>Кислота лимонная пищевая</u>	6	6
<u>Соль пищевая йодированная</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>
<u>Масло растительное</u>	4	4
<i>~ Масса капусты стертой</i>	-	51

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	1.92
Жиры, г	10.08
Углеводы, г	7.89
Калорийность, ккал	130.22
В1, мг	0.04
В2, мг	0.07
С, мг	48.35
Са, мг	56.33
Fe, мг	0.8

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	45	60
12 часов	45	60
24 часа	45	60

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
<p>Подготовленную капусту белокочанную свежую мелко шинкуют, добавляют к капусте соль поваренную йодированную и кислоту лимонную 2%-ную (для приготовления 100 мл 2%-ного раствора кислоты лимонной к 98 мл воды кипяченой охлажденной добавляют 2 г кислоты лимонной, раствор тщательно перемешивают), после этого капусту растирают, выделившийся сок отжимают. Морковь свежую на-тирают на терке или мелко шинкуют. Перец сладкий нарезают тонкой соломкой. Лук зеленый мелко шинкуют.</p> <p>Подготовленные овощи соединяют, добавляют сахар-песок, масло растительное и перемешивают.</p>

Технологическая карта № 22

Наименование блюда: **Суп картофельный с макаронными изделиями**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) **№36**

Вид обработки: **Варка**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Макаронные изделия</u>	8	8
<u>Картофель</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>
<i>или</i> <u>Картофель быстрозамороженный</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>
<u>Морковь</u>	8	6.4
<i>или</i> <u>Морковь красная быстрозамороженная</u>	6.4	6.4
<u>Бульон куриный прозрачный №163</u>	-	120
<u>Соль пищевая йодированная</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	1.74
Жиры, г	0.27
Углеводы, г	7.26
Калорийность, ккал	42.82
В1, мг	0.04
В2, мг	0.04
С, мг	1.48

Ca, мг	11.79
Fe, мг	0.29

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	200	250
12 часов	200	250
24 часа	200	250

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
Приготовить бульон из курицы. Процедить. В кипящий бульон положить нарезанный тонкими брусочками картофель (замороженный картофель - не размораживать), варить 7-10 минут. Добавить морковь (замороженную морковь - не размораживать), всыпать вермишель и помешивая довести до кипения; варить 10-15 мин. Требования. Бульон прозрачный, цвет желтоватый. Вкус и запах свойственные свеже сваренному куриному бульону. Вермишель и картофель мягкие, но не переваренные.

Технологическая карта № 23

Наименование изделия: **Плов с мясом**

Номер рецептуры: 601

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Плов с мясом 150 гр б/к Рец.601 Сбр.рец.блюд 2008	150		
Говядина б/к		51,8	44
Лук репчатый		7,2	5,7
Масло растительное		5	5
Морковь		12	8,6
Рис		41	41
Томатная паста		3	3

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
12,89	11,7182	31,6696	286,196	2,61

Технология приготовления

Мясо нарезать на кусочки, обжарить до образования корочки. Лук, морковь мелко нарезать, слегка спассеровать. Рис перебрать, промыть и замочить в холодной подсоленной воде на 2 часа. Обжаренное мясо, овощи соединить, добавить бульон или горячую воду, довести до кипения, добавить рис и варить до готовности.

Технологическая карта № 24

Наименование изделия: **Компот из свежих фруктов**

Номер рецептуры: 859

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
----------------	-----------------	------------	-----------

Компот из свежих фруктов 180гр Рец.859 Сбр.рецептур блюд 2008	180		
Сахар		9	9
Яблоко		20	18

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
0,08	0,08	10,942	45,31	2

Технология приготовления

Яблоки или груши моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Для того, чтобы плоды не темнели, их до варки погружают в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки варят при слабом кипении 6-8 мин. Быстро разваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения. Компот охлаждают до комнатной температуры под закрытой крышкой. Вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; сливы, персики, абрикосы перебирают. Моют, разрезают пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сироп и доводят до кипения, затем готовые компоты охлаждают.

Требования. Цвет сиропа - прозрачный, желтоватый. Фрукты должны сохранять форму нарезки

Технологическая карта № 25

Наименование изделия: **Плюшка**

Номер рецептуры: 184

Наименование сборника рецептуры:

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Плюшка 60 гр	60		
Дрожжи		0,5	0,5
Масло растительное		2	2
Масло сливочное 72,5%		3,8	3,8
Молоко 3,2%		22,5	22,5
Мука высший сорт		45	45
Сахар		5	5
Яйцо		4	4

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
5,8894	6,4415	37,9374	233,673	0,2925

Технология приготовления

Тесто дрожжевое готовят опарным способом, скатывают шарики, растаивают 5 мин, слегка прокатывают на смазанном маслом столе в продолговатую лепешку. Ее скатывают по длине, образуется слоистый жгут теста, который перегибают пополам, концы накладывают один на другой и скрепляют. Затем нарезают жгут, оставляя концы 1,5-2 см. При укладке на листы заготовку разворачивают в обе стороны по линии разреза. Растаивают 60-100 мин.

Перед выпечкой смазывают яйцом и выпекают при температуре 200-220°C в течение 17-21 мин.

Технологическая карта № 26

Наименование блюда: **Салат из капусты и моркови с растительным маслом**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №13

Вид обработки: **Без обработки**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Капуста белокочанная</u>	100	80
<u>Морковь</u>	20	16
<u>Масло растительное</u>	7	7
<u>Соль пищевая йодированная</u>	1	1

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	1.65
Жиры, г	7.09
Углеводы, г	4.91
Калорийность, ккал	90.77
В1, мг	0.03
В2, мг	0.04
С, мг	25.76
Са, мг	46.56
Fe, мг	0.59

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	45	60
12 часов	45	60
24 часа	45	60

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
Подготовленную мелко нашинкованную соломкой капусту растереть с солью, отжать от сока. Морковь очистить, промыть, мелко нашинковать соломкой (или натереть на терке), соединить с капустой, заправить растительным маслом.

Технологическая карта № 27

Наименование изделия: **Суп гороховый с гренками**

Номер рецептуры: 206

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
Суп гороховый с гренками 150 гр Рец.206 Сбр.рецептур блюд2008	150		
Горох		11	11
Картофель		32	21

Лук репчатый		5,7	4,5
Масло растительное		1,5	1,5
Масло сливочное 72,5%		3	3
Морковь		13	9,8
Хлеб пшеничный		15	15

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
4,4787	4,4202	18,4641	133,707	6,785

Технология приготовления

Лущеный горох перебрать, промыть, заложить в кипящую воду и варить до готовности. Добавить очищенный мелко нарезанный картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая) и варить 7-10 минут. Затем ввести нарезанные ломтиками морковь и репчатый лук (замороженные овощи - не размораживая), соль. В готовый суп положить зелень и довести до кипения. Суп можно подать с гренками.

Для приготовления гренок пшеничный хлеб без корки нарезать кубиками, положить на противень и подсушить в духовке.

Технологическая карта № 28

Наименование изделия: **Гуляш из отварного мяса**

Номер рецептуры: 277

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2010

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Гуляш из отварного мяса 70гр(б/к) Рец.277 Сбр.рец. блюд для питания детей в ДООУ	70		
Говядина б/к		91,3	77,6
Лук репчатый		10	8
Масло растительное		3	3
Масло сливочное 72,5%		4	4
Морковь		30	24
Мука высший сорт		4	4
Сметана 15%		5	5
Томатная паста		4	4

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
12,2778	11,349	5,906	173,584	4,32

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 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 № 29

Наименование изделия: **Кефир с сахаром**

Номер рецептуры: 966

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Кефир с сахаром 150 гр Я-10,5 Рец.966 Сбр.рецептур блюд 2008	150		
Кефир		150	150
Сахар		3	3

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
4,35	4,8	8,994	100,47	1,05

Технология приготовления

Кефир из пакетов наливают непосредственно в стаканы или бокалы. Перед отпуском посыпают сахарным песком.

Технологическая карта № 30

Наименование изделия: **Пирожок с повидлом**

Номер рецептуры: 651

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2010

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
Пирожок с повидлом 60 гр Рец.651 Сбр.рецептур блюд для питания детей в ДОУ2010	60		
Дрожжи		0,3	0,3
Масло растительное		2	2
Масло сливочное 72,5%		3	3
Молоко 3,2%		7,5	7,5
Мука высший сорт		29	29
Повидло		25	25
Сахар		2	2
Яйцо		4,3	4,3

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
3,9127	5,2346	39,1671	216,728	0,2225

Технология приготовления

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным или безопарным способом, выкладывают на подпыленной мукой стол, отрезают от него кусок массой 1-1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на куски требуемой массы (58, 43 и 22 г соответственно). Затем куски формируют в шарики, дают им расстояться 5-6 мин и раскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5-1 см. На середину каждой лепешки кладут фарш и защипывают края, придавая пирожку форму "лодочки", "полумесяца", цилиндрическую и др.

Сформированные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом. Пирожки выпекают при температуре 200-240° С 8-10 мин. Прилежание. В случае использовании жидкого повидла часть его (8-10%) заменяют мукой. Тесто дрожжевое. Дрожжевое тесто приготавливают двумя способами - опарным и безопарным.

Безопарным способом тесто приготавливают преимущественно для изделий с малым содержанием сдобы (сахара, масла), опарным - для изделий с большим содержанием сдобы (тесто дрожжевое сдобное).

Технологическая карта № 31

Наименование блюда: **Каша овсяная молочная жидкая**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №130

Источник (сборник): **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.**

Вид обработки: **Варка**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Геркулес</u>	15.5	15.5
<u>Молоко</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>
<u>Вода питьевая</u>	35.5	35.5
<u>Сахар</u>	2.5	2.5
~ <i>Масса каши</i>	-	100
<u>Масло сливочное</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	3.35
Жиры, г	4.9
Углеводы, г	13.55
Калорийность, ккал	111.5
В1, мг	0.06
В2, мг	0.08
С, мг	0.12
Са, мг	69.61
Fe, мг	0.58

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	150/4	200/5
12 часов	150/4	200/5
24 часа	150/4	200/5

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Крупу перебирают, засыпают в кипящее молоко с водой и перемешивают. Затем засыпают сахар, перемешивают несколько раз и варят до готовности. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом. Каши молочные можно готовить на одном молоке, с учетом суточного рациона питания детей.

Технологическая карта № 32

Наименование блюда: **Пряники детские**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №493

Вид обработки: **Запечение**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Мука пшеничная</u>	37.25	37.25
<u>Обрезки от тортов, пирожных и кексов</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>
<u>Яйцо</u>	9.33	9.33
-	1.38	1.38
<u>Мед натуральный</u>	1.11	1.11
<u>Сахар</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>
<u>Сухие духи</u>	0.59	0.59
<u>Сода пищевая</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>
-	-	<u>Детский сад:</u> <u>Питание*</u>

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	6.47
Жиры, г	8.2
Углеводы, г	68.31
Калорийность, ккал	373
В1, мг	0.09
В2, мг	0.08
С, мг	0.01
Са, мг	17.1
Fe, мг	1.22

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
Приготавливают пряники из сырцового пряничного теста. Сахар растворяют в воде с температурой 75 °С, сироп процеживают и охлаждают до температуры 35—40 °С, перемешивают в течение 2-3 мин с прогретым медом, яйцами, сухими духами, добавляют соду, муку, измельченную крошку и замешивают тесто в течение 10-15 мин. Готовое тесто имеет влажность 23-25,5%. Тесто раскатывают в пласт толщиной 8-10 мм и нарезают с помощью двух резцов. Расстояние между дисками у одного резца 65 мм,

у другого - 120 мм. При прокатке одним резцом по пласту вдоль, а другим поперек получаются пряники одинакового размера и определенной массы. Сформированные пряники укладывают на листы, смазывают яйцами, наносят рисунок и выпекают при температуре 200-240 °С в течение 7-12 мин. Требования к качеству Внешний вид: пряники прямоугольной формы, поверхность блестящая, с рисунком на поверхности Консистенция: плотная, на изломе видны мелкие поры Цвет: темно-коричневый Вкус: свежесыпеченного пряничного теста Запах: свежесыпеченного пряничного теста, приятный

Технологическая карта № 33

Наименование блюда: **Йогурт молочный натуральный**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №463

Вид обработки: **Без обработки**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Йогурт 1,5% жирности</u>	100	100
<i>или</i> <u>Йогурт 3,2% жирности</u>	100	100

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	5
Жиры, г	3,2
Углеводы, г	8,5
Калорийность, ккал	87

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей и подростков за 1 прием пищи (грамм):

Тип довольствующихся	Выход блюда, грамм
Дети от 3 до 7 лет	200
Дети от 7 до 11 лет	200
Дети от 11 до 18 лет	200

:

Технология приготовления
<p>В питании детей школьного возраста используются йогурты молочные натуральные промышленного производства, в индивидуальной упаковке, содержащие не более 4% жира и не более 7%-10% углеводов (сахара).</p> <p>Йогурты молочные натуральные промышленного производства вырабатываются по следующей действующей нормативной документации: "ГОСТ Р 51331-99 "Йогурты молочные натуральные"; "ТУ 9222-004-05268977-96 "Биойогурт; биойогурт с фруктами на дне с витамином С; биойогурт, обогащенный кальцием".</p> <p>В школьном питании могут использоваться йогурты молочные натуральные, в том числе биойогурты, вырабатываемые по другой действующей нормативной документации. При этом обязательным условием является разрешение органов Роспотребнадзора на их использование в питании детей.</p> <p>На упаковке йогуртов указывается их наименование, состав, дата изготовления, срок годности и реализации, условия хранения, пищевая и энергетическая ценность 100 г продукта. Кроме того, на упаковке должно быть указано, что продукт предназначен для питания детей, а также их рекомендуемый возраст.</p>

Способ употребления: йогурты молочные натуральные предназначены для непосредственного употребления в пищу. Их подают в индивидуальной упаковке. Масса нетто одной упаковки должна быть от 125 до 200 г. Не допускается хранение йогуртов после нарушения герметичности упаковки.
Температура подачи: от 10 до 15°C.
Срок реализации: в соответствии с указаниями на упаковке.

Технологическая карта № 33

Наименование изделия: **Омлет натуральный**

Номер рецептуры: 438

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 20

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
Омлет натуральный 80гр Рец.438 Сбр.рецептур блюд 2008	80		
Масло сливочное 72,5%		3	3
Молоко 3,2%		25	25
Яйцо		60	60

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
8,369	9,875	1,634	129,03	0,325

Технология приготовления

Яйца, смешивают с молоком, добавляют соль, слегка взбивают до тех пор, пока на поверхности не появится пена. Омлет запекают на противне, смазанном маслом с толстым дном, обеспечивающим постепенный равномерный прогрев яичной массы. Противень хорошо разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования легкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-200°C. При подаче нарезать на порционные куски. Требования: Цвет светло-желтый. Консистенция пышная, пенная, пористая, упругая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, толщина слоя готового блюда не более 2,5-3 см.

Технологическая карта № 34

Наименование изделия: **Суфле куриное в молочном соусе**

Номер рецептуры: 675

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Суфле куриное в молочном соусе 60гр Рец.675 Сбр.рецептур блюд 2008г	60		
Куры		73	64
Масло сливочное 72,5%		4	4
Молоко 3,2%		22,5	22,5
Мука высший сорт		5	5
Яйцо		15	15

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
16,3905	14,832	4,7445	205,93	1,6065

Технология приготовления

Мякоть отварных кур без кожи дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой, в массу вводят добавляют молочный соус, желтки яиц, затем взбивают и вводят белки, взбитые в густую пену, слегка вымешивают снизу вверх и раскладывают в формочки, смазанные маслом, варят на пару. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом. Гарниры - рис отварной, макаронные изделия отварные, пюре из моркови или свеклы. Требования к качеству Внешний вид: изделие воздушное, пышное, ровное без надрывов Консистенция: сочная, мягкая, нежная Цвет: кремово-желтый Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Соус молочный Муку подсушить на сковороде без жира до светло-желтого цвета остудить, развести кипяченым молоком и, непрерывно помешивая, варить при слабом кипении 7-10 минут, добавить соль, процедить и довести до кипения. Требования: консистенция однородная, без комков заварившейся муки, цвет светло-кремовый. Вкус нежный, без запаха подгорелой муки и молока.

Технологическая карта № 35

Наименование изделия: **Макаронные изделия отварные**

Номер рецептуры: 414

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Макаронные изделия отварные 100 гр Рец.414 Сбр.рецептур блюд 2008	100		
Макароны		35	35
Масло сливочное 72,5%		3	3
Соус овощной 30гр	30		
Лук репчатый		9	7,2
Масло растительное		1,5	1,5
Морковь		9	7,2
Мука высший сорт		3	3
Томатная паста		1,5	1,5

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
3,874	2,525	24,714	138,13	

Технология приготовления

Макаронные изделия отваривают. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом. Требования к качеству Внешний вид: макароны уложены горкой, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная Цвет: белый с кремовым оттенком Вкус: отварных макаронных изделий и сливочного масла, умеренно соленый Запах: отварных макаронных изделий и сливочного

Технологическая карта № 36

Сок фруктовый

Единица измерения: л

Срок хранения: 6 мес.

Пищевая ценность, калорийность и химический состав (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя	Содержание питательных веществ в 100 граммах продукта
Белки, г	0.41
Жиры, г	0.08
Углеводы, г	13.1
Калорийность, ккал	55

Технологическая карта № 37

Наименование изделия: **Сырники творожные**

Номер рецептуры: 463

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырь	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Сырники творожные со сметанно-молочным соусом 100/15гр Рец.463 Сбр.рецептур блюд 2008	115		
Масло растительное		2,5	2,5
Масло сливочное 72,5%		2	2
Молоко 3,2%		5	5
Мука высший сорт		18	18
Сахар		8	8
Сметана 15%		10	10
Творог 9%		86	86
Яйцо		6	6

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
15,517	9,2355	23,935	244,695	0,535

Технология приготовления

В протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, сахар, соль, ванилин (предварительно растворив его в горячей воде). Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см. нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см, ставят в жарочный шкаф и запекают при температуре 200-220°C в течение 15-20 минут. Отпускают с вареньем или соусами молочным, сметанным или сладким. Требования к качеству Внешний вид: изделия правильной кругло-приплюснутой формы; поверхность без трещин, равномерно запечены; политы вареньем, или соусом, или маслом Консистенция: мягкая, умеренно плотная, пышная Цвет: корочки - золотистый, на разрезе - светло-кремовый или желтоватый Вкус: сладкий, свойственный творогу, без излишней кислотности, умеренно соленый Запах: продуктов, входящих в блюдо

Технологическая карта № 38

Наименование блюда: **Булочка домашняя**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №469

Вид обработки: **Запечение**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Мука пшеничная высшего сорта</u>	67.55	67.55
<u>Сахар</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>

<u>Маргарин</u>	14.85	14.85
<u>Меланж</u>	1.9	1.9
<u>Соль</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>
<u>Дрожжи прессованные</u>	1.7	1.7
-	-	100.8
<u>Вода питьевая</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>	<u>Детский сад: Питание*</u>
-	-	<u>Детский сад: Питание*</u>

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	7.28
Жиры, г	12.52
Углеводы, г	53.92
Калорийность, ккал	358
В1, мг	0.12
В2, мг	0.06
С, мг	0
Са, мг	19.8
Fe, мг	1.3

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	20	20
12 часов	20	20
24 часа	20	20

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
Приготавливают булочку домашнюю из дрожжевого теста и выпекают так же, как булочку ванильную (рец. №467), но поверхность перед выпечкой посыпают сахаром. Требования к качеству Внешний вид: форма - круглая, поверхность посыпана сахаром Консистенция: мякиш хорошо пропечен, пористый Цвет: от золотистого до светло-коричневого Вкус: свойственный свежесвепеченному изделию из дрожжевого теста Запах: приятный, свойственный свежесвепеченному изделию из дрожжевого теста

Технологическая карта № 39

Наименование изделия: **Каша геркулесовая молочная**

Номер рецептуры: 957

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
Геркулес		14,5	14,5
Масло сливочное 72,5%		3	3
Молоко 3,2%		115	115
Сахар		3,5	3,5

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
5,1425	6,754	8,937	153,835	1,495

Технология приготовления:

Крупу перебирают. Смесь молока и воды доводят до кипения, добавляют соль, сахар, вводят крупу "Геркулес" и варят, при помешивании, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требование: Цвет светло-кремовый, слегка сероватый. Зерна крупы полностью набухшие и хорошо разварены. Консистенция мягкая, без комков и засохших пленок. Вкус и запах свойственные набору продуктов.

Технологическая карта № 39

Наименование блюда: **Сыр порционный**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №29

Вид обработки: **Без обработки**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Сыр Голландский 8%</u>	109	100
<i>или</i> <u>Сыр Российский 6%</u>	106.5	100
<i>или</i> <u>Сыр Костромской 4%</u>	104.5	100
<i>или</i> <u>Сыр Ярославский 7%</u>	70	65

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	26
Жиры, г	26.8
Углеводы, г	0
Калорийность, ккал	352
В1, мг	0.03
В2, мг	0.38
С, мг	2.8
Са, мг	1040
Fe, мг	1.2

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	15	15
12 часов	6	7
24 часа	15	15

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
Сыр зачищают от наружного покрытия, нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2-3 мм.

Технологическая карта № 40

Наименование изделия: **Голубцы ленивые из отварной говядины порционные**

Номер рецептуры: 298

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов в ДОУ

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Голубцы ленивые с отварной говядиной порц (б/к)150гр(и) Рец.298 Сбр рецептур в ДОУ	150		
Говядина б/к		36,7	31,2
Капуста свежая		131,3	105
Лук репчатый		8,6	6,8
Масло растительное		2	2
Масло сливочное 72,5%		3	3
Морковь		9	6,8
Рис		9	9
Томатная паста		3,4	3,4
Яйцо		5	5

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
9,8727	9,867	14,1548	189,369	61,9

Технология приготовления

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

Требования к качеству Внешний вид: порционные изделия, уложенные на тарелку и политые соусом Консистенция: капусты - мягкая, фарша - сочная, нежная Цвет: светло-коричневый или оранжевый Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Технологическая карта № 41

Наименование блюда: **Пирожок с яблоком**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №143

Вид обработки: **Запечение**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Мука пшеничная</u>	60	60
<u>Молоко</u>	25	25
<u>Масло сливочное</u>	4	4
<u>Масло растительное</u>	6	6
<u>Сахар</u>	7	7

<u>Дрожжи хлебопекарные</u>	1	1
<u>Яйцо 1С</u>	5	5
<u>Яблоки</u>	35	24.5

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда
Белки, г	6.5
Жиры, г	10.68
Углеводы, г	37.42
Калорийность, ккал	289.48
В1, мг	0.08
В2, мг	0.08
С, мг	0.8385
Са, мг	39.9
Fe, мг	1.12

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	65	80
12 часов	65	80
24 часа	65	80

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
Из муки, молока, масла, сахара, яиц, дрожжей и соли приготовить дрожжевое тесто. Дать ему подняться. Приготовить начинку для пирогов: яблоки очистить от кожи и семенных гнезд, мелко нарезать, соединить с сахаром. Из теста разделить пирожки, начинить их подготовленными яблоками, уложить их на смазанный маслом противень, смазать яйцом и выпекать при $t^{\circ}=200-240^{\circ}\text{C}$ в жарочном шкафу 8-10 минут.

Технологическая карта № 42

Наименование изделия: **Рис отварной рассыпчатый**

Номер рецептуры: 378

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
1	2	3	4
Рис отварной рассыпчатый 100гр Рец.378 Сбр.рецептур блюд 2008	100		
Масло сливочное 72,5%		2,5	2,5
Рис		35	35

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
2,47	2,1625	25,9325	133,075	

Технология приготовления

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом, перемешивают и прогревают. Выход порции определяется возрастной группой. 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 Запах: отварного риса с маслом

Технологическая карта № 43

Наименование изделия: **Ежики мясные в томатно-сметанном соусе**

Номер рецептуры: 619

Наименование сборника рецептуры: Сборник рецептов блюд 2008

Названия сырья	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)
Ежики мясные в соусе томатно-сметанном (б/к)60/30гр Рец.619 Сбр.рецептур блюд 2008	90		
Говядина б/к		62	52,8
Лук репчатый		4	3
Масло сливочное 72,5%		2	2
Мука высший сорт		1	1
Рис		7	7
Сметана 15%		6	6
Томатная паста		2	2
Яйцо		4	4

Химический состав данного блюда:

Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
12,957	10,819	6,544	176,71	1,324

Технология приготовления

Мясо, зачищенное от грубой соединительной ткани, пропускают через мясорубку. Рис отваривают. Мясной фарш соединяют с рисом, мелко нарезанным луком и сырым яйцом, перемешивают и формируют тефтели в виде шариков по 2-3 штуки на порцию, кладут в посуду, заливают водой и тушат 15-20 минут.

Требования: Тефтели круглой формы, не развалившиеся, сочные, поверхность - серовато-кремовая; вкус и запах, свойственные тушеному мясу.

Томат-пасту пассеруют, соединяют с соусом сметанным (см. ТК № 224). Соус процеживают и доводят до кипения.

Используют соус для приготовления запеченных блюд из овощей.

Технологическая карта: ватрушка с повидлом №44

Вид обработки: **Запечение**

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная	60	60
Молоко	22	22
Яйцо 1С	10	10
Сахар	3	3
Масло растительное	4	4
Масло сливочное	5	5
Дрожжи хлебопекарные	1	1
Вода	33.2	33.2
Повидло	41.6	41.6
или Джем	41.6	41.6
Меланж	2.1	2.1
Кулинарный жир	0.2	0.2

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда	Потери питательных веществ продуктов при обработке, %
Белки, г	46.7	0
Жиры, г	198.1	0
Углеводы, г	166.9	0
Калорийность, ккал	3094	0
В1, мг	0	0
В2, мг	0	0
С, мг	0	0
Са, мг	0	0
Fe, мг	0	0

Технология приготовления

Дрожжевое тесто для ватрушек готовят без опарным способом. Из теста формируют шарики массой 58 или 29 г, укладывают их швом вниз на лист, смазанный жиром, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубление, которое заполняют начинкой по 30 г или 15 г соответственно. После полной расстойки ватрушки смазывают меланжем и выпекают при температуре 230-240 °С 6-8 мин. При приготовлении ватрушек с повидлом меланжем смазывают только края теста, при этом смазывать края теста следует до заполнения лепешек повидлом.