

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ
блюд и кулинарных изделий для питания детей
школьного возраста

Данные технологические карты составлены в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения от 27 октября 2020 года N 32 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" При составлении технологических карт использовалась следующая литература: 1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004. – 639 с. 2. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005 – 656 с 3. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010. – 628 с. 4. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. – М.: Госторгиздат, 1955 5. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/Составитель Л.Е.Голунова. - Издательство "ПРОФИКС" Санкт-Петербург, 2003 г. 6. Химический состав российских пищевых продуктов: Справочник / Под ред. член.-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и академика РАМН, проф. В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002 – 236 с. 7. Химический состав пищевых продуктов/ Под ред. И.М.Скурихина, М.Н.Волгарева, - М.: ВО «Агрохимиздат», 1987., Т. 1

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 1

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша жидкая молочная

Номер рецептуры: 182

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Крупа пшеничная, или овсяная или перловая, или ячневая, или пшено	39	39	39	39	39	39
Вода	16	16	16	16	16	16
Или рисовая, или манная, или хлопья «Геркулес»	30	30	30	30	30	30
Вода	21	21	21	21	21	21
Молоко	150	150	150	150	150	150
Сахар	5	5	5	5	5	5
Масса каши		195		195		195
Масло сливочное	5	5	5	5	5	5
Выход		200		200		200

Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
Каша жидкая молочная пшеничная 200 гр.			
8,44	8,84	38,03	264
Каша жидкая молочная овсяная 200 гр.			
8,95	10,75	34,59	269
Каша жидкая молочная перловая 200 гр.			
7,79	8,8	37,43	259

Каша жидкая молочная ячневая 200 гр.			
8,06	8,88	36,86	258
Каша жидкая молочная рисовая 200 гр.			
6,28	8,6	33,61	237
Каша жидкая молочная манная 200 гр.			
7,26	8,67	32,61	237
Каша жидкая молочная «Геркулес» 200 гр.			
7,85	10,23	30,03	243
Каша жидкая молочная пшенная			
8,78	8,61	37,8	263

Технология приготовления

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

При варке манной каши в кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем тонкой струйкой всыпают подготовленную крупу манную при непрерывном помешивании и варят 20 минут.

В котел с кашей добавляют растопленное и доведенное до кипения сливочное масло.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью разварившиеся, каша заправлена растопленным сливочным маслом.

Консистенция: жидкая.

Цвет: соответствует виду каши.

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

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом сливочным.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 2

Наименование кулинарного изделия (блюда): Макароны отварные с овощами

Номер рецептуры: 301

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Макаронные изделия отварные	36	36	44	44	61	61
Вода	216	216	264	264	366	366
Масло сливочное	5	5	6	6	9	9
Выход		108		133		183
Морковь						
До 1 января	21	17	26	21	36	29
С 1 января	23	17	28	21	39	29
Лук репчатый	11	9	13	11	18	15
Томатное пюре	3	3	4	4	5	5
Или томатная паста	1,2	1,2	1,6	1,6	2,0	2,0
Масло сливочное для пассерования	2	2	3	3	4	4
Масса пассерованных овощей		22		27		37
Выход		130		160		220

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	4,39
Жиры (г):	5,4
Углеводы (г):	24,96
Эн. ценность (ккал)	159

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	5,41
Жиры (г):	6,65
Углеводы (г):	30,72
Эн. ценность (ккал)	195,69

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	7,44
Жиры (г):	9,14
Углеводы (г):	42,24
Эн.ценность (ккал):	269,07

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в небольшом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу 20-25 мин, вермишель 10-12 мин. Готовые макаронные изделия не промывают, откидывают, дают стечь отвару. При отпуске макаронные изделия поливают растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом, добавляют пассерованные с томатом овощи, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160° С 5 минут.

Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук нарезают полукольцами, затем бланшируют. Овощи слегка пассеруют со сливочным маслом (можно с добавлением овощного отвара), затем добавляют томат-пюре и пассеруют еще 1-2 минуты.

Температура подачи не ниже 65°С.

Требования к качеству

Внешний вид: макароны с овощами уложены горкой, сохранили форму, легко отделяются друг от друга Форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.

Цвет: от белого до кремового.

Вкус: отварных макаронных изделий с овощами.

Запах: отварных макаронных изделий с овощами.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 3

Наименование кулинарного изделия (блюда): Бутерброд с маслом и сыром/бутерброд с сыром

Номер рецептуры:96,97

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Хлеб пшеничный или батон	15	15	25	25	45	45
Масло сливочное			10	10	12	12
Сыр	13	12	21	20	31	30
Выход		27		55		87

Для детей с 3-7 лет готовят бутерброд без масла сливочного

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	3,92
Жиры (г):	3,66
Углеводы (г):	7,38
Эн.ценность (ккал):	79

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	6,62
Жиры (г):	13,25
Углеводы (г):	12,43
Эн.ценность (ккал):	197

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	10,48
Жиры (г):	17,79
Углеводы (г):	22,3
Эн.ценность (ккал):	293

Технология приготовления

Предварительно масло сливочное и сыр зачищают. Ломтик хлеба или батона намазывают маслом, сверху укладывают кусочек сыра.

Температура подачи не выше 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба или батона, намазанные маслом, сверху кусочек сыра.

Консистенция: мягкая.

Цвет: масла сливочного, сыра и хлеба или батона.

Вкус: масла сливочного, сыра и хлеба или батона.

Запах: масла сливочного, сыра в сочетании с хлеб или батон.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 4

Наименование кулинарного изделия (блюда): Яйцо отварное

Номер рецептуры: 306

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Яйца (в шт.)	1 шт.	40	1 шт.	40	1 шт.	40
Выход		40		40		40

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	5,08
Жиры (г):	4,60
Углеводы (г):	0,28
Эн.ценность (ккал):	63

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	5,08
Жиры (г):	4,60
Углеводы (г):	0,28
Эн.ценность (ккал):	63

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	5,08
Жиры (г):	4,60
Углеводы (г):	0,28
Эн.ценность (ккал):	63

Технология приготовления

Обработку яиц перед использованием проводят в следующем порядке: I – мытье в воде с температурой 40-45°C и добавлением 1-2 % раствора кальцинированной соды; II – замачивание в воде с температурой 40-45°C и

добавлением хлорамина (0,5% раствор); III – ополаскивание проточной водой с температурой 40-45°C до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

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

Температура подачи не выше 14°C.

Требования к качеству

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

Консистенция: умеренно плотная.

Цвет: белок - белый, желток - желтый.

Вкус: свежего вареного яйца, приятный.

Запах: слабовыраженный сероводорода.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 11

Наименование кулинарного изделия (блюда): Какао с молоком

Номер рецептуры: 382

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов-
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /

Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Какао-порошок	1,2	1,2	2	2	2,4	2,4
Молоко	50	50	20	20	50	50
Вода	176	176	206	206	175	175
Сахар	6	6	6	6	7	7
Выход		200		200		200

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	1,69
Жиры (г):	1,78
Углеводы (г):	8,46
Эн.ценность (ккал):	56

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	1,05
Жиры (г):	0,94
Углеводы (г):	7,13
Эн.ценность (ккал):	42

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	1,98
Жиры (г):	1,96
Углеводы (г):	9,58
Эн.ценность (ккал):	64

Технология приготовления

Какао – порошок перемешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75°C.

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 и молоку.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 14

Наименование кулинарного изделия (блюда): Компот из свежих плодов

Номер рецептуры: 526

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Яблоки	45,4	40	45,4	40	45,4	40
Или груша	44,4	40	44,4	40	44,4	40
Сахар	6	6	7	7	8	8
Вода	181	181	180	180	179	179
Выход		200		200		200

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет) компот из свежих яблок

Белки (г):	0,16
Жиры (г):	0,16
Углеводы (г):	9,91
Эн. ценность (ккал)	43

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет) компот из свежих груш

Белки (г):	0,16
Жиры (г):	0,12
Углеводы (г):	10,11
Эн. ценность (ккал)	43

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	0,16
Жиры (г):	0,16
Углеводы (г):	10,91
Эн. ценность (ккал)	47

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	0,16
Жиры (г):	0,16
Углеводы (г):	11,9
Эн. ценность (ккал)	51

Технология приготовления

Яблоки (или груши) моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Варят при слабом кипении более 5-6 минут.

Для сахарного сиропа: в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают.

В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении не более 6-8 минут. Быстроразваривающиеся сорта не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения

Готовый компот охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи не выше 20° С.

Требования к качеству

Внешний вид: фрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом яблок или груш.

Запах: яблок или груш.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 16

Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай с сахаром

Номер рецептуры: 501,502,503

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай с сахаром

Номер рецептуры: 501,502,503

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Чай высшего или 1-го сорта	0,6	0,6	1	1	2	2
Вода	54	54	54	54	54	54
Чай-заварка		50		50		50
Сахар	6	6	6	6	7	7
Вода	144	144	144	144	143	143
Выход с сахаром		200		200		200

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	0
Жиры (г):	0
Углеводы (г):	5,99
Эн.ценность (ккал):	24

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	0
Жиры (г):	0
Углеводы (г):	6,06
Эн.ценность (ккал):	26

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	0
Жиры (г):	0
Углеводы (г):	7,13
Эн.ценность (ккал):	31

Технология приготовления

В котле заваривают чай-заварку и доливают кипятком, добавляют сахар и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75°C.

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 КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 21

Наименование кулинарного изделия (блюда): Бутерброд с маслом

Номер рецептуры:99,100

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Хлеб пшеничный или батон	15	15	25	25	45	45
Масло сливочное	5	5	10	10	12	12
Выход		20		35		57

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	1,18
Жиры (г):	3,69
Углеводы (г):	7,44
Эн. ценность (ккал)	67

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	1,98
Жиры (г):	7,35
Углеводы (г):	12,43
Эн.ценность (ккал):	124

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	3,52
Жиры (г):	8,94
Углеводы (г):	22,3
Эн.ценность (ккал):	184

Технология приготовления

Предварительно масло сливочное. Ломтик хлеба или батона намазывают маслом.

Температура подачи не выше 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: ровные ломтики хлеба или батона, намазанные маслом.

Консистенция: мягкая.

Цвет: масла сливочного и хлеба или батона.

Вкус: масла сливочного и хлеба или батона.

Запах: масла сливочного в сочетании с хлеб или батон.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 3

Наименование кулинарного изделия (блюда): Плов с мясом

Номер рецептуры: 375

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная	74	67	74	67	98	89
Или говядина 1 категории (мясо на кости)	91	67	91	67	121	89
Масло сливочное	4	4	4	4		
Масло растительное					6	6
Лук репчатый	21	18	21	18	29	24
Морковь						
До 1 января	23	18	23	18	30	24
С 1 января	24	18	24	18	32	24
Крупа рисовая	51	51	51	51	68	68
Вода	103	103	103	103	136	136
Масса отварной говядины		40		40		53
Выход		200		200		265

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	10,38
Жиры (г):	10,75
Углеводы (г):	35,73
Эн.ценность (ккал):	282

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	10,38
Жиры (г):	10,75
Углеводы (г):	35,73
Эн.ценность (ккал):	282

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	12,5
Жиры (г):	12,95
Углеводы (г):	43,04
Эн.ценность (ккал):	339,68

Технология приготовления

Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Мясо зачищают и варят крупным куском до полуготовности, охлаждают и нарезают массой 10-15 г. Вводят пассерованную на сливочном масле с добавлением бульона морковь, бланшированный и слегка пассерованный лук. Добавляют горячий бульон, соль. Мясо и овощи варят при слабом кипении 5-10 минут, всыпают подготовленную крупу и варят до загустения, затем закрывают крышкой и доводят до готовности в жарочном кафу при температуре 160 °С в течение 30-40 минут

Температура подачи не ниже 65°С.

Требования к качеству

Внешний вид: говядина, рис рассыпчатый с овощами

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 говядины, с ароматом риса и овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 24

Наименование кулинарного изделия (блюда): Макароны отварные

Номер рецептуры: 297

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Макаронные изделия	43	43	50	50	60	60
Масса отварных макаронных изделий		124		143		172
Масло сливочное	6	6	7	7	8	8
Выход		130		150		180

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	4,47
Жиры (г):	5,73
Углеводы (г):	27,37
Эн. ценность (ккал)	174,2

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	5,16
Жиры (г):	6,61
Углеводы (г):	31,58
Эн. ценность (ккал)	201

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	6,19
Жиры (г):	7,93
Углеводы (г):	37,89
Эн.ценность (ккал):	241,2

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в небольшом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу 20-25 мин, вермишель 10-12 мин. Готовые макаронные изделия не промывают, откидывают, дают стечь отвару. При отпуске макаронные изделия поливают растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи не ниже 65°C.

Требования к качеству

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

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный отварным макаронным изделиям и сливочного масла, умеренно соленый.

Запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 25

Наименование кулинарного изделия (блюда): Компот из смеси сухофруктов, компот из подов или ягод сушеных

Номер рецептуры: 527,531

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Смесь сухофруктов	11	11	13	13	16	16
Или курага	11	11	13	13	16	16
Или изюм	11	11	13	13	16	16
Или чернослив	11	11	13	13	16	16
Сахар-песок	8	8	9	9	10	10
Вода	188	188	208	208	204	204
Выход		180		200		200

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

	Компот из с/ф	Компот из кураги	Компот из изюма	Компот из чернослива
Белки (г):	0,24	0,57	0,20	0,25
Жиры (г):	0	0	0	0
Углеводы (г):	12,89	14,03	15,24	14,34
Эн. ценность (ккал)	54	58	61	59

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

	Компот из с/ф	Компот из кураги	Компот из изюма	Компот из чернослива
Белки (г):	0,29	0,68	0,23	0,3
Жиры (г):	0	0	0	0
Углеводы (г):	14,78	16,13	17,56	16,49
Эн. ценность (ккал)	62	66	70	67

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

	Компот из с/ф	Компот из кураги	Компот из изюма	Компот из чернослива
Белки (г):	0,35	0,83	0,29	0,37
Жиры (г):	0	0	0	0
Углеводы (г):	17,12	18,78	20,54	19,23
Эн. ценность (ккал)	72	77	82	79

Технология приготовления

Подготовленные сухофрукты закладывают в кипящий сахарный сироп. Курагу, чернослив варят 10-20 минут, изюм 5-10 минут. Готовый компот охлаждают, сухофрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.

Температура подачи не выше 20°C.

Требования к качеству

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: соответствует виду сухофруктов.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом соответствующих сухофруктов.

Запах соответствующих сухофруктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 32

Наименование изделия: Помидоры свежие

Номер рецептуры: 112

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Помидоры свежие	61	60	82	80	102	100
Выход		60		80		100

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	0,66
Жиры (г):	0,12
Углеводы (г):	2,28
Эн.ценность (ккал):	13,8

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	0,88
Жиры (г):	0,16
Углеводы (г):	3,04
Эн.ценность (ккал):	18,4

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	1,1
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	3,8
Эн.ценность (ккал):	23

Технология приготовления

Помидоры свежие перебирают, промывают небольшими партиями в воде, отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают дольками или кружочками (или порционно) непосредственно перед отпуском и подают.

Температура подачи не выше 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: форма сохранена.

Консистенция: мягкая.

Цвет: красный.

Вкус: свежих помидоров.

Запах: свежих помидоров.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 33

Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлеты или биточки рыбные

Номер рецептуры: 351

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Горбуша потрошенная с головой	83	56	107	72	143	96
Или горбуша потрошенная без головы	72	56	92	72	123	96
Или минтай потрошенный без головы	86	56	111	72	148	96
Или рыба-филе	60	56	77	72	102	96
Хлеб пшеничный	13	13	17	17	23	23
Молоко	11	11	13	13	17	17
Яйца	1/11 шт.	3,5	1/8шт.	5	1/6 шт.	7
Сухари панировочные	3,5	3,5	5	5	6	6
Масса полуфабриката		86		107		143
Масло сливочное	1,5	1,5	2	2		
Масло растительное					3	3
Масса жареных изделий		70		90		120
Выход		70		90		120

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	10,08
Жиры (г):	1,66
Углеводы (г):	36,56
Эн. ценность (ккал)	79,34

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	14,4
Жиры (г):	2,38
Углеводы (г):	52,22
Эн. ценность (ккал)	113,33

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	12,96
Жиры (г):	2,14
Углеводы (г):	47
Эн.ценность (ккал):	102

Технология приготовления

Обработку яиц перед использованием проводят в следующем порядке: I – мытье в воде с температурой 40-45°C и добавлением 1-2 % растворе кальцинированной соды; II – замачивание в воде с температурой 40-45°C и добавлением хлорамина (0,5% раствор); III – ополаскивание проточной водой с температурой 40-45°C до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

Филе из рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке черствым пшеничным хлебом, добавляют соль, яйца, тщательно перемешивают и выбивают. Из полученной рыбной котлетной массы формируют котлеты овально-приплюснутой формы с заостренным концом или биточки - овально-приплюснутой формы, панируют в сухарях. Изделия запекаются при температуре 250-280° С в течение 20-25 минут. При отпуске котлеты гарнируют.

Температура подачи не ниже 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: котлеты - овально-приплюснутой формы с заостренным концом или биточки - овально-приплюснутой форм, аккуратно уложены, сбоку гарнир.

Консистенция: сочная, рыхлая, однородная.

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

Вкус и запах: жареной рыбной котлетной массы, умеренно соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 34

Наименование изделия: Огурцы свежие

Номер рецептуры: 112

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Огурцы свежие	61	60	82	80	102	100
Выход		60		80		100

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	0,66
Жиры (г):	0,12
Углеводы (г):	2,28
Эн.ценность (ккал):	13,8

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	0,88
Жиры (г):	0,16
Углеводы (г):	3,04
Эн.ценность (ккал):	18,4

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	1,1
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	3,8
Эн.ценность (ккал):	23

Технология приготовления

Огурцы нарезают кружочками непосредственно перед отпуском и подают.

Температура подачи не выше 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: форма сохранена.

Консистенция: мягкая, хрустящая

Цвет: зеленый.

Вкус: свежих огурцов.

Запах: свежих огурцов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 35

Наименование кулинарного изделия (блюда): Плов из птицы**Номер рецептуры:** 291**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов-
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /

Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Цыплята-бройлеры 1 категории потрошенные	75	65	99	86	222	193
Масло сливочное	4	4	4	4		
Масло растительное					6	6
Лук репчатый	10	8	12	10	12	10
Морковь						
До 1 января	10	8	14	11	14	11
С 1 января	11	8	15	11	15	11
Томатное пюре	5	5	7	7	7	7
Или томатная паста	2	2	2,8	2,8	2,8	2,8
Или томатная паста	2	2	2,8	2,8	2,8	2,8
Крупа рисовая	37	37	49	49	49	49
Масса готового риса с овощами		105		140		140
Масса тушеной птицы		45		60		135
Выход		150		200		275

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	11,97
Жиры (г):	10,15
Углеводы (г):	25,5
Эн.ценность (ккал):	243

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	15,96
Жиры (г):	13,53
Углеводы (г):	34,04
Эн.ценность (ккал):	324

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	31,14
Жиры (г):	23,63
Углеводы (г):	34,03
Эн.ценность (ккал):	471

Технология приготовления

Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Птицу рубят порционно, слегка обжаривают, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассерованные морковь и лук репчатый томатным пюре (пастой), заливают горячей водой и дают закипеть, затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду ставят с пловом в жарочный шкаф на 30-40 минут.

Температура подачи не ниже 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки птицы, рис с овощами.

Консистенция: 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, с ароматом риса и овощей.

) № 46

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с крупой с мясом птицы

Номер рецептуры: 101

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов-Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Варка бульона						
Цыплята-бройлеры 1 категории потрошенные	20	17	24	21	24	21
Или цыплята-бройлеры 1 категории полупотрошенные	25	17	31	21	31	21
Морковь						
До 1 января	2,5	2	3,8	3	3,8	3
С 1 января	2,7	2	4	3	4	3
Лук репчатый	1,9	1,6	2,4	2	2,4	2
Вода	200	200	250	250	250	250
Картофель						
С 1.09-31.10	76	57	94	71	94	71
С 1.11-31.12	82	57	102	71	102	71
С 1.01-28-29.02	88	57	109	71	109	71
С 1.03	95	57	119	71	119	71
Крупа: перловая, овсяная, пшеничная	7	7	9	9	9	9
Или рисовая,	4	4	5	5	5	5

пшено, хлопья «Геркулес»						
Или манная	6	6	8	8	8	8
Морковь						
До 1 января	8,8	7	11	9	11	9
С 1 января	9,3	7	12	9	12	9
Лук репчатый	8	7	11	9	11	9
Масло сливочное	2	2	3	3	3	3
Бульон или вода для круп пшеничной, овсяной, перловой	132	132	165	165	165	165
Бульон или вода для остальных круп	142	142	177	177	177	177
Выход супа		188		235		235
Птица отварная		12		15		15
Выход супа с мясом птицы		188/12		235/15		235/15

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	4,38
Жиры (г):	4,11
Углеводы (г):	19,31
Эн.ценность (ккал):	124

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	5,47
Жиры (г):	5,14
Углеводы (г):	24,14
Эн.ценность (ккал):	155

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	5,47
Жиры (г):	5,14
Углеводы (г):	24,14
Эн.ценность (ккал):	155

Технология приготовления

Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 1-2 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют, подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой.

Порционированная птица подвергается вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранится в нем при температуре +75° С до раздачи не более часа.

Лук мелко рубят, морковь нарезают кубиками и пассеруют. Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут соль. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с пассерованными овощами. Манную крупу всыпают в суп за 10-15 мин до его готовности

Отпускают суп с мясом птицы.

Температура подачи не ниже 75°С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки. Крупа хорошо разварившаяся

Консистенция: картофель и овощи мягкие; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: умеренно соленый, картофеля и пассерованных овощей.

Запах: картофеля и пассерованных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 47

Наименование кулинарного изделия (блюда): Капуста тушеная с птицей

Номер рецептуры:400,428

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Номер рецептуры:288

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов-Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Цыплята-бройлеры 1 категории потрошенные	59	51	99	86	222	193
Птица отварная		35		60		135
Капуста свежая	150	120	184	147	190	152
Масло растительное	2	2	3	3	3	3
Томатное пюре	9	9	11	11	11	11
Или томатная паста	3,6	3,6	4,4	4,4	4,4	4,4
Морковь						
До 1 января	12,5	10	15	12	15	12
С 1 января	13,3	10	16	12	16	12
Лук репчатый	10	8	11	9	11	9
Мука пшеничная	0,7	0,7	0,8	0,8	0,8	0,8
Выход		115		140		145
Выход капусты тушеной с птицей		150		200		280

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	8,44
Жиры (г):	6,16
Углеводы (г):	6,58
Эн. ценность (ккал)	123

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	13,35
Жиры (г):	10,10
Углеводы (г):	7,96
Эн. ценность (ккал)	187

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	26,56
Жиры (г):	19,26
Углеводы (г):	8,25
Эн.ценность (ккал):	328,74

Технология приготовления

Подготовленные тушки птицы закладывают в кипящую воду (2,5 л. на 1 кг продукта) и быстро нагревают до кипения. С закипевшего бульона снимают пену и жир, добавляют нарезанную морковь, соль и варят при слабом кипении до готовности. Сваренные тушки вынимают из бульона, дают остыть и нарубают на порции.

Порционированное мясо подвергается вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранится в нем при температуре +75° С до раздачи не более часа.

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.

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

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

При отпуске можно посыпать мелко нарубленной зеленью.

Отпускают капусту тушеную с мясом птицы.

Температура подачи не ниже 65°С.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами с мясом птицы.
Форма нарезки овощей сохранена.
Консистенция: сочная, слабо хрустящая.
Цвет: светло-коричневый.
Вкус: умеренно соленый.
Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей и мяса птицы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 48

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рагу овощное с мясом

Номер рецептуры: 201,363

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная	76	69	101	92	101	92
Или говядина 1 категории (мясо на кости)	94	69	125	92	125	92
Масса отварного мяса		43		57		57
Картофель						
С 1.09-31.10	90	68	121	91	121	91
С 1.11-31.12	97	68	130	91	130	91
С 1.01-28-29.02	105	68	140	91	140	91
С 1.03	114	68	152	91	152	91
Морковь						
До 1 января	18	14	24	19	24	19
С 1 января	19	14	25	19	25	19
Томатное пюре	5	5	7	7	7	7
Или томатная паста	2	2	2,8	2,8	2,8	2,8
Лук репчатый	10	8	13	11	13	11
Масло растительное	3	3	7	7	7	7
Мука пшеничная	0,8	0,8	1	1	1	1

Масса гарнира и соуса		107		143		143
Выход		150		200		200

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	9,62
Жиры (г):	10,09
Углеводы (г):	12,03
Эн.ценность (ккал):	222

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	1,82
Жиры (г):	13,42
Углеводы (г):	16,04
Эн.ценность (ккал):	296

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	1,82
Жиры (г):	13,42
Углеводы (г):	16,04
Эн.ценность (ккал):	296

Технология приготовления

Говядину предварительно отваривают. Отварное мясо нарезают на кусочки, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 30-40 мин. Бульон оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус, которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют нарезанные кусочками картофель, морковь, лук и тушат 15-20 мин.

Отпускают рагу вместе с соусом и гарниром.

Температура подачи не ниже 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: мясо вместе с соусом и гарниром уложены на тарелочку, овощи сохранили форму нарезки.

Консистенция: сочная, мягкая.

Цвет: оранжевый.

Вкус: умеренно соленый, свойственный мясу с привкусом томата и овощей.

Запах: свойственный мясу, томата и овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 49

Наименование кулинарного изделия (блюда): Молоко кипяченое

Номер рецептуры:534

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Молоко	189	180	210	200	210	200
Выход		180		200		200

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	5,4
Жиры (г):	5,76
Углеводы (г):	8,46
Эн.ценность (ккал):	108

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	6,0
Жиры (г):	6,4
Углеводы (г):	9,4
Эн.ценность (ккал):	120,0

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	6,0
Жиры (г):	6,4
Углеводы (г):	9,4
Эн.ценность (ккал):	120,0

Технология приготовления

Молоко кипятят в посуде не более 2 - 3 минут, предназначенной только для этой цели, охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи не выше 20°C-холодного, горячего - температура подачи не ниже 75°C.

Требования к качеству

Внешний вид: напиток белого цвета.

Консистенция: жидкая, однородная.

Цвет: белый.

Вкус: сладковатый, аромат кипяченого молока, не допускается изменение цвета молока, привкус пригорелого молока.

Запах: кипяченого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 50

Наименование кулинарного изделия (блюда): Картофель запеченный*

Номер рецептуры: 259

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, под общ. ред. В.Т. Лапшиной, г. Москва, 2004 г.

*В сборнике рецептов указан картофель, запеченный в сметанном соусе.

Данное блюдо готовится и подается без соуса сметанного

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Картофель						
С 1 сентября-31 октября	177	133	245	184	245	184
С 1 ноября-31 декабря	190	133	263	184	263	184
С 1 января-28-29 февраля	205	133	283	184	283	184
С 1 марта	222	133	307	184	307	184
Масса картофеля вареного		127		176		176
Масло растительное	5	5	7	7	7	7
Масса запеченного картофеля		130		180		180
Выход		130		180		180

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	2,48
Жиры (г):	4,45
Углеводы (г):	18,55
Эн. ценность (ккал)	128,56

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	3,44
Жиры (г):	6,16
Углеводы (г):	25,69
Эн. ценность (ккал)	178,01

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	3,44
Жиры (г):	6,16
Углеводы (г):	25,69
Эн. ценность (ккал)	178,01

Технология приготовления

Очищенный картофель кладут в кипящую подсоленную воду и варят. Когда картофель сварится, сливают воду, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 мин на менее горячем участке плиты. При варке рассыпчатого картофеля воду сливают примерно через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром, образующимся в котле.

Варят картофель небольшими партиями по мере спроса. При продолжительном хранении в горячем состоянии у картофеля изменяется цвет, ухудшается вкус и снижается его пищевая ценность. Картофель, сваренный на пару, имеет лучшие вкусовые качества.

Затем отварной картофель укладывают на противень, поливают маслом и ставят в жарочный шкаф на 5-8 минут запекать.

Температура подачи не ниже 65° С.

Требования к качеству

Внешний вид: очищенный картофель, клубни целые, не разваренные.

Консистенция: плотная, рыхлая, но не разварившаяся.

Цвет: белый с кремовым оттенком, корочка слегка подрумянена.

Вкус: свойственный вареному картофелю, с привкусом сливочного масла, умеренно соленый.

Запах: вареного картофеля, сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 51

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп крестьянский с крупой с мясом

Номер рецептуры: 160

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Варка бульона						
Говядина 1 категории бескостная	21	19	26	24	26	24
Или говядина 1 категории (мясо на кости)	26	19	33	24	33	24
Морковь						
До 1 января	2,5	2	3,8	3	3,8	3
С 1 января	2,7	2	4	3	4	3
Лук репчатый	1,9	1,6	2,4	2	2,4	2
Вода	200	200	250	250	250	250
Капуста свежая	28	22	35	28	35	28
Картофель						
С 1.09-31.10	25	19	32	24	32	24
С 1.11-31.12	27	19	34	24	34	24
С 1.01-28-29.02	29	19	37	24	37	24
С 1.03	32	19	40	24	40	24
Крупа рисовая, перловая, овсяная, ячневая, пшеничная	6	6	8	8	8	8

Морковь						
До 1 января	7,5	6	10	8	10	8
С 1 января	8	6	11	8	11	8
Лук репчатый	7	6	10	8	10	8
Масло сливочное	2	2	3	3	3	3
Бульон или вода	161	161	201	201	201	201
Выход супа		188		235		235
Говядина отварная		12		15		15
Выход супа с мясом		188/12		235/15		235/15

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	4,88
Жиры (г):	4,5
Углеводы (г):	10,86
Эн.ценность (ккал):	104,8

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	6,10
Жиры (г):	5,62
Углеводы (г):	13,58
Эн.ценность (ккал):	131

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	6,10
Жиры (г):	5,62
Углеводы (г):	13,58
Эн.ценность (ккал):	131

Технология приготовления

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.

Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Порционированное мясо подвергается вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранится в нем при температуре +75° С до раздачи не более часа.

В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, свежую белокочанную капусту, нарезанную шашками, картофель и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут пассерованные овощи.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75°С.

Требования к качеству

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

Консистенция картофель, коренья мягкие, крупа хорошо разварившаяся, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: умеренно соленый, картофеля, пассерованных овощей, крупы.

Запах: пассерованных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 52

Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры: 243

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Крупа гречневая	69	69	69	69	83	83
Вода	105	105	105	105	126	126
Масса каши		142		142		170
Масло сливочное	8	8	8	8	10	10
Выход с маслом		150		150		180

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	8,58
Жиры (г):	7,77
Углеводы (г):	42,15
Эн. ценность (ккал)	275,83

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	8,58
Жиры (г):	7,77
Углеводы (г):	42,15
Эн. ценность (ккал)	275,83

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	10,3
Жиры (г):	9,32
Углеводы (г):	50,58
Эн.ценность (ккал):	331

Технология приготовления

Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения.

Температура подачи не ниже 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом.

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

Вкус: свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов соответствии с рецептурой.

Запах: свойственный данному виду крупы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 53

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба, запеченная под молочным соусом

Номер рецептуры: 233

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Горбуша потрошенная с головой	77	52	110	74	133	89
Или горбуша потрошенная без головы	67	52	95	74	114	89
Или минтай потрошенный без головы	80	52	114	74	137	89
Или рыба-филе	55	52	79	74	95	89
Масса припущенной рыбы		43		61		73
Масло растительное	4	4	6	6	7	7
Соус молочный для запекания		30		43		52
Молоко	30	30	43	43	52	52
Мука пшеничная	2	2	3	3	4	4
Масло сливочное	2	2	3	3	4	4
Масса полуфабриката		7		111		133
Выход		70		100		120

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	7,25
Жиры (г):	5,85
Углеводы (г):	29,62
Эн. ценность (ккал)	91,7

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	10,35
Жиры (г):	8,35
Углеводы (г):	42,35
Эн. ценность (ккал)	131

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	12,42
Жиры (г):	10,02
Углеводы (г):	50,77
Эн.ценность (ккал):	157,2

Технология приготовления

Порционные куски рыбы, нарезанные на филе без кожи и костей, укладывают на смазанное дно сотейника, добавляют соль, подливают (1/3 высоты) немного горячего бульона, плотно закрывают крышкой, доводят до кипения и припускают при слабом кипении 15 минут. На сковороду наливают 1/5 часть соуса, укладывают припущенную рыбу, заливают соусом, сбрызгивают маслом и запекают при температуре 250° С в течение 15 минут.

При отпуске рыбу гарнируют и поливают соусом, в котором она тушилась.

Соус молочный для запекания: горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7-11 минут, процеживают, заправляют солью и еще раз доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 65°С.

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки рыбы под молочным соусом.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый.

Вкус: рыбы в сочетании с соусом, умеренно соленый.

Запах: рыбный, с ароматом молочного соуса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 54

Наименование кулинарного изделия (блюда): Поджарка из рыбы

Номер рецептуры: 171

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов-Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Горбуша потрошенная с головой	88	59	136	91	180	121
Или горбуша потрошенная без головы	75	59	117	91	155	121
Или минтай потрошенный без головы	91	59	140	91	186	121
Или рыба-филе	63	59	97	91	129	121
Мука пшеничная	3	3	5	5	7	7
Лук репчатый	43	36	27	23	37	31
Масса пассерованного лука		20		13		17
Масло растительное	3	3	5	5	6	6
Масса жареной рыбы		50		77		103
Выход		70		90		120

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	7,04
Жиры (г):	2,46
Углеводы (г):	2,61
Эн. ценность (ккал)	61

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	10,67
Жиры (г):	3,8
Углеводы (г):	3,65
Эн. ценность (ккал)	91,8

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	14,24
Жиры (г):	5,07
Углеводы (г):	4,87
Эн.ценность (ккал):	122,4

Технология приготовления

Филе без кожи и костей нарезают на порции, посыпают солью, панируют в муке и запекают вместе с мелко нарезанным луком при температуре 250-280° С в течение 20-25 минут.

При отпуске запеченные кусочки рыбы с луком гарнируют.

Температура подачи не ниже 65°С.

Требования к качеству

Внешний вид: обжаренные кусочки рыбы с луком уложен на тарелку и полит соусом, сбоку - гарнир.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый,

Вкус: рыбы в сочетании с луком репчатым, умеренно соленый.

Запах: рыбный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 55

Наименование кулинарного изделия (блюда): Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом

Номер рецептуры: 144

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Варка бульона						
Говядина 1 категории бескостная	21	19	26	24	26	24
Или говядина 1 категории (мясо на кости)	26	19	33	24	33	24
Морковь						
До 1 января	2,5	2	3,8	3	3,8	3
С 1 января	2,7	2	4	3	4	3
Лук репчатый	1,9	1,6	2,4	2	2,4	2
Вода	200	200	250	250	250	250
Капуста белокочанная свежая	45	36	56	45	56	45
Картофель						
С 1.09-31.10	29	22	36	27	36	27
С 1.11-31.12	31	22	39	27	39	27
С 1.01-28-29.02	34	22	42	27	42	27
С 1.03	37	22	45	27	45	27
Морковь						

До 1 января	10	8	12,5	10	12,5	10
С 1 января	11	8	13,3	10	13,3	10
Лук репчатый	7	6	10	8	10	8
Томатное пюре	1,6	1,6	2	2	2	2
Или томатная паста	0,6	0,6	0,8	0,8	0,8	0,8
Масло растительное	2	2	3	3	3	3
Бульон или вода	144	144	180	180	180	180
Выход супа		180		225		225
Сметана	8	8	10	10	10	10
Выход супа со сметаной		188		235		235
Говядина отварная		12		15		15
Выход супа со сметаной/с мясом		188/12		235/15		235/15

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	4,62
Жиры (г):	5,95
Углеводы (г):	6,36
Эн.ценность (ккал):	100,8

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	5,77
Жиры (г):	7,44
Углеводы (г):	7,95
Эн.ценность (ккал):	126

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	5,77
Жиры (г):	7,44
Углеводы (г):	7,95
Эн.ценность (ккал):	126

Технология приготовления

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Порционированное мясо подвергается вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранится в нем при температуре +75° С до раздачи не более часа.

Капусту нарезают шашками, картофель - дольками.

В кипящий бульон закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют пассерованное томатное пюре, сметану и кипятят. При приготовлении щей из ранней капусты, ее закладывают после картофеля.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75°С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части щей - капуста, нарезанная шашками, морковь, лук, картофель - 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 овощами, умеренно соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 56

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба, тушенная в томате с овощами

Номер рецептуры: 349

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Горбуша потрошенная с головой	86	58	165	111	230	154
Или горбуша потрошенная без головы	74	58	142	111	197	154
Или минтай потрошенный без головы	89	58	171	111	237	154
Или рыба-филе	62	58	118	111	164	154
Вода или бульон	17	17	33	33	46	46
Морковь						
До 1 января	21	17	20	16	28	22
С 1 января	23	17	21	16	29	22
Лук репчатый	8	7	8	7	12	10
Томатное пюре	7	7	7	7	10	10
Или томатная паста	2,8	2,8	2,8	2,8	4	4
Масло растительное	6	6	5	5	7	7
Масса тушеной рыбы		49		92		127
Масса готовой рыбы с тушеными овощами с соусом		85		130		180

Выход		85		130		180
-------	--	----	--	-----	--	-----

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	7,82
Жиры (г):	4,36
Углеводы (г):	2,38
Эн. ценность (ккал)	80,14

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	13,98
Жиры (г):	3,52
Углеводы (г):	2,54
Эн. ценность (ккал)	109,55

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	19,36
Жиры (г):	4,87
Углеводы (г):	3,52
Эн. ценность (ккал):	151,68

Технология приготовления

Порционные куски рыбы нарезают на филе без кожи и костей, укладывают в посуду в 2 слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают водой или бульоном, добавляют масло растительное, томатное пюре, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 мин). При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором тушилась.

Температура подачи не ниже 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: целый тушеный кусок рыбы, уложен на тарелку вместе с соусом с овощами, сбоку — гарнир.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

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

Вкус: рыбы в сочетании с соусом и овощами, умеренно соленый.

Запах: рыбный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 57

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп с крупой и рыбными консервами

Номер рецептуры: 159

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Консерва рыбная	19	19	26	26	26	26
Картофель						
С 1.09-31.10	72	54	100	75	100	75
С 1.11-31.12	77	54	107	75	107	75
С 1.01-28-29.02	83	54	116	75	116	75
С 1.03	90	54	125	75	125	75
Крупа рисовая или др.	4	4	5	5	5	5
Морковь						
До 1 января	8,8	7	12,5	10	12,5	10
С 1 января	9,3	7	13,3	10	13,3	10
Лук репчатый	8	7	13	10	13	10
Масло сливочное	2	2	3	3	3	3
Вода	135	135	188	188	188	188
Выход		180		250		250

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	4,82
Жиры (г):	4,17
Углеводы (г):	17,43
Эн.ценность (ккал):	109,44

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	6,7
Жиры (г):	5,79
Углеводы (г):	24,21
Эн.ценность (ккал):	152

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	6,7
Жиры (г):	5,79
Углеводы (г):	24,21
Эн.ценность (ккал):	152

Технология приготовления

Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

Консервные банки промывают, ошпаривают, протирают, вскрывают. Крупу рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду.

В кипящую воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут картофель, нарезанный кубиками и рыбные консервы. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук, варят суп до готовности.

Температура подачи не ниже 75°C.

Требования к качеству

Внешний вид и консистенция: овощи сохранили форму нарезки, мягкие. Рыба проварена, мягкая.

Цвет: желтый, жира на поверхности – оранжевый, овощей – натуральный, рыбы - серый.

Вкус: рыбы и овощей.

Запах: рыбы и овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 58

Наименование кулинарного изделия (блюда): Курица в соусе с томатом

Номер рецептуры: 410

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Птица 1 категории потрошенная	66	57	113	98	113	98
Масса тушек вареных кур		41		70		70
Масло растительное	4	4	7	7	7	7
Лук репчатый	5	4	7	7	7	7
Томатное пюре	6	6	10	10	10	10
Или томатная паста	2,4	2,4	4	4	4	4
Мука пшеничная	1,2	1,2	2	2	2	2
Чеснок	0,8	0,6	1,3	1	1,3	1
Сметана	2	2	4	4	4	4
Морковь						
До 1 января	7,5	6	12,5	10	12,5	10
С 1 января	8	6	13,3	10	13,3	10
Вода или бульон	27	27	46	46	46	46
Выход		70		120		120

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	6,06
Жиры (г):	4,72
Углеводы (г):	2,38
Эн.ценность (ккал):	60,19

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	10,38
Жиры (г):	8,09
Углеводы (г):	4,08
Эн.ценность (ккал):	103,19

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	10,38
Жиры (г):	8,09
Углеводы (г):	4,08
Эн.ценность (ккал):	103,19

Технология приготовления

Птицу отваривают тушками, порционируют. Морковь шинкуют соломкой, пассеруют на сливочном масле с добавлением куриного бульона. Томатное пюре, пассеруют до исчезновения сырого запаха томата. Лук репчатый, нарезанный полукольцами бланшируют, затем пассеруют. Муку пассеруют без изменения цвета, разводят горячим бульоном, доводят до кипения при постоянном помешивании, закладывают подготовленные морковь, лук – проваривают 15-20 минут, вводят томатное пюре, варят, закладывают птицу и тушат 10-15 минут. В конце тушения добавляют растертый чеснок, сметану и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: несколько кусочков мяса, залиты соусом со сметаной, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: на разрезе - белый мяса птицы.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: свойственный мясу птицы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 59

Наименование кулинарного изделия (блюда): Овощи натуральные
соленые консервированные

Номер рецептуры: 113

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Помидоры соленые консер.	109	60	146	80	182	100
Или огурцы соленые консер.	109	60	146	80	182	100
Выход		60		80		100

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	0,48
Жиры (г):	0,06
Углеводы (г):	1,02
Эн. ценность (ккал)	7,8

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	0,64
Жиры (г):	0,08
Углеводы (г):	1,36
Эн. ценность (ккал)	10,4

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	0,8
Жиры (г):	0,10
Углеводы (г):	1,70
Эн. ценность (ккал)	13,0

Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Огурцы и помидоры соленые отделяют от рассола, промывают и удаляют место прикрепления плодоножки.

Температура подачи не выше 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: соответствует.

Консистенция: огурцов – упругая, хрустящая; помидоров - мягкая.

Цвет: огурцов - зеленый, помидоров – красный.

Вкус: соленых огурцов или помидоров.

Запах: соленых огурцов или помидоров.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 60

Наименование кулинарного изделия (блюда): Жаркое по-домашнему

Номер рецептуры: 374

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная	53	48	69	63	69	63
Или говядина 1 категории (мясо на кости)	65	48	86	63	86	63
Масло растительное	4	4	6	6	6	6
Картофель						
С 1.09-31.10	122	92	162	122	162	122
С 1.11-31.12	132	92	174	122	174	122
С 1.01-28-29.02	142	92	188	122	188	122
С 1.03	154	92	204	122	204	122
Лук репчатый	14	12	19	16	19	16
Томатное пюре	5	5	7	7	7	7
Или томатная паста	2	2	2,8	2,8	2,8	2,8
Масса тушеного мяса		30		40		40
Масса готовых овощей		120		160		160
Выход		150		200		200

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	7,5
Жиры (г):	9,43
Углеводы (г):	13,9
Эн.ценность (ккал):	178,5

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	10
Жиры (г):	12,57
Углеводы (г):	18,53
Эн.ценность (ккал):	238

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	10
Жиры (г):	12,57
Углеводы (г):	18,53
Эн.ценность (ккал):	238

Технология приготовления

Мясо нарезают порционно. Картофель и лук нарезают - дольками. Мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью) закрывают крышкой и тушат до готовности. Отпускают жаркое вместе с бульоном и гарниром. Блюдо можно готовить без томатного пюре.

Температура подачи не ниже 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: мясо - нарезано поперек волокон, уложено на тарелку вместе с овощами. Овощи сохранили форму нарезки.

Консистенция: мяса и овощей - нежная, мягкая, сочная.

Цвет: мяса - коричневый, овощей - темно-красный.

Вкус: без постороннего привкуса, умеренно соленый.

Запах: мяса в сочетании с ароматом овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 61

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы

Номер рецептуры: 152

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Варка бульона						
Цыплята-бройлеры 1 категории потрошенные	20	17	24	21	24	21
Или цыплята-бройлеры 1 категории полупотрошенные	25	17	31	21	31	21
Морковь						
До 1 января	2,5	2	3,8	3	3,8	3
С 1 января	2,7	2	4	3	4	3
Лук репчатый	1,9	1,6	2,4	2	2,4	2
Вода	200	200	250	250	250	250
Варка супа						
Макаронные изделия	7	7	9	9	9	9
Картофель						
С 1.09-31.10	76	57	91	71	91	71
С 1.11-31.12	82	57	102	71	102	71
С 1.01-28-29.02	88	57	109	71	109	71
С 1.03	95	57	119	71	119	71

Морковь						
До 1 января	8,8	7	11	9	11	9
С 1 января	9,3	7	12	9	12	9
Лук репчатый	8	7	11	9	11	9
Масло сливочное	2	2	3	3	3	3
Бульон или вода	132	132	165	165	165	165
Выход супа		188		235		235
Птица отварная		12		15		15
Выход супа с мясом птицы		188/12		235/15		235/15

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	5,32
Жиры (г):	4,3
Углеводы (г):	17,79
Эн.ценность (ккал):	128,8

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	6,65
Жиры (г):	5,37
Углеводы (г):	22,24
Эн.ценность (ккал):	161

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	6,65
Жиры (г):	5,37
Углеводы (г):	22,24
Эн.ценность (ккал):	161

Технология приготовления

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 1-2 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют, подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой.

Порционированная птица подвергается вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранится в нем при температуре +75° С до раздачи не более часа.

В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук, затем добавляют макаронные изделия и варят еще 15 мин. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль. Макароны закладывают до овощей, лапшу одновременно с картофелем, а вермишель за 10-15 мин до готовности супа.

Можно макаронные изделия бланшировать или отваривать до полуготовности отдельно, тогда бульон будет прозрачнее.

Отпускают суп с мясом птицы.

Температура подачи не ниже 75°С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, макаронные изделия. Форма макаронных изделий сохранена.

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

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

Вкус: умеренно соленый, картофеля, пассерованных овощей, макаронных изделий.

Запах: пассерованных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 62

Наименование изделия: Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные

Номер рецептуры: 270

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания под ред. Ф. Л. Марчука, изд-во «Хлебпродинформ», Москва, 1996 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Горошек зеленый консервированный	92	92	123	123	154	154
или кукуруза консервированная	100	100	134	134	167	167
или фасоль консервированная	100	100	134	134	167	167
Масса отварного зеленого горошка, или кукурузы, или фасоли (без жидкой части)		60		80		100
Выход		60		80		100

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	3,03
Жиры (г):	0,12
Углеводы (г):	4,98
Эн.ценность (ккал):	33

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	4,04
Жиры (г):	0,16
Углеводы (г):	6,64
Эн.ценность (ккал):	44

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	5,05
Жиры (г):	0,20
Углеводы (г):	8,3
Эн.ценность (ккал):	55

Технология приготовления

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью. Консервированный зеленый горошек, или кукурузу, или фасоль предварительно кипятят в собственном соку, охлаждают и порционируют.

Температура подачи не выше 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: соответствующая форма.

Консистенция: мягкая.

Цвет: зеленый - горошка, желтый - кукурузы, красный (коричневый) фасоли.

Вкус: отварного горошка, или кукурузы, или фасоли.

Запах: отварного горошка, или кукурузы, или фасоли.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 63

Наименование кулинарного изделия (блюда): Сыр (порциями)

Номер рецептуры: 106,107

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Сыр	7	6	12	11	17	16
Выход		6		11		16

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	1,39
Жиры (г):	1,77
Углеводы (г):	0
Эн.ценность (ккал):	21,82

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	4,65
Жиры (г):	5,9
Углеводы (г):	0
Эн.ценность (ккал):	72,8

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	6,98
Жиры (г):	8,86
Углеводы (г):	0
Эн.ценность (ккал):	109,2

Технология приготовления

Сыр очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками любой формы.

Температура подачи не выше 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: форма соответствует.

Консистенция: мягкая.

Цвет: кремовый.

Вкус: соответствует сыру.

Запах: соответствует сыру.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 64

Наименование кулинарного изделия (блюда): Икра кабачковая или баклажанная (промышленного производства)

Номер рецептуры: 121,123

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Икра кабачковая или баклажанная (промышленного производства)	63	60	84	80	105	100
Выход		60		80		100

Химический состав на 1 порцию икра кабачковая 100 гр.

Белки (г):	1,20
Жиры (г):	4,70
Углеводы (г):	7,78
Эн.ценность (ккал):	78

Химический состав на 1 порцию икра баклажанная 100 гр.

Белки (г):	1,9
Жиры (г):	8,9
Углеводы (г):	7,7
Эн.ценность (ккал):	119

Технология приготовления

Икру кабачковую или баклажанную (промышленного производства) порционируют непосредственно перед раздачей.

Температура подачи не выше 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: икра уложена горкой.

Консистенция: мягкая, нежная.

Цвет: соответствует виду икры.

Вкус: кабачков или баклажан.

Запах: кабачков или баклажан.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 65

Наименование кулинарного изделия (блюда): Масло сливочное
(порциями)

Номер рецептуры: 111

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Масло сливочное	7	7	7	7	8	8
Выход		7		7		8

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	0,07
Жиры (г):	5,04
Углеводы (г):	0,07
Эн.ценность (ккал):	46,2

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	0,07
Жиры (г):	5,04
Углеводы (г):	0,07
Эн.ценность (ккал):	46,2

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	0,08
Жиры (г):	5,76
Углеводы (г):	0,08
Эн.ценность (ккал):	52,5

Технология приготовления

Масло сливочное предварительно зачищают и нарезают на кусочки любой формы.

Температура подачи не выше 14°C.

Требования к качеству

Внешний вид: форма соответствует.

Консистенция: мягкая.

Цвет: кремовый.

Вкус: соответствует маслу.

Запах: соответствует маслу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 66

Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп из овощей, с мясом и со сметаной

Номер рецептуры: 148

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Варка бульона						
Говядина 1 категории бескостная	21	19	26	24	26	24
Или говядина 1 категории (мясо на кости)	26	19	33	24	33	24
Морковь						
До 1 января	2,5	2	3,8	3	3,8	3
С 1 января	2,7	2	4	3	4	3
Лук репчатый	1,9	1,6	2,4	2	2,4	2
Вода	200	200	250	250	250	250
Варка супа						
Капуста белокочанная	18	14	23	18	23	18
Картофель						
С 1.09-31.10	48	36	60	45	60	45
С 1.11-31.12	51	36	64	45	64	45
С 1.01-28-29.02	55	36	69	45	69	45
С 1.03	60	36	75	45	75	45

Горошек зеленый консервированный	9	6	11	7	11	7
Или фасоль консервированная	10	6	12	7	12	7
Морковь						
До 1 января	8,8	7	11	9	11	9
С 1 января	9,3	7	12	9	12	9
Лук репчатый	8	7	11	9	11	9
Масло сливочное	2	2	3	3	3	3
Бульон или вода	135	135	169	169	169	169
Выход		180		225		225
Сметана	8	8	10	10	10	10
Выход супа со сметаной		188		235		235
Говядина отварная		12		15		15
Выход супа со сметаной/с мясом		188/12		235/15		235/15

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	3,67
Жиры (г):	5,12
Углеводы (г):	9,05
Эн.ценность (ккал):	97,6

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	7,67
Жиры (г):	8,14
Углеводы (г):	13,83
Эн.ценность (ккал):	161

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	7,67
Жиры (г):	8,14
Углеводы (г):	13,83
Эн.ценность (ккал):	161

Технология приготовления

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Порционированное мясо подвергается вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранится в нем при температуре +75° С до раздачи не более часа.

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь мелкими кубиками, лук мелко рубят.

В бульон или воду добавляют картофель, пассерованные морковь и лук, консервированную фасоль и варят до готовности.

За 5-10 минут до готовности добавляют сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75°С.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части картофель, нарезанный кубиками или дольками; горох (зеленый) в виде целых, неразваренных зерен.

Консистенция: картофель и бобовые - мягкие; горох – лущеный – пюреобразный, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: желтый.

Вкус и запах: умеренно соленый, свойственный овощам, входящим в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 67

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом

Номер рецептуры: 139

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Варка бульона						
Говядина 1 категории бескостная	21	19	26	24	26	24
Или говядина 1 категории (мясо на кости)	26	19	33	24	33	24
Морковь						
До 1 января	2,5	2	3,8	3	3,8	3
С 1 января	2,7	2	4	3	4	3
Лук репчатый	1,9	1,6	2,4	2	2,4	2
Вода	200	200	250	250	250	250
Картофель						
С 1.09-31.10	70	53	88	66	88	66
С 1.11-31.12	76	53	94	66	94	66
С 1.01-28-29.02	82	53	102	66	102	66
С 1.03	89	53	110	66	110	66
Крупа рисовая, овсяная, пшеничная, перловая и др.	2	2	3	3	3	3

Морковь						
До 1 января	7,5	6	10	8	10	8
С 1 января	8	6	11	8	11	8
Лук репчатый	3	2	4	3	4	3
Огурцы соленые	18	10	24	13	24	13
Масло сливочное	2	2	3	3	3	3
Бульон или вода	131	131	164	164	164	164
Выход супа		180		225		225
Сметана	8	8	10	10	10	10
Выход супа со сметано		188		235		235
Говядина отварная		12		15		15
Выход супа со сметаной/с мясом		188/12		235/15		235/15

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	4,94
Жиры (г):	6,87
Углеводы (г):	15,2
Эн.ценность (ккал):	136,8

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	6,17
Жиры (г):	8,59
Углеводы (г):	19
Эн.ценность (ккал):	171

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	6,17
Жиры (г):	8,59
Углеводы (г):	19
Эн.ценность (ккал):	171

Технология приготовления

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Порционированное мясо подвергается вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранится в нем при температуре +75° С до раздачи не более часа.

Крупы овсяную, пшеничную, рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. Соленые огурцы очищают от кожицы и, при необходимости, удаляют семена. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве бульона или воды 10-15 мин.

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

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75°С.

Требования к качеству

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

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

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

Вкус: острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

Запах: огуречного рассола; приятный - овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 68

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба, запеченная с картофелем по-русски

Номер рецептуры: 346

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Горбуша потрошенная с головой	106	71	106	71	106	71
Или горбуша потрошенная без головы	91	71	91	71	91	71
Или минтай потрошенный без головы	109	71	109	71	109	71
Или рыба-филе	76	71	76	71	76	71
Масса готовой рыбы		58		58		58
Картофель						
С 1.09-31.10	134	98*	134	98*	134	98*
С 1.11-31.12	144	98*	144	98*	144	98*
С 1.01-28-29.02	155	98*	155	98*	155	98*
С 1.03	169	98*	169	98*	169	98*
Масло растительное	5	5	5	5	5	5
Соус белый на рыбном бульоне		67		67		67
Бульон рыбный		75		75		75
Мука пшеничная	3	3	3	3	3	3

Масло сливочное	3	3	3	3	3	3
Лимонная кислота	0,13	0,13	0,13	0,13	0,13	0,13
Выход соуса белого на рыбном бульоне		67		67		67
Сухари	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5
Выход		200		200		200

*- масса отварного очищенного картофеля

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	11,14
Жиры (г):	6,76
Углеводы (г):	54,16
Эн.ценность (ккал):	179

*- масса отварного очищенного картофеля

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	11,14
Жиры (г):	6,76
Углеводы (г):	54,16
Эн.ценность (ккал):	179

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	11,14
Жиры (г):	6,76
Углеводы (г):	54,16
Эн.ценность (ккал):	179

Технология приготовления

Порционные куски рыбы, нарезанные на филе без кожи и костей, посыпают солью, кладут на смазанную маслом сковороду, сверху кладут ломтики отварного картофеля, заливают белым (на рыбном бульоне из пищевых отходов рыбы или воде) соусом, поливают сливочным маслом, посыпают сухарями и запекают в жарочном шкафу при температуре 240-250° С в течение 30-40 минут.

Для приготовления соуса на рыбном бульоне: муку подсушивают при температуре 110-120° С, не допуская изменения ее цвета, охлаждают до 60-70° С, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно ¼ горячего

бульона и вымешивают до образования однородной массы. Затем добавляют оставшийся бульон и вымешивают до образования однородной массы. Затем добавляют оставшийся бульон и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, лимонную кислоту, затем доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: на поверхности изделия - слегка подрумяненная корочка, соус загустел, но не высох.

Консистенция: сочная.

Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый,

Вкус: рыбы, умеренно соленый.

Запах: рыбный, с ароматом соуса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 69

Наименование кулинарного изделия (блюда): Ватрушка с творогом из дрожжевого теста

Номер рецептуры: 560,626,627

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Мука пшеничная высшего сорта	40	40	20	20	25	25
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	1,6	1,6	0,8	0,8	1	1
Сахар	1,6	1,6	0,8	0,8	1	1
Масло сливочное	1,6	1,6	0,8	0,8	1	1
Яйцо	1/25 шт.	1,6	1/50 шт.	0,8	1/40 шт.	1
Дрожжи (прессованные)	1	1	0,5	0,5	0,7	0,7
Или дрожжи сухие	0,45	0,45	0,2	0,2	0,3	0,3
Молоко	16	16	8	8	10	10
Творожный фарш		40		20		25
Яйцо для смазки ватрушек	1,6	1,6	1/50 шт.	0,8	1/40 шт.	1
Масло растительное смазки листов	0,3	0,3	0,16	0,16	0,2	0,2
Выход		80		40		50
Фарш творожный						
Творог	38	37	19	18	24	23
Яйца	1/25 шт.	1,6	1/50 шт.	0,8	1/40 шт.	1

Сахар	2	2	1,6	1,6	1,3	1,3
Мука пшеничная	1,6	1,6	0,8	0,8	1	1
Выход		40		20		25

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	10,64
Жиры (г):	11,82
Углеводы (г):	32,03
Эн. ценность (ккал)	276,8

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	5,32
Жиры (г):	5,91
Углеводы (г):	16,02
Эн. ценность (ккал)	138,4

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	6,65
Жиры (г):	7,39
Углеводы (г):	20,02
Эн. ценность (ккал)	173

Технология приготовления

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

В дежу вливают подогретую до температуры 35-40° С воду или молоко (60-70% от общего количества жидкости), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают муку (35-60%) и перемешивают до

получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают и ставят в помещение с температурой 35-40° С На 2,5-3 ч для брожения.

Когда опара увеличится в объеме в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью, сахаром и яйцами затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто Перед окончанием замеса добавляют растопленное масло сливочное.

Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 ч для брожения. За время брожения тесто обминают 2-3 раза.

Из теста разделяют булочки круглой формы массой, укладывают на противень смазанный маслом, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубление, которое заполняют начинкой. После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают при температуре 230-240° С 8-10 мин. Слоеное пресное тесто раскатывают в пласт толщиной 5 мм и вы-

Температура подачи не выше 14°С.

Требования к качеству

Внешний вид: форма круглая, в середине фарша.

Консистенция: мягкая, пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: свойственный данному изделию и творогу.

Запах: свойственный данному изделию и творогу.

Технология приготовления фарша творожного

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

Творог пропускают через протирочную машинную. Затем добавляют яйца, муку, сахар и все тщательно перемешивают.

Требования к качеству

Внешний вид: хорошо протертая масса.

Консистенция: однородная, пышная.

Цвет: белый.

Вкус: умеренно сладкий, с естественной кислотностью свежеприготовленного творога.

Запах: творога, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 70

Наименование кулинарного изделия (блюда): Тефтели из говядины с рисом

Номер рецептуры: 395

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Говядина 1 категории бескостная	50	45	63	57	69	63
Или говядина 1 категории (мясо на кости)	61	45	77	57	86	63
Вода	7	7	9	9	10	10
Крупа рисовая	6	6	8	8	9	9
Масса готового рассыпчатого риса		18		23		25
Лук репчатый	25	21	32	27	36	30
Масло сливочное	3,5	3,5	5	5	6	6
Масса пассерованного лука		11		14		15
Мука пшеничная	5	5	7	7	8	8
Масса полуфабриката		82		106		118
Масло сливочное	6	6	8	8	9	9
Масса готовых тефтелей		70		90		100
Выход		70		90		100

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	8,47
Жиры (г):	11,22
Углеводы (г):	9,32
Эн.ценность (ккал):	172,2

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	10,89
Жиры (г):	14,42
Углеводы (г):	11,98
Эн.ценность (ккал):	221,4

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	12,1
Жиры (г):	16,02
Углеводы (г):	13,31
Эн.ценность (ккал):	246

Технология приготовления

Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой.

В мясной фарш без хлеба добавляют соль, мелко нарезанный пассерованный лук, рассыпчатый рис, перемешивают и разделяют тефтели в виде шариков по 2-3 шт. на порцию. Шарики панируют в муке, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию) и тушат 8-10 мин.

При отпуске тефтели гарнируют и поливают соусом, в котором они тушились.

Температура подачи не ниже 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой, пропитаны соусом, сбоку уложен гарнир.

Консистенция: тефтелей в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: тефтелей - коричневый, соуса - светло-коричневый.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса с ароматом лука.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 71

Наименование кулинарного изделия (блюда): Запеканка из творога с молоком сгущенным

Номер рецептуры: 319

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	3-7 лет		7-11 лет		12-18 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов					
	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)	брутто, г (мл)	нетто, г (мл)
Творог	145	144	187	186	220	219
Крупа манная	11	11	14	14	16	16
Или мука пшеничная	12	12	15	15	18	18
Сахар	12	12	15	15	18	18
Яйцо	1/10 шт.	4	1/7 шт.	6	1/6 шт.	7
Масло сливочное	6	6	7	7	8	8
Сухари	6	6	7	7	8	8
Ванилин	0,010	0,010	0,02	0,02	0,03	0,03
Сметана	6	6	7	7	8	8
Масса готовой запеканки		155		200		235
Молоко сгущенное	25	25	30	30	35	35
Выход с молоком сгущенным		155/25		200/30		235/35

Химический состав на 1 порцию (3-7 лет)

Белки (г):	32,64
Жиры (г):	14,12
Углеводы (г):	35,86
Эн. ценность (ккал)	418

Химический состав на 1 порцию (7-11 лет)

Белки (г):	42,02
Жиры (г):	17,66
Углеводы (г):	44,33
Эн. ценность (ккал)	524

Химический состав на 1 порцию (12-18 лет)

Белки (г):	49,47
Жиры (г):	19,9
Углеводы (г):	52,54
Эн.ценность (ккал):	612

Технология приготовления

Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупу просеивают.

Обработку яиц перед использованием проводят в следующем порядке: I – мытье в воде с температурой 40-45°C и добавлением 1-2 % растворе кальцинированной соды; II – замачивание в воде с температурой 40-45°C и добавлением хлорамина (0,5% раствор); III – ополаскивание проточной водой с температурой 40-45°C до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

Протертый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 мм на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу. Запеканку необходимо выпекать в жарочном шкафу при температуре 220-280° С в течение 20 - 30 минут при высоте слоя не более 3 - 4 см.

Отпускают запеканку с молоком сгущенным.

Температура подачи не ниже 65°C.

Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки без трещин и подгорелых мест.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая.

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

Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо.

Запах: слабовыраженный - творога.