

Ковалева
Элеонора
Владимировна

Подписан: Ковалева Элеонора Владимировна
DN: C=RU, OU=заведующий, O=МБДОУ д/с
№17, CN=Ковалева Элеонора Владимировна,
E=koloko.lchik@yandex.ru
Основание: Я являюсь автором этого
документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2025-09-19 12:31:16
Foxit Reader Версия: 9.7.2

УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ №17

с. Стефанидинодар

Ковалева Э.В.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

блюд и кулинарных изделий для воспитанников
муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения детский сад №17
"Колокольчик" (МБДОУ д/с № 17)

с. Стефанидинодар

2025

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

При составлении технологических карт использовалась следующая литература:

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

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

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

4. И.М. Скурихин. Химический состав пищевых продуктов / М.:Издво. «Лёгкая и пищевая промышленность», 1984. – 326 с.

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

Холодные блюда. Бутерброды и салаты.

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

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

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

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

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

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс 4 ± 2 °С. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре 4 ± 2 °С. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

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

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

Холодные закуски, салаты должны

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ**

Номер рецептуры: **3**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают сливочным маслом.

Требования к качеству:

Бутерброд аккуратно оформлен, вкус и запах сливочного масла

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И СЫРОМ**

Номер рецептуры: **125**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают сливочным маслом. Сверху укладывают кусочек сыра.

Требования к качеству:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3

Наименование изделия: **ИКРА КАБАЧКОВАЯ (промышленного производства)**

Номер рецептуры: **57**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А.

Тутельна –Москва ДеЛи плюс, 2016 г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Икра кабачковая	85	85
ВЫХОД:		85

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,72	3,76	4,74	56,00	16,78	0,04	0,03	0,011	4,42

Технология приготовления:

Ломтик хлеба намазывают сливочным маслом. Сверху укладывают кусочек сыра.

Требования к качеству:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 4

Наименование кулинарного изделия (блюда): **САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ**
 Номер рецептуры: **15**

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –М.: ДеЛи принт, 2010, с. 92

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	33,9	28,8	56,5	48
Огурцы свежие	26,3	21	43,8	35
Лук репчатый	9	7,6	15	12,6
масса бланшированного репчатого лука	-	7,2	-	12
или лук зеленый	9	7,2	15	12
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
ВЫХОД:	60		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	В ₁	С	А
60	0,59	3,69	2,24	44,52	11,21	9,76	20,77	0,44	0,03	10,06	0,00
100	0,98	6,15	3,73	74,20	18,68	16,26	34,61	0,74	0,05	16,76	0,00

Технология приготовления:

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

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить, не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может, осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны тонкими ломтиками, лук мелко нашинкован. Овощи уложены горкой, сохранили форму нарезки, заправлены растительным маслом.

Консистенция: помидоров и огурцов – упругая, лука - сочная

Цвет: помидоров - соответствует сорту (красный, розовый или желтый), огурцов – неочищенных – белый с зеленой каймой, очищенных - белый

Вкус: свойственный свежим помидорам и огурцам, в меру соленый

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 5

Наименование кулинарного изделия (блюда): **САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ**

Номер рецептуры: **14**

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений

/ Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –М.: ДеЛи принт, 2010, с. 91

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	50,8	43,2	84,7	72
Лук репчатый	17,3	14,5	28,8	24,2
масса бланшированного репчатого лука	-	13,8	-	23
или лук зеленый	17,3	13,8	28,8	23
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
ВЫХОД:	60		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
60	0,68	3,71	2,83	47,46	10,55	10,67	19,73	0,50	0,04	12,25	0,00
100	1,13	6,19	4,72	79,1	17,58	17,79	32,88	0,84	0,06	20,42	0,00

Технология приготовления:

Помидоры промывают проточной водой, удаляют плодоножку, нарезают тонкими ломтиками. Лук очищают, срезают донце и шейку, мелко шинкуют, ошпаривают кипятком. Подготовленный зеленый лук мелко шинкуют. Помидоры и лук перемешивают, заправляют растительным маслом, солью, раскладывают на порции.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

Внешний вид: помидоры и лук перемешаны, уложены горкой. Овощи имеют привлекательный вид

Консистенция: форма нарезки сохраняется, консистенция помидоров – упругая, сочная

Цвет: соответствует сорту помидоров

Вкус: свойственный свежим помидорам, в меру соленый

Запах: свежих помидоров и лука в сочетании с растительным маслом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 6

Наименование кулинарного изделия (блюда): **САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ**

Номер рецептуры: **13**

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –М.: ДеЛи принт, 2010, с. 91

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы свежие	71,3	57	118,8	95
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
ВЫХОД:	60		100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
60	0,46	3,65	1,43	40,38	13,11	7,98	24,01	0,34	0,02	5,70	0,00

Технология приготовления:

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

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°C. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°C.

Температура подачи не ниже +15 °С.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: нарезанные огурцы уложены горкой, заправлены растительным маслом

Консистенция: форма нарезки сохраняется, консистенция хрустящая

Цвет: соответствует сорту огурцов

Вкус: свойственный свежим огурцам, в меру соленый *Запах:* огурцов и растительного масла

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ**

Номер рецептуры: **1.18**

Наименование сборника рецептов: «Основные принципы организации питания детей дошкольного возраста» 2002 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	3-7 лет	
	Брутто,г	Нетто, г
Огурец свежий	53	50
Выход:		50

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

	3-7 лет		3-7 лет
Белки (г):	0,35	Ca (мг):	11,5
Жиры (г):	0,05	Mg (мг):	7
Углеводы (г):	0,95	Fe (мг):	0,45
Эн. ценность (ккал):	5,5	C (мг):	5,0

Технология приготовления:

Огурцы свежие моют проточной водой, делят на порционные куски.

Требования к качеству:

Вкус и цвет соответствует свежим огурцам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8

Наименование изделия: **Огурцы соленые (промышленного производства)**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна –Москва ДеЛи плюс, 2016 г.

Возрастная категория: 3-7 лет

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы соленые	66,7	60
ВЫХОД:		60

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
60	0,40	0,05	0,85	5,45	11,50	7,00	12,00	0,30	0,01	1,75	0

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ПРОЦЕСС

Подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями

Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья.

У огурцов удаляют концы, нарезают и порционируют в салатники или

ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ, РЕАЛИЗАЦИИ И ХРАНЕНИЮ

Температура подачи блюда от 7 °С до 14 °С.

ПОКАЗАТЕЛИ КАЧЕСТВА И БЕЗОПАСНОСТИ

Органолептические показатели качества:

Внешний вид: огурцы удлиненной правильной формы. Допускаются плоды с легкой морщинистостью и искривлениями

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 9

Наименование кулинарного изделия (блюда): **САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА**

Номер рецептуры: **10**

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –М.: ДеЛи принт, 2010, с.89

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Зеленый горошек консервированный	146,2	95
Масло растительное	5	5
Лук репчатый	13,5	11
ВЫХОД:	100	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
100	2,98	5,19	6,25	83,60	21,45	20,80	59,95	0,68	0,11	11,00	0,68

Технология приготовления:

Консервированный горошек прогревают в собственном соку, затем отвар сливают.

Лук репчатый мелко рубят, ошпаривают кипятком.

Компоненты смешивают, заправляют растительным маслом.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

Внешний вид: горошек сохранил форму, салат заправлен маслом и луком

Консистенция: сочная, плотная

Цвет: соответствует сорту горошка

Вкус: умеренно соленый, растительного масла и консервированного горошка, лука

Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам

Первые блюда

В питании школьников приготавливаются горячие заправочные, молочные, пюреобразные и прозрачные супы. Супы можно приготавливать с различными мясными, рыбными и консервированными продуктами.

Овощи для приготовления супов сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

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

Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

При приготовлении супов с крупами следует помнить, что крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы перебирают и промывают проточной водой.

При использовании консервированных продуктов потребительскую упаковку перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

При отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо подвергают вторичной термической обработке – кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят в нем при температуре +75°C до раздачи не более 1 часа.

Молочные супы варят на молоке, смеси молока и воды, на сгущенном молоке (согласно таблицы норм взаимозаменяемости). Супы готовят с макаронными изделиями, крупами. Молочные супы варят: с макаронными изделиями – 10-40 мин (в зависимости от сорта), с дроблеными крупами – 10-15 мин, с недроблеными крупами (рисовая, гречневая, перловая, пшено) – 20-30 мин. Молочные супы с макаронными изделиями при длительной варке и хранении быстро густеют. Во избежание этого их следует готовить небольшими партиями с таким расчетом, чтобы реализовать их в течение 20-30 мин. Готовые супы заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи горячих супов +60...+65°C.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10

Наименование кулинарного изделия (блюда): *Суп гороховый на мясном бульоне*

Номер рецептуры: **81**

Наименование сборника рецептур: «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» 2010 год, выпущена Научно-исследовательским институтом питания РАМН: директор В.А. Тутельян г. Пятигорска

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов							
	1-3 года				3-7 лет			
	1 порц.		100 порц.		1 порц.		100 порц.	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, кг	Нетто, кг
Говядина б/к	5	4,5	0,5	0,45	5	4,5	0,5	0,45
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2	2	2	0,2	0,2
Масло растительное	2	2	0,2	0,2	2	2	0,2	0,2
Горох	5	4,97	0,50	0,497	12	11,76	1,2	1,176
Картофель	30	22,5	3,0	2,25	50	37,5	5,0	3,75
Лук репчатый	7	5,8	0,7	0,58	12	10,08	1,2	1,008
Морковь	11	8,8	1,1	0,88	18	14,4	1,8	1,44
Соль йодированная	0,1	0,1	0,01	0,01	0,1	0,1	0,01	0,01
Вода	130	130	13,0	13,0	160	160	16,0	16,0
Выход		150		15,0		200		20,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

	1-3 года	3-7 лет
Белки (г):	2,63	4,62
Жиры (г):	3,86	4,52
Углеводы (г):	7,4	14,2
Эн. ценность (ккал):	71,03	105,91

	1-3 года	3-7 лет
Ca (мг):	23,96	43,64
Mg (мг):	33,71	44,68
Fe (мг):	1,68	2,675
C (мг):	9,82	13,36

Технология приготовления:

Подготовленное мясо заливают водой, доводят до кипения, удаляют пену, варят при слабом огне до готовности (1-1,5 часа). За 30 минут до готовности в бульон добавляют соль. Готовый бульон процеживают. Мясо вынимают, остужают, нарезают и добавляют в бульон.

Горох перебрать, промыть. Положить в кипящий бульон и варить до готовности.

Добавляют нарезанный кубиками картофель, припущенные морковь и репчатый лук и варят до готовности.

Температура подачи 65°C.

Требования к качеству:

Овощи сохраняют форму нарезки, консистенция овощей и гороха мягкая. Вкус и запах свойственные данному набору овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 11

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ**

Номер рецептуры: **208**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 88

Расход сырья и полуфабрикатов

Наименование сырья	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
	Картофель молодой до 1 сент.	75	60	93,8
***с 1 сентября по 31 октября	80	60	100	75
***с 1 ноября до 31 декабря	85,7	60	107,1	75
***с 1 января по 28-29 февраля	92,3	60	115,3	75
***с 1 марта	100	60	125	75
Макаронные изделия	8	8	10	10
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Вода	150	150	188	188
ВЫХОД:	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
200	2,15	2,27	13,71	83,80	19,68	21,60	53,32	0,87	0,09	6,60	0,00
250	2,69	2,84	17,14	104,75	24,60	27,00	66,65	1,09	0,11	8,25	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут подготовленные макароны, доводят до кипения и варят 10-15 минут, затем добавляют картофель, пассерованные морковь, лук и томатное пюре и варят до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с картофелем. При приготовлении супа с вермишелью или фигурными изделиями в кипящий бульон или воду кладут картофель, пассерованные овощи, томатное пюре, а вермишель или фигурные изделия добавляют за 10-15 минут до готовности супа.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель, овощи и макаронные изделия, сохранившие форму

Консистенция: овощи и картофель мягкие, макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

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

Вкус: умеренно соленый, свойственный картофелю и овощам

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 12

Наименование изделия: **СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **99**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 13

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ**

Номер рецептуры: **96**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 14

Наименование изделия: **БОРЩ СО СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **6**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 15

Наименование кулинарного изделия (блюда): «**РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ**»

Номер рецептуры: **82**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна – Москва ДеЛи плюс, 2016 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г		Нетто, г	
	ясли	сад	ясли	сад
Картофель с 01.01.по 28.02 (35%)	130	145	84,5	94,25
с 01.03.по 31.08 (40%)	130	145	78	87
с 01.09.по 31.10 (25%)	130	145	97,5	108,75
с 01.11.по 31.12 (30%)	130	145	91	101,5
Лук репчатый	10	10	8,4	8,4
Морковь	10	10	7,5	7,5
Масло сливочное	2	2	2	2
Масло растительное	1	2	1	2
Огурцы соленые	20	20	20	20
Крупа рисовая	3	5	3	5
Сметана	3	5	3	5
Томатная паста	3	5	3	5
ВЫХОД:			180	200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,74	4,10	16,33	97,20	15,03
2,18	5,12	23,66	121,50	29,30

Технология приготовления:

В кипящий воду закладывают нарезанный брусочками картофель, подготовленную крупу, доводят до кипения, варят 10-15 минут, вводят пассированные овощи и припущенные огурцы варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезанные соломкой, картофель брусочками.

Консистенция: овощей мягкая, овощи сохранили форму, крупа хорошо разварена, огурцы слегка хрустящие.

Цвет: жира на поверхности желтый, овощей натуральный.

Вкус: умеренно-соленый с умеренной кислотностью

Запах: продуктов, входящих в состав блюда

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 16

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ**

Номер рецептуры: **91**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна – Москва ДеЛи плюс, 2016 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г		Нетто, г	
	ясли	сад	ясли	сад
Картофель с 01.01.по 28.02 (35%)	130	145	84,5	95
с 01.03.по 31.08 (40%)	130	145	78	87
с 01.09.по 31.10 (25%)	130	145	97,5	108,75
с 01.11.по 31.12 (30%)	130	145	91	101,5
Лук репчатый	10	10	8,4	8,4
Морковь	10	10	7,5	7,5
Масло сливочное	2	3	2	3
Яйцо	1/7	1/7	6	6
Молоко	10	10	10	10
Мука пшеничная	10	10	10	10
ВЫХОД:			180	200

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,65	2,48	13,06	69,20	4,60
2,06	3,10	19,85	86,50	5,75

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут, добавляют пассированные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания процесса варки добавляют соль. Клецки варят отдельно в подсоленной воде небольшими партиями и кладут в суп при отпуске. Клецки: в кипящее молоко добавляют сливочное масло, соль, доводят до кипения. В кипящую жидкость, помешивая, всыпают муку и заваривают тесто, которое, не переставая помешивать, прогревают в течение 5-10 мин. После этого массу охлаждают до 60-70°С, добавляют в три приема сырые яйца и перемешивают.

Приготовленное тесто закатывают в виде жгута и нарезают на кусочки массой 10-15 г. Для варки клецек на 1 кг берут 5 л жидкости. Варят их при слабом кипении 5-7 мин.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки, клецки одинакового размера.

Консистенция: картофель и овощи мягкие, клецки упругие, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа.

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

Вкус: овощей и картофеля, продуктов, входящих в суп

Запах: продуктов, входящих в состав супа

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 17

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ**

Номер рецептуры: **209**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 88

полуфабрикатов Наименование сырья	Расход сырья и			
	сырья		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто,
г Картофель молодой до 1 сент.	100	80	1252	100
***с 1 сентября по 31 октября	106,7	80	133,3	100
***с 1 ноября до 31 декабря	114,3	80	142,8	100
***с 1 января по 28-29 февраля	123,1	80	153,8	100
***с 1 марта	133,3	80	166,7	100
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Томатное пюре	2	2	2,5	2,5
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Вода	150	150	187,5	187,5
На фрикадельки:				
Говядина (котлетное мясо) б/к	18,8	17,1	23	
лук репчатый	21,5	1,8	0,2	2,3
Вода	0,25	0,2	0,2	
яйцо	0,25	1,25	1,2	1,55
ВЫХОД:	200/20		250/25	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
200/20	5,83	4,56	13,59	118,80	25,52	32,01	103,97	1,29	0,12	9,87	
3,96	250/25	7,29	5,70	16,99	148,50	31,90	40,01	129,96	1,61	0,15	12,34

4,95

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками или дольками, доводят до кипения, добавляют нарезанные ломтиками или брусочками пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассерованное томатное пюре, специи, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре.

Фрикадельки: мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо размешивают. Сформованные шарики массой 8-10 г припускают в бульоне до готовности. Хранят фрикадельки на мармите в бульоне.

Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель и овощи, сохранившие форму нарезки. Фрикадельки одинакового размера

Консистенция: овощи и картофель мягкие, фрикадельки – упругие, сочные
Цвет: супа – золотистый, жира на поверхности – светло-оранжевый

Вкус: умеренно соленый, свойственный фрикаделькам, картофелю и овощам
Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Блюда из картофеля, овощей, круп и макаронных изделий

** блюда из овощей и картофеля*

Для приготовления блюд овощи подвергают различным приемам тепловой обработки – варке, припусканию, тушению, запеканию.

Пищевая ценность овощных блюд обусловлена высоким содержанием в них витаминов, углеводов и минеральных солей, легко усвояемых и необходимых организму человека.

Однако содержащиеся в овощах минеральные соли, углеводы и витамин С легко растворимы в воде, поэтому очищенные овощи действующий СанПиН запрещает оставлять на длительный срок в холодной воде. Особенно это относится к картофелю, активность витамина С в котором при хранении в воде снижается на 40%. Для лучшей сохранности витамина С овощи при варке следует опускать в кипящую воду и варить в закрытой посуде при слабом кипении.

Картофель и морковь варят очищенными, свеклу – в кожуре. При варке картофель и овощи кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг). Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня овощей. Соль используют из расчета 10 г на 1 л воды. Свеклу, морковь и горох лущеный варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества и замедляет процесс варки.

Овощи, имеющие зеленую окраску (зеленый горошек, капусту) варят в большом количестве воды (3-4 л на 1 кг) в открытой посуде при бурном кипении во избежание изменения их цвета.

Для припускания и тушения овощи нарезают дольками, соломкой или кубиками. Для приготовления тушеных блюд, таких как овощное рагу, картофель тушеный, морковь тушеная и др. предварительно обжаренные или припущенные овощи тушат с добавлением соуса. При этом рекомендуется добавить жидкость (воду – в количестве 10-15% от массы овощей) с учетом тепловых потерь при тушении.

Свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи. Зелень, предназначенные для приготовления блюд без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием (п. 8.19 СанПиН 2.4.5.2409 – 08).

**блюда из круп*

Из круп приготавливаются каши (их разнообразие представлено в разделе «Гарниры»), а также изделия из каш.

Кашу можно варить из любого вида крупы. Варят из на молоке, на воде, на смеси молока и вода, при отсутствии цельного молока – на сгущенном, согласно норм взаимозаменяемости в таком случае каждый литр цельного молока заменяется 0,38 (1 банкой) сгущенного.

Перед варкой каши крупу просеивают, перебирают и промывают. Пшено, рисовую, перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую – только теплой. При этом следует учитывать, что при промывании в крупе остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10-30% от массы сухой крупы. Это нужно иметь в виду при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и другие дробленые крупы, а также «Геркулес», не промывают. Крупы промывают проточной водой (п. 8.15 СанПиНа 2.4.5.2409-08).

При изготовлении блюд из круп чаще всего используют сваренную вязкую кашу. В готовой вязкой каше зерна крупы должны быть полностью набухшими и хорошо разваренными. Такая каша держится на тарелке, не расплываясь.

При варке вязкой каши следует учитывать, что различные виды круп неодинаково быстро набухают и развариваются. Например, рисовая, перловая, овсяная, пшеничная, кукурузная крупы и пшено в молоке с добавлением воды развариваются медленнее, чем в воде. Поэтому сначала эти крупы варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено – не более 10 минут), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Значительно лучше и быстрее развариваются «Геркулес», манная и дробленые крупы: овсяная, рисовая, ячневая и пшеничная (№№ 4, 5, 7, «Артек»). Ячневую крупу или «Геркулес» засыпают в кипящее молоко и варят до готовности.

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90-95 °С почти полностью набухает, поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.

Из таких каш готовят крупеники, запеканки и пудинги (запеченные)

**блюда из макаронных изделий*

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды и 50 г соли) без последующей промывки (согласно п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Макаронны варят 20-30 мин, лапшу – 20-25 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего их масса увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом, чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде. Согласно требований п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409-08 вторые блюда и гарниры при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°С.

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия варят, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий 2-2,3 л воды и 30 г соли).

Количество масла сливочного и сметаны можно изменять: масла 10-20 г, сметаны 20 или 40 г на порцию, при этом соответственно изменяется выход блюда.

При использовании в рецептурах блюд яиц следует помнить, что перед использованием проводят обработку 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 (п.8.14. СанПиН 2.4.5.2409-08):

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;

не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока.

Запеченные блюда из макаронных изделий готовят в жарочном шкафу - 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Горячие блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°С (п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409 – 08).

Гарниры

Гарниры повышают питательную ценность блюд, разнообразят их вкус, дают возможность красиво аппетитно оформить блюдо и тем самым вызвать аппетит у малыша и повысить усвояемость пищи.

В питании детей используют крупяные и овощные гарниры.

Крупяные гарниры представляют собой рассыпчатые и вязкие каши. Каши можно варить из любого вида крупы. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой (п. 8.15 СанПиН 2.4.5.2409-08): пшено, рисовую и перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую – только теплой. При этом следует учитывать, что в крупе после промывания остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10-30% от массы крупы. Это нужно иметь в виду при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и другие дробленые крупы, а также «Геркулес», не промывают.

Макаронные изделия используют для гарнира отварными, бобовые – отварными и в виде пюре.

Широкое применение находят овощные гарниры для их приготовления используют свежие, квашеные, отварные, припущенные овощи.

Согласно п.п. 8.12, 8.17-8.19, 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08 следует соблюдать следующие правила обработки овощей:

- Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.
- Не допускается предварительное замачивание овощей.
- Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.
- При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением; закладывают овощи только в кипящую воду, нарезав их перед варкой; свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.
- Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

Гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6), без последующей промывки (п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Для приготовления гарниров рекомендуется использовать сливочное масло, в некоторых случаях – растительное масло.

Блюда из рыбы

Рыбу для питания школьников приготавливают отварной, припущенной, тушеной и запеченной. СанПин 2.4.1.2409-08 рекомендует следующие виды рыбы: треска, горбуша, лосось, хек, минтай, ледяная рыба, судак, сельдь (соленая), морепродукты.

На пищеблоки школ поступает рыба в замороженном виде. Ее размораживают на производственных столах или в воде при температуре не выше +12°C, с добавлением соли из расчета 7-10 г на 1 л (п.8.10 СанПиН 2.4.5.2409-08)

Для варки пригодны все виды рыб. Варят рыбу целыми тушками или же порционными кусками. Для этого подготовленную рыбу нарезают на порционные куски, не пластуя, вместе с позвоночником, рыбу массой 1-1,5 кг рекомендуется сначала пластовать. Рыбу варят в котлах, снабженных решетками. Бульон, полученный при варке рыбы, можно использовать для супов и соусов.

Припускание – разновидность варки, но в отличие от последней производится в меньшем количестве жидкости. Припущенная рыба вкуснее, чем отварная, так как при таком способе тепловой обработки в рыбе полнее сохраняются питательные вещества. Рыбу припускают порционными кусками с кожей. Порционные куски рыбы, нарезанные из обработанного звена с кожей без хрящей, перед припусканьем ошпаривают для того, чтобы уменьшить выделение из них белков во время припускания. Рыбу припускают в котлах, снабженных решетками, при закрытой крышке. Подготовленную рыбу укладывают посуду в один ряд, подливают воду (0,3 л жидкости на 1 кг рыбы) так, чтобы жидкость прикрыла рыбу на $\frac{1}{4}$ объема.

Тушеная рыба отличается приятным вкусом, так как готовится с добавлением лука, томатного пюре и т.д. для тушения используется сырая или предварительно слегка обжаренная рыба. При тушении обжаренной рыбы вкусовые качества рыбы значительно улучшаются.

Горячие вторые блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°C (п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409-08).

С момента приготовления до отпуска первые и вторые блюда могут находиться на горячей плите не более 2 часов.

Блюда из мяса и птицы

Из мяса и птицы приготавливают разнообразный ассортимент отварных, припущенных, тушеных и запеченных блюд.

В отварном виде приготавливают мякоть грудинки, лопаточную и подлопаточную части, покромку туш 1 категории, можно использовать боковой и наружный куски тазобедренной части. Мясо нарезают кусками не более 2 кг, закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды) и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой. Для улучшения вкуса и аромата в бульон при варке добавляют морковь и репчатый лук. Готовность мяса проверяют поварской иглой – в сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

На гарнир к мясу рекомендуется подавать отварные и припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис и другие рассыпчатые каши.

В тушеном виде приготавливают верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части, мякоть лопаточной части, покромку туш 1 категории, подлопаточную часть.

Часто в питании детей школьного возраста используются блюда из рубленого мяса, получаемого путем измельчения говядины или птицы на мясорубке. При этом готовят натуральные рубленые изделия – без добавления хлеба и с добавлением хлеба (например, котлеты). Для приготовления котлетного мяса используют следующие части туши: мякоть шейной части, пашина и обрезки, получающиеся при разделке туши. Все куски мякоти должны быть зачищены от сухожилий и соединительной ткани. Полученное путем измельчения мясо называется котлетным. В котлетном мясе содержание соединительной и жировой части не должно превышать 10%.

В процессе приготовления рубленых полуфабрикатов необходимо принимать меры, снижающие бактериальную обсемененность сырья и готовых полуфабрикатов: например, измельченное мясо и котлетную массу охлаждают.

Также следует соблюдать приемы тепловой обработки, предусмотренные п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08:

- Вареные колбасы, сосиски с сардельки варят не менее 5 минут после закипания;
- при изготовлении вторых блюд из вареного мяса или птицы, порционированное мясо подвергают вторичной термической обработке – кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят в нем до раздачи не более 1 часа.

Органолептическими признаками готовности изделий из рубленого мяса являются выделение бесцветного сока при проколе поварской иглой и серый цвет на разрезе.

Также в ассортимент блюд из мяса входит запеченное мясо. Запекают его с картофелем, овощами, крупами и макаронными изделиями. Мясо в таком случае предварительно варят или припускают. Подготовленные полуфабрикаты запекают в жарочных шкафах слоем не более 4 см при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин.

Внешними признаками готовности запеченных блюд является образование поджаристой корочки, чему способствует наличие на поверхности сметаны, тертого сыра, сухарей и т.д.. Длительное хранение запеченных блюд запрещено, так как их внешний вид и вкусовые качества быстро ухудшаются.

Горячие блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 18

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ПЛОВ С МЯСОМ**

Номер рецептуры: **322**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна – Москва ДеЛи плюс, 2016 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г		Нетто, г	
	ясли	сад	ясли	сад
Мясо говядины	68	75	68	75
Масло растительное	3	3	3	3
Морковь	10	10	7,5	7,5
Лук репчатый	10	10	8,4	8,4
Крупа рисовая	30	40	30	40
Вода	6,3	8,4	6,3	8,4
ВЫХОД			150	180

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
10,00	13,86	30,09	285,00	0,38
13,00	16,63	35,11	342,00	0,46

Технология приготовления:

Нарезанное кусочками мясо тушат в течение 1-1,5 часа, овощи шинкуют, пассируют. Мясо и овощи заливают водой (2,1 на 1 кг крупы), доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до готовности. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами.

Требования к качеству:

Внешний вид: мясо равномерно запечено, не подгорело, рис рассыпчатый Консистенция: мяса – мягкая, риса - мягкая

Цвет: мяса – серый, риса и овощей – от светло- до темно-оранжевого Вкус: тушеного мяса, риса и овощей, умеренно соленый

Запах: тушеного мяса, риса и овощей

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 19

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: **679**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 315

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
КРУПА гречневая	60,6	60,6	72,2	72,2	80,8	80,8
*** или ячневая	48,5	48,5	58,2	58,2	64,6	64,6
*** или пшеничная	58,2	58,2	51,8	51,8	77,6	77,6
***или пшено						
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
ВЫХОД:	150		180		200	

Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг. ценность ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
гречневая											
150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	0,00	0,02
180	8,95	6,73	43,00	276,53	15,57	81,00	250,2	4,73	0,22	0,00	0,02
200	9,94	7,48	47,78	307,26	17,30	90,00	278,0	5,26	0,24	0,00	0,02
ячневая											
150	4,79	4,26	30,83	187,02	39,14	0,02	168,0	0,83	0,09	0,00	0,02
180	5,74	5,11	36,99	224,42	46,96	0,02	201,6	0,99	0,11	0,00	0,02
200	6,38	5,68	41,10	249,36	52,18	0,02	224,0	1,10	0,12	0,00	0,02
пшеничная											
150	6,60	4,38	35,27	213,71	1,22	0,03	162,0	2,43	0,11	0,00	0,02
180	7,92	5,26	42,32	256,45	1,46	0,04	194,4	2,92	0,13	0,00	0,02
200	8,80	5,84	47,02	284,94	1,62	0,04	216,0	3,24	0,14	0,00	0,02
пшеничная											
150	6,60	5,72	37,88	229,50	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00	21,00
180	7,92	6,86	45,45	275,40	19,96	56,81	161,32	1,85	0,20	0,00	25,20
200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00	28,00

Технология приготовления:

Крупы засыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности. При отпуске кашу поливают растопленным прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо разваренные, хорошо отделяются друг от друга

Консистенция: мягкая, рассыпчатая

Цвет: каши гречневой – от светло-коричневого до коричневого, ячневой – сероватый, пшеничной – желтовато-серый

Вкус: умеренно соленый

Запах: каши из данного вида крупы с маслом

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: **339**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна – Москва ДеЛи плюс, 2016 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г		Нetto, г	
	ясли	сад	ясли	сад
Картофель с 01.01 по 28.02-35%	180	225	117	146
с 01.03.по 31.08- 40%	180	225	108	135
с 01.09.по 31.10- 25%	180	225	135	169
с 01.11.по 31.12- 30%	180	225	126	158
Молоко	30	45	30	45
Масло сливочное	3	4	3	4
ВЫХОД			135	176

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,66	2,16	20,71	118,95	5,73
3,06	2,80	28,52	137,25	8,15

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

Внешний вид: протертая картофельная масса

Консистенция: густая, пышная, однородная

Цвет: белый с кремовым оттенком

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

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного масла

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 21

Наименование кулинарного изделия (блюда): «Капуста тушеная с мясом»

Номер рецептуры: 144

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна – Москва ДеЛи плюс, 2016 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г		Нетто, г	
	ясли	сад	ясли	сад
Мясо говядины	68	75	68	75
Капуста свежая	140	160	112	128
Масло растительное	4	5	4	5
Томатное пюре	3	5	3	5
Морковь	10	10	7,5	7,5
Лук репчатый	10	10	8,4	8,4
ВЫХОД			164	183

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,80	4,62	21,8	105,00	23,80
3,20	5,28	24,75	120,00	27,20

Технология приготовления:

Мясо промывают, нарезают на куски весом 20-30 грамм, заливают водой и тушат в течение 1,5 часа. Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют 1 литр воды, тушат до полуготовности, периодически помешивая. Овощи чистят, шинкуют и пассируют на растительном масле с томатом и добавляют к капусте с мясом. Тушат до готовности. За 5 минут до конца тушения солят.

Требования к качеству:

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами с мясом
Консистенция: сочная, слабо хрустящая

Цвет: светло-коричневый
Вкус:

умеренно соленый

Запах: тушеной капусты, мяса и томата

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 22

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ**

Номер рецептуры: **45**

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2010, с. 107

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	I порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сентября	20,4	15 ¹	34	25 ¹
***с 1 сентября по 31 октября	20,6	15 ¹	34,4	25 ¹
***с 1 ноября до 31 декабря	22,1	15 ¹	36,8	25 ¹
***с 1 января по 28-29 февраля	23,9	15 ¹	39,8	25 ¹
***с 1 марта	25,8	15 ¹	43	25 ¹
Свекла до 1 января	15,3	12 ¹	25,5	20 ¹
***с 1 января	16,3	12 ¹	27,2	20 ¹
Морковь до 1 января	11,3	9 ¹	18,9	15 ¹
***с 1 января	12,1	9 ¹	20,1	15 ¹
Огурцы соленые ²	15	12	25	20
Лук зеленый	11,3	9	18,8	15
или лук репчатый	10,7	9 ³	17,9	15 ³
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
ВЫХОД:		60		100

¹ Масса отварных очищенных овощей

² С использованием огурцов консервированных без уксуса

³ Масса бланшированного репчатого лука

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
С луком зеленым											
60	0,81	3,70	4,61	54,96	20,13	12,81	24,10	0,53	0,03	7,95	0,00
100	1,35	6,16	7,69	91,60	33,55	21,35	40,17	0,88	0,05	13,25	0,00
С луком репчатым											
60	0,82	3,71	5,06	56,88	13,92	12,45	26,98	0,51	0,04	6,15	0,00
100	1,36	6,18	8,44	94,80	23,20	20,75	44,97	0,85	0,06	10,25	0,00

Технология приготовления:

Отварные очищенные картофель, свеклу, морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Зеленый лук нарезают длиной до 1 см; если используют репчатый лук, то его мелко шинкуют и бланшируют кипящей водой, откидывают на дуршлаг.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают.

В винегрет можно добавлять от 5 до 10 г. припущенного зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов.

Температура подачи не ниже +15 °С.

Требования к качеству:

Внешний вид: овощи нарезаны мелкими ломтиками, равномерно перемешаны и заправлены растительным маслом.

Консистенция: мягкая, сочная

Цвет: продуктов, входящих в состав блюда

Вкус: продуктов, входящих в состав блюда

Запах: продуктов, входящих в состав блюда

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 23

Наименование изделия: **МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ**

Номер рецептуры: **49**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 24

Наименование изделия: **ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ**

Номер рецептуры: **51**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
е	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
19,02	17,23	20,05	322,6	40	3,5	0,16	0,18	9,2

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 25

Наименование изделия: **ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ**

Номер рецептуры: **№298**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях/ Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутеляна.- М.:ДеЛи принт, 2012.-584 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	1-3 года		3-7 лет	
	брутто,г	нетто,г	брутто,г	нетто,г
Капуста свежая белокочанная	92.54	72	151.25	120
Говядина (котлетное мясо)	61	45	81	60
Крупа рисовая	6	17(1)	8	23(1)
Лук репчатый	12	10	16	13
Масло сливочное	3	3	4	4
Масса припущенного лука с маслом	-	10	-	14
Яйца	1/10шт	4	1/8шт	5
Масса полуфабриката	-	145	-	193
Масса тушеных голубцов	-	120	-	160
Соус №355	-	15	-	30
Соус №355, 357	-	-	-	30
Выход:	-	135	-	190

(1) масса рассыпчатого риса

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Витамины ,мг		
белки,г	жиры,г	углеводы,г	энергетическая ценность,ккал			С
10,608	6,816	15,036	164,004			15,024
15,912	10,224	22,554	246,006			22,536

Технология приготовления: Котлетное мясо дважды пропускают через мясорубку. При повторном измельчении добавляют нашинкованную свежую белокочанную капусту. В подготовленный мясо-капустный фарш вводят мелко рубленный припущенный лук, рассыпчатый рис, яйца, соль и перемешивают. Из полученной массы формируют голубцы, придавая изделиям цилиндрическую форму. Голубцы кладут на смазанный маслом противень, заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию) и запекают в жарочном шкафу 15-20 минут. Отпускают с соусом сметанным, сметанным с томатом или сметанным с томатом и луком. Требования к качеству Внешний вид: порционные изделия, уложенные на тарелку и политые соусом Консистенция: капусты - мягкая, фарша - сочная, нежная Цвет: светло-коричневый или оранжевый Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо. .Норма расхода соли и зелени в рецептурах блюд не указана.Рекомендуется использовать соль по 0,3-0,4 г на порцию.При отпуске мясные блюда можно посыпать измельченной зеленью из расчета 1-3г нетто на порцию

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 26

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ**

Номер рецептуры: **№ 367**

Наименование сборника рецептур: **(сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий под редакцией А.Я. Перевалова)**

Наименование сырья продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г		Расход сырья и продуктов на 100 порций, кг	
	брутто	нетто	брутто	нетто
Говядина	83,3	63,4	8,33	6,34
Масло сливочное	6	5	0,6	0,5
Лук репчатый	17	14	1,7	1,4
Томатное пюре	11	11	1,1	1,1
Мука пшеничная	3,7	3,7	0,37	0,37
Масса тушеного мяса	-	40	-	4,0
Масса соуса	-	50	-	5,0
ВЫХОД	-	90	-	9,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на одну порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
15,45	16,5	18,15	222,7

Ca (мг)	Mg (мг)	Fe (мг)	C (мг)
24	18	0,23	0

Технология приготовления (с указанием процессов приготовления и технологических режимов).

Крупные куски мяса, отваренные до полуготовности, нарезают кубиками по 20-30 г, слегка обжаривают, заливают горячей водой, добавляют пассерованное томатное пюре, бланшированный, пассерованный лук и тушат в закрытой посуде около 1 часа. Муку пассеруют без изменения цвета, постепенно разводят охлажденным до 55 °С бульоном, проваривают 7-10 мин. Процеживают, протирая лук. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 мин.

Отпускают вместе с соусом, в котором тушилось мясо, и гарниром.

Гарниры: каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, овощи отварные, припущенные, тушеные.

Температура подачи: 65 °С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: Цвет мяса-темно-красный, консистенция мягкая. Вкус и запах свойственные тушеному мясу, луку и пассерованному томату, в меру соленый. Не допускается привкус сырого томатного пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 27

Наименование изделия: **КОТЛЕТА РЫБНАЯ**

Номер рецептуры: **43**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28

Наименование изделия: **КОТЛЕТА МЯСНАЯ**

Номер рецептуры: **42**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 29

Наименование изделия: **ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ**

Номер рецептуры: **111**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

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

Блюда из творога и яиц.

Для приготовления блюд из яиц используются свежие куриные яйца.

Не допускаются к использованию в питании яйца водоплавающих птиц, а также яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой, «тек», «бой», яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам (прил. 7 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Яйца используют в виде омлетов или в вареном виде (п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

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;

не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока.

Омлеты готовят в жарочном шкафу в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С, слоем не более 2,5-3 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре 4 ± 2 °С. Яйцо варят 10 минут после закипания воды (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Из творога приготавливают горячие блюда. В питании детей школьного возраста рекомендуется творог не более 9% жирности (прил. 8 СанПиН 2.4.5.2409-08); творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке, кроме сырков творожных (прил. 9 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Не допускается использование творога из непастеризованного молока, фляжного творога (прил. 7 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Для приготовления горячих блюд творог протирают через сито или протирочную машину. При протирании образуются потери 1-2%.

Вторые горячие блюда готовят отварными (ленивые вареники), с также запеченными (сырники, пудинги, запеканки).

Запеканки и пудинги из творога готовят в жарочном шкафу - 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 30

Наименование изделия: ОМЛЕТ

Номер рецептуры: 56

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 31

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком**

Номер рецептуры: **469**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 201

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог	141	140	141	140
Крупа манная	10	10	10	10
или мука пшеничная	12	12	12	12
Сахар	10	10	10	10
Яйца	1/10 шт	4	1/10 шт	4
Масло сливочное	5	5	5	5
Сухари	5	5	5	5
Сметана	5	5	5	5
Сгущенное молоко	20	20	50	50
ВЫХОД:	150/20		150/50	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
150/20	27,84	18,00	32,40	279,60	226,4	48,92	344,91	0,84	0,09	0,74	0,33
150/50	30,93	22,89	36,00	310,66	251,55	54,36	383,23	0,93	0,10	0,82	0,37

Технология приготовления:

Протертый творог смешивают с мукой или предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, подготовленными в соответствии с требованиями СанПиНа яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанные жиром и посыпанные сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной. Запекают в жарочном шкафу 20-30 минут при температуре 220-280 °С.

При отпуске нарезанную запеканку поливают сахарным сиропом или прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: порционные кусочки, сохранена форма, поверхность без трещин

Консистенция: однородная, нежная, мягкая

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

Вкус: умеренно сладкий, с привкусом творога и продуктов, входящих в блюдо

Запах: творога, продуктов, входящих в блюдо

КАШИ

Масса порции каши: 200-250 грамм

Каши могут подаваться:

- На завтрак как основное блюдо
- На ужин как альтернатива овощному блюду

Требования к приготовлению:

1. Каша должна быть:
 - Без комочков
 - Правильно сваренной до полной готовности
 - Однородной консистенции
 - С соблюдением температурного режима подачи
2. При приготовлении необходимо:
 - Соблюдать рецептуру
 - Следовать технологическим картам
 - Учитывать калорийность
 - Обеспечивать правильную пищевую ценность
3. Каша может быть:
 - Манной
 - Рисовой
 - Гречневой
 - Пшенной
 - Овсяной
 - Перловой
 - Ячневой

Важно: при подаче каши температура должна быть комфортной для употребления (не ниже 55-60°C). Также необходимо учитывать индивидуальные особенности детей и возможные аллергические реакции на определенные виды круп.

Каши должны быть включены в меню не реже 2-3 раз в неделю, чередуя различные виды круп для обеспечения полноценного питания.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 32

Наименование изделия: **КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ**

Номер рецептуры: **34**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 33

Наименование изделия: **ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ**

Номер рецептуры: **10**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 34

Наименование изделия: **КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ**

Номер рецептуры: **29**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 35

Наименование изделия: **КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ**

Номер рецептуры: 33

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 36

Наименование изделия: **КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ**

Номер рецептуры: **311**

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 37

Наименование изделия: **КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ**

Номер рецептуры: 27

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 38

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША «ДРУЖБА» (рис, пшено)**

Номер рецептуры: **255**

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. –

М.: ДеЛи принт, 2010, с. 199

Наименования сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	93	93
Вода	65	65
рис	15	15
пшено	15	15
масло сливочное	5	5
сахар	4	4
соль	0,3	0,3
ВЫХОД	200	200

Хмический состав данного блюда

Выход , г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A
200	10,44	11,11	41,30	307,00	158,6	86,70	257,3	2,75	0,26	1,20	81,00

Технология приготовления:

Крупы перебирают, промывают водой несколько раз, пшено ошпаривают. Крупы сначала варят отдельно, закладывая в кипящую воду. Пшено отваривают 15 минут, воду сливают. Рис отваривают до полуготовности. Крупы соединяют, заливают теплым молоком, добавляют сахар, соль, доводят до кипения, варят при слабом кипении до поглощения жидкости над поверхностью крупы, затем емкость ставят на водяную баню или пароварочный шкаф и доводят до готовности.

При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

Требования к качеству:

Консистенция: растекающаяся, однородная, зерна полностью набухли, мягкие Цвет: белый с кремовым оттенком Запах: не допускаются посторонние запахи, привкусы, в том числе пригорелой каши.

Мучные изделия

Выпечка

Мучные изделия приготавливают из муки тонкого помола высшего или первого сорта с добавлением молока или воды, сахара, масла, яиц, сметаны, дрожжей.

В рецептурах расход пшеничной муки указан с базисной влажностью 14,5%. При использовании муки с влажностью менее 14,5% ее расход снижается в размере 1% на каждый процент снижения влажности муки. При этом на такое же количество увеличивается расход влаги (воды или молока). При использовании муки с влажностью более 14,5% расход ее соответственно увеличивается, количество влаги, следовательно, уменьшается.

К сырью, используемому для приготовления мучных изделий, предъявляются следующие требования:

- В холодное время года, если мука имеет низкую температуру, ее следует выдержать в теплом помещении, чтобы ее температура была как минимум 12 °С.
 - Перед употреблением муку просеивают. Благодаря этому удаляются сорные примеси, а также мука обогащается кислородом воздуха, что облегчает процесс замеса теста и способствует его лучшему подъему.
 - Прессованные дрожжи перед использованием разводят в теплой воде. Сухих дрожжей берут по массе в три раза меньше, чем свежих, при этом дрожжи разводят теплой водой, дают 1 час настояться и затем процеживают. Для приготовления опары рекомендуется смешать сухие дрожжи с мукой и развести в теплой воде (на 100 г дрожжей 1 кг муки и 3 л воды), а через 1 час процедить.
 - Сахар, соду предварительно растворяют в воде с температурой не выше 25 °С, раствор процеживают.
 - Растопленное сливочное масло, молоко процеживают через сито с размером ячеек не более 0,1 мм и 1 мм соответственно.
- Яйцо обрабатывают в соответствии с требованиями п. 8.14 СанПиН 2.4.5.2409-08. 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; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 39

Наименование изделия: БУЛОЧКА СДОБНАЯ

Номер рецептуры: 9

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

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

НАПИТКИ

1. Норма порций:

- 200-250 мл на порцию
- Общий объем жидкости в день: 800-1000 мл

2. Рекомендуемые напитки:

- Чай (некрепкий)
- Компот (сухофрукты, свежие фрукты)
- Кисель
- Какао
- Фруктовые напитки (сок)
- Кисломолочные продукты (кефир, ряженка, йогурт)
- Кофейный напиток

3. Требования к приготовлению:

- Температура подачи: 15-18°C (холодные напитки)
- Температура подачи: 55-60°C (горячие напитки)
- Приготовление только из свежих продуктов
- Строгое соблюдение рецептов
- Отсутствие осадка
- Прозрачность (для компотов и морсов)
- Однородность (для киселей и коктейлей)

4. Особенности подачи:

- Ежедневная смена напитков
- Чередование горячих и холодных напитков
- Учет сезонности (летом больше холодных напитков)
- Учет времени года (зимой больше горячих напитков)

5. Дополнительные требования:

- Использование чистой питьевой воды
- Соблюдение правил гигиены при приготовлении
- Контроль качества ингредиентов
- Своевременная замена напитков
- Хранение в чистой закрытой посуде

6. Запрещается:

- Использование концентратов
- Повторное кипячение
- Хранение более 3 часов
- Использование несвежих фруктов и ягод
- Добавление искусственных красителей

Важно: все напитки должны быть приготовлены непосредственно перед подачей и употреблены в течение 3 часов после приготовления. При нарушении этого правила напиток подлежит утилизации.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 40

Наименование изделия: КАКАО

Номер рецептуры: 22

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 41

Наименование изделия: ЧАЙ

Номер рецептуры: 113

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите.

Выдавать при температуре 45-50 градусов.

Требования к качеству:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 42

Наименование изделия: КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК

Номер рецептуры: 45

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 43

Наименование изделия: КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ

Номер рецептуры: 40

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 44

Наименование изделия: КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ

Номер рецептуры: 39

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

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

Требования к качеству:

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 45

Наименование изделия: КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК

Номер рецептуры: 35

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

Возрастная категория: 3-7 лет

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

Химический состав данного блюда

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

Технология приготовления:

Готовый продукт промышленного производства. Выдаётся в упаковке производителя.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 46

Наименование кулинарного изделия (блюда): МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ

Наименование сборника рецептов: (сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий под редакцией А.Я. Перевалова № 515)

№ п/п	Наименование продуктов		
		Брутто, г	Нетто, г
1	Молоко	210	200
Выход		200	

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

Белки(г)	5,8
Жиры(г)	5
Углеводы(г)	9,6
Ккал	106

Технология приготовления: Молоко кипятят в посуде, предназначенной для этой цели, охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи: 65 °С (горячего) и 14 °С (холодного).

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: Внешний вид – напиток белого цвета. Вкус чуть сладковатый, аромат кипяченного молока. Консистенция жидкая, однородная. Не допускается изменение цвета молока, привкус пригорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 47

Наименование изделия: Кисель

Номер рецептуры: 233

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет	с 1,5-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Кисель из концентрата*	18	18	24	24
Вода	142	142	190	170
Выход		150		180

Примечание: * - в составе концентрированных киселей содержится:

Крахмала 31%

Сахара 62 %

Фруктово - ягодного экстракта 7%

Химический состав данного блюда (для детей с 1,5-3 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0	0	13,5	46,5	0,37	0,06	0	0	0

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0	0	18	60	0,48	0,07	0	0	0

Технология приготовления

Кисель из концентрата разводят равным количеством холодной воды, полученную смесь вливают в кипящую воду, добавляют сахар, кислоту лимонную и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают. Готовый кисель отпускают в стаканах.

Температура подачи не ниже +15° С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 48

Наименование изделия: Сок фруктовый

Номер рецептуры: 130

Наименование сборника рецептов: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях, МУК, М., 2007.

Наименование сырья	1,5-3 года		3-7 лет	
	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция		1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сок восстановленный витаминизированный*	100,0	100,0	100,0	100,0
Выход:	100		100	

*

) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

Технология приготовления: готовый продукт промышленного производства.

Температура подачи сока – не ниже 15⁰С.

Срок реализации: не более 30 минут с момента приготовления.

Требования к качеству:

Внешний вид: сок налит в стакан

Консистенция: жидкая

Цвет: соответствует соку

Вкус: соответствует соку

Запах: соответствует соку

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 49



Наименование блюда: **Гренки из пшеничного хлеба**

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №115

Вид обработки: **Запечение**

Вес блюда: грамм

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Пшеничный хлеб</u>	187.5	157.5

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

Наименование показателя, рассчитываемого в соответствии с новым СанПиН	Содержание питательных веществ на 100грамм блюда
Белки, г	12.44
Жиры, г	1.58
Углеводы, г	76.07
Калорийность, ккал	368.2
В1, мг	0.25
В2, мг	0.09
С, мг	0
Са, мг	36.23
Fe, мг	3.15

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

Количество часов содержания детей в ДОУ	Дети 1-3 лет (ясли)	Дети 3-7 лет (детский сад)
8-10 часов	85	150
12 часов	85	150
24 часа	85	150

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления
Хлеб очищают от корок (корки хлеба используют для приготовления панировочных сухарей), нарезают кубиками (10х 10 мм) и подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу. Требования к качеству Внешний вид: кубики хлеба, сохранившие форму Консистенция: хрустящая Цвет: золотистый Вкус: подсушенного хлеба Запах: подсушенного хлеба

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 50

Наименование кулинарного изделия (блюда): Хлеб пшеничный

Наименование сборника рецептов: (сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий под редакцией А.Я. Перевалова № 114

№ п/п	Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов на 1 порцию, г		Расход сырья и продуктов на 100 порций, кг	
		брутто	нетто	брутто	нетто
	Хлеб Пшеничный	30	30	3,0	3,0
	ВЫХОД	-	30	-	3,0

Химический состав, витамины и микроэлементы на одну порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
2,28	0,24	14,76	70,5

Ca (мг)	Mg (мг)	Fe (мг)	C (мг)
7,2	10,2	0,6	0

Технология приготовления (с указанием процессов приготовления и технологических режимов).

Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах пшеничного хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 51

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Хлеб ржаной**

Продукт производственного приготовления.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1-3 года		3-7 лет	
	1 порция			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Хлеб ржаной	30	30	50	50
Выход		30		50

Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию

	1-3 года	3-7 лет
Белки (г):	1,97	3,3
Жиры (г):	0,36	0,6
Углеводы (г):	10,26	17,1
Эн. ценность (ккал):	49,62	82,7

	1-3 года	3-7 лет
Ca (мг):	10,5	17,5
Mg (мг):	14,1	23,5
Fe (мг):	1,17	1,95
C (мг):		

Технология приготовления:

Продукт производственного приготовления. Нарезают батон непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству:

Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус, запах ржаного хлеба

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 52

Наименование кулинарного изделия (блюда): «Сырники из творога со сметаной»

Номер рецептуры: 245

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна – М.: ДеЛи плюс, 2016 г. Москва.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г		Нетто, г	
	ясли	сад	ясли	сад
Творог	30	45	30	45
Мука пшеничная	11	20	11	15
Сахар	5	5	5	5
Яйца	0,1	0,125	4	5
Масса полуфабриката			50	70
Масло сливочное	2	2	2	2
Сметана	5	7	5	7
ВЫХОД:			50	70

Химический состав данного блюда⁸⁸

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
9,3	6,33	5,38	116
13,02	8,86	7,53	162,4

Технология приготовления:

В творог добавляют 2/3 муки (предварительно просеянной через сито), яйца (яйца куриные промывают в 1-2% теплом растворе кальцинированной соды, затем обрабатывают в дез.растворе, после чего ополаскивают проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду), сахар, соль. Массу хорошо перемешивают вручную, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперёк, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см, запекают с обеих сторон в жарочном шкафу предварительно разогретым до температуры 220⁰С, 5-7 минут, после чего убавляют температуру до 180⁰С и доводят сырники до готовности 5-7 минут, при температуре. Отпускают сырники по 1-2 шт., на порцию с прокипяченной сметаной.

Приготовление проводится в соответствии с техническими условиями пароконвектомата t-185-190⁰С. Время приготовления 30 мин. Пар-10.

Требования к качеству:

Внешний вид: порционные кусочки, форма сохранена, поверхность без трещин

Консистенция: мягкая, умеренно плотная, пышная

Цвет: корочки – золотистый, на разрезе- светло-кремовый, или желтоватый

Вкус: сладкий, свойственный творогу, без излишней кислотности, умеренно соленый

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам, запеченного

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 53

Наименование кулинарного изделия (блюда): «**Оладьи, выпеченные в жарочном шкафу**»

Номер рецептуры: 432

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под редакцией М.П. Могильного, В.А. Тутельна – Москва ДеЛи плюс, 2016 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция е			
	Брутто, г		Нetto, г	
	ясли	сад	ясли	сад
Кефир, молоко	20	25	20	25
Мука	25	30	25	30
Масло растительное	3	4	3	4
Сахар	5	5	5	5
Дрожжи	1	1	1	1
Повидло	5	7	5	7
ВЫХОД			50	60

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
3,51	3,12	21,35	127,69
4,21	3,75	25,62	153,23

Технология приготовления: *Обработанные яйца (яйца куриные промывают в 1-2% теплом растворе кальцинированной соды, затем обрабатывают в дез.растворе, после чего ополаскивают проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду,), сахар, молоко, дрожжи размешивают, добавляют просеянную муку, взбивают до получения однородной массы. Ставят в помещение с температурой 35-40 С на 2-2,5 час для брожения. Оладьи выпекают на разогретых толстостенных противнях в жарочном шкафу в течение 15-20 минут при температуре 180-200°С. Толщина готовых оладий должна быть не менее 2-3 см. Отпускают с повидлом или прокипяченной сметаной.*

Требования к качеству:

Внешний вид: оладьи равномерно запеченные
Консистенция: мягкая, упругая

Цвет: золотистый

Вкус: свойственный изделиям из дрожжевого

Запах: запеченных оладий

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 54

Наименование изделия: **Рис отварной**

Номер рецептуры: № 511;

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г.; ТТК

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа Рисовая	35,71	35
Вода	210	210
Масло сливочное	3	3
Соль	0,25	0,25
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,47	2,83	27,32	138,99	0,00

Технология приготовления:

Крупу рисовую перебирают, промывают сначала в холодной, затем в горячей воде. Подготовленный рис засыпают в кипящую подсоленную воду 90-110°C (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают. Масло сливочное растапливают и доводят до кипения. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют прокипеченным маслом сливочным, перемешивают и прогревают.

60-65°C

не более 2-х часов с момента их изготовления

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 54

Наименование изделия: **Соус сметанный**

Номер рецептуры: № 600; 140106

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г.; ТТК

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сметана 15%	60	60
Масло сливочное	5	5
Мука Пшеничная	10	10
Вода (Бульон мясной)	50	50
Соль	0,25	0,25
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр :

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
3,34	13,26	9,79	168	0,24

Технология приготовления:

Для приготовления соуса сметанного: муку пшеничную просеивают, подсушивают на сковороде (без масла), охлаждают, перетирают с маслом сливочным, добавляют к сметане с прокипяченной и охлажденной водой (или бульоном), доведенной до кипения 90-110°C, размешивают, заправляют солью, варят, при постоянном помешивании, в течение 3-5 мин, процеживают и вновь, помешивая, доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 55

Наименование изделия: **Рыба, тушенная с овощами в томат.соусе**

Номер рецептуры: 144

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет		с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Горбуша неразделанная	66,85	36,85	78	43
Вода или бульон	11	11	13	13
Морковь	13,71	10,28	16	12
Лук репчатый	7	6	8	7
Томатное пюре	3	3	4	4
Масло растительное	3	3	3,5	3,5
Сахар	1,2	1,2	1,2	1,2
Выход		60		70

Химический состав данного блюда (для детей с 1,5-3 лет)

Белки, г	Жиры, г	Пищевые вещества	
		Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
5,74	2,97	25,98	60,75

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
6,7	3,47	30,32	70,88

Технология приготовления: Рыбу размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 град. С из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 л. Не рекомендуется размораживать в воде рыбное филе, рыбу осетровых пород. Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. Не допускается предварительное замачивание овощей. Очищенные корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов. Порционные куски рыбы, нарезанные под углом 90° С, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло растительное, томатное пюре, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 мин); за 5-7 мин до окончания тушения добавляют специи. При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась.

Температура подачи +60...+65° С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 56

Наименование изделия: Котлеты, биточки, шницели

Номер рецептуры: 391

Наименование сборников рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Первалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет		с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 категории (котлетное мясо)	69,6	51,6	81,2	60,2
Хлеб пшеничный	11,4	11,4	13,3	13,3
Сухари	6,6	6,6	7,7	7,7
Молоко или вода	13,8	13,8	16,1	16,1
Масса полуфабриката		75		87,5
Масло сливочное	4,2	4,2	4,9	4,9
Масса готовых изделий		60		70
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход		60/5		70/5

Химический состав данного блюда (для детей с 1,5-3 лет)			
Белки, г	Жиры, г	Пищевые вещества	
		Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
10,77	13,65	8,62	200,45

Химический состав данного блюда (для детей с 3-7 лет)

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
12,57	15,93	10,06	233,86

Технология приготовления: Зачищенное мясо измельчают на мясорубке, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке или воде, добавляют соль, перемешивают и вторично пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты – овально-приплюснутой формы толщиной 1,5-2 см, биточки – кругло-приплюснутой формы толщиной 2-2,5 см или шницели – плоскоовальной формы, толщиной 1 см. Изделия панируют в сухарях или в белой сухарной панировке и обжаривают на раскаленной сковороде с жиром, нагретым до температуры 150-160°C 3-5 мин с двух сторон до образования легкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250-280°C в течение 5-7 мин. Готовность определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности изделий, затем проверяют на разрезе. Отпускают с гарниром и поливают соусом или растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65°C.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 57

Наименование изделия: Печенье

Номер рецептуры: 604

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Первалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет		с 1,5-3 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Печенье сахарное	60	60	60	60
Выход		60		60

Химический состав данного блюда на 60 гр.

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал
4,5	5,88	44,64	250,2

Требования к качеству: форма печенья должна быть правильная, без изломов. Печенье должно иметь чёткий рисунок на лицевой стороне. Вкус и запах приятные.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 58

Наименование изделия: **Вафли**

Номер рецептуры: 602

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под об. ред. Первалова А. Я., Уральский региональный центр питания, г. Пермь, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1,5-3 лет		с 1,5-3 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Вафли с фруктово-ягодными начинками	60	60	60	60
Выход		60		60

Химический состав данного блюда на 60 гр.

Пищевые вещества			
Белки, г	Жиры, ккал г	Углеводы, г	Энерг. ценность,
1,68	2	46,4	212,4

Требования к качеству: вафли – сухие, хрустящие, лёгкие мелкопористые. Не допускаются вафли с саллистыми, прогорклыми, затхлыми привкусами и запахами; загрязнённые, влажные на ощупь; поломанные.

