

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБУ ДО «ЦЭКиТ»



Плясова Л.В.

2024г.

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель Федоров Ринат Юрьевич

Федоров Р.Ю.

Б.П.

2024г.

Циклическое десятидневное меню для оказания услуг по организации питания детей оздоровительно-образовательной базы отдыха «Зеленогорская», по адресу: 663691, Красноярский край, г. Зеленогорск, ул. Карьерная, №1

2024г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБУ ДО «ЦЭКиТ»

\_\_\_\_\_ Плясова Л.В.

М.П.

\_\_\_\_\_ 2024г.

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель Федоров Ринат Юрьевич

\_\_\_\_\_ Федоров Р.Ю.

Б.П.

\_\_\_\_\_ 2024г.

Цикличное десятидневное меню для оказания услуг по организации питания детей оздоровительно-образовательной базы отдыха «Зеленогорская», по адресу: 663691, Красноярский край, г. Зеленогорск, ул. Карьерная, №1

2024г.

Дети с 7-11 лет								Дети с 12 лет и старше						
День 1								День 1						
Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С	№ ТК (ТТК)	Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>								<b>Завтрак</b>						
Каша пшеничная молочная жидкая	200	8,61	9,47	36,99	268,00	1,87	26	Каша пшеничная молочная жидкая	200	8,61	9,47	36,99	268,00	1,87
Какао с молоком	180	3,28	3,27	12,35	92,00	1,10	11	Какао с молоком	200	5,27	5,46	16,48	136,00	1,95
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	4	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Бутерброд с маслом	50	3,12	7,47	19,81	158,70	0,00	97	Бутерброд с маслом	72	4,66	9,06	29,68	218,64	0,00
Итого	500	21,79	25,17	84,27	641,70	2,97		Итого	552	25,88	29,07	103,21	765,64	3,82
<b>Обед</b>								<b>Обед</b>						
Нарезка из свежих огурцов	100	0,80	0,10	2,60	14,00	10,00	82	Нарезка из свежих огурцов	110	0,88	0,11	2,86	15,40	11,00
Суп картофельный с бобовыми с мясом	250	7,52	7,09	20,63	173	5,73	40	Суп картофельный с бобовыми с мясом	250	7,52	7,09	20,63	173	5,73
Тефтели из говядины	90	10,89	14,42	11,98	221,40	2,70	70	Тефтели из говядины	120	14,52	19,22	15,97	295,20	3,60
Соус молочный с морковью	20	0,50	1,60	1,70	23,20	0,10	47	Соус молочный с морковью	30	0,70	2,40	2,60	34,80	0,10
Макаронные изделия отварные с овощами	150	5,12	4,65	29,50	174,19	2,42	66	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,15	5,59	35,40	209,03	2,91
Компот из сухофруктов	180	0,70	0,00	22,25	96,00	0,64	25	Компот из сухофруктов	200	0,99	0,00	29,05	126,00	0,90
Хлеб пшеничный	65	5,53	0,90	28,93	146,28	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,81	1,04	35,61	180,03	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00
Итого	885	32,74	29,12	132,41	908,07	21,59		Итого	1020	40,37	36,05	166,82	1133,46	24,24
<b>Полдник</b>								<b>Полдник</b>						
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00
Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50	ГП	Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50
Вафли,пряники,печенье	20	0,78	6,12	12,50	108,40	0,00	ГП	Вафли,пряники,печенье	30	1,17	9,18	18,75	162,60	0,00
Итого	395	4,41	7,20	69,45	351,40	21,50		Итого	405	4,80	10,26	75,70	405,60	21,50
<b>Ужин</b>								<b>Ужин</b>						
Горох овощной отварной (консервированный)	100	3,10	0,20	6,50	40,00	10,00	13	Горох овощной отварной (консервированный)	100	3,10	0,20	6,50	40,00	10,00
Поджарка из рыбы	90	12,23	5,70	48,90	114,00	0,37	102	Поджарка из рыбы	120	16,31	7,60	65,20	152,00	0,49
Картофель отварной	180	3,46	7,98	24,18	182,36	14,40	60	Картофель отварной	180	3,46	7,98	24,18	182,36	14,40
Чай с лимоном	180	0,05	0,01	8,24	36,00	2,40	31	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	9,34	41,00	2,80

Хлеб пшеничный	25	2,13	0,34	11,13	56,27	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,41	0,55	17,81	90,02	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Итого	605	22,65	14,59	113,77	488,63	27,17		Итого	680	28,58	16,82	142,79	585,38	27,69
<b>Второй ужин</b>								<b>Второй ужин</b>						
Кисломолочный напиток	165	4,79	4,13	6,93	89,10	0,50	41	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35	4,20	4,31	22,23	113,05	0,00	ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	50	3,64	0,40	22,84	110,40	0,00
Итого	200	8,99	8,44	29,16	202,15	0,50		Итого	250	9,44	5,40	31,24	218,40	0,60
Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 3.3 гр., специй 2.2 гр.								Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 5.5 гр., специй 2.2 гр.						
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
<b>Итого за день</b>		90,58	84,52	429,06	2591,95	73,73		<b>Итого за день</b>		109,07	97,60	519,76	3108,48	77,85

Дети с 7-11 лет								Дети с 12 лет и старше						
День 2								День 2						
Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С	№ ТК (ТТК)	Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>								<b>Завтрак</b>						
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	7,91	10,20	29,47	243,00	1,96	17	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	7,91	10,20	29,47	243,00	1,96
Чай с молоком	180	2,95	2,26	11,68	78,79	0,63	5	Чай с молоком	200	3,17	2,31	12,63	83,97	0,74
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	4	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Бутерброд с маслом и сыром	54	6,29	10,67	14,88	181,23	0,11	106	Бутерброд с маслом и сыром	76	9,19	15,73	19,85	258,61	0,16
Итого	504	23,93	28,09	71,15	626,02	2,70		Итого	556	27,61	33,32	82,01	728,58	2,86
<b>Обед</b>								<b>Обед</b>						
Нарезка из свежих помидоров	100	1,10	0,20	3,80	23,00	25,00	20	Нарезка из свежих помидоров	110	1,21	0,22	4,18	25,30	27,50
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом и со сметаной	250	5,74	10,29	7,91	152	17,66	55	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом и со сметаной	250	5,74	10,29	7,91	152	17,66
Плов с мясом	240	12,20	15,95	53,06	406,00	3,15	90	Плов с мясом	280	14,23	18,61	61,90	473,67	3,68
Компот из свежих яблок и груш	180	0,14	0,12	11,59	48,00	2,70	30	Компот из свежих яблок и груш	200	0,16	0,14	13,00	54,00	3,00
Хлеб пшеничный	65	5,53	0,90	28,93	146,28	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,81	1,04	35,61	180,03	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00
Итого	865	25,29	27,82	120,11	835,28	48,51		Итого	970	29,74	30,90	147,30	985,00	51,84
<b>Полдник</b>								<b>Полдник</b>						
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00
Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50	ГП	Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50
Запеканка из творога с молоком сгущенным	200	36,01	25,08	42,89	562,00	0,90	95	Запеканка из творога с молоком сгущенным	220	43,14	29,58	49,11	658,00	1,06
Итого	575	39,64	26,16	99,84	805,00	22,40		Итого	595	46,77	30,66	106,06	901,00	22,56
<b>Ужин</b>								<b>Ужин</b>						
Маринад овощной с томатом	100	1,39	10,08	8,52	124,00	7,61	42	Маринад овощной с томатом	100	1,39	10,08	8,52	124,00	7,61
Птица отварная или тушенная птица	90	18,99	12,24	0,00	189,90	0,45	33	Птица отварная или тушенная птица	120	25,32	16,32	0,00	253,20	0,60
Пюре картофельное	180	3,69	8,72	21,69	191,70	21,54	10	Пюре картофельное	180	3,69	8,72	21,69	191,70	21,54

Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	16,67	83,00	180,00	7	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	18,64	93,00	200,00
Хлеб пшеничный	25	2,13	0,34	11,13	56,27	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,41	0,55	17,81	90,02	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Итого	605	28,49	31,99	72,83	704,87	209,60		Итого	680	36,73	36,43	86,42	831,92	229,75
<b>Второй ужин</b>								<b>Второй ужин</b>						
Кисломолочный напиток	165	4,79	4,13	6,93	89,10	0,50	41	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35	4,20	4,31	22,23	113,05	0,00	ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	50	3,64	0,40	22,84	110,40	0,00
Итого	200	8,99	8,44	29,16	202,15	0,50		Итого	250	9,44	5,40	31,24	218,40	0,60
Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 3.3 гр., специй 2.2 гр.								Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 5.5 гр., специй 2.2 гр.						
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
<b>Итого за день</b>		126,34	122,50	393,09	3173,32	283,71		<b>Итого за день</b>		150,29	136,71	453,03	3664,90	307,61

Дети с 7-11 лет								Дети с 12 лет и старше						
День 3								День 3						
Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С	№ ТК (ТТК)	Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>								<b>Завтрак</b>						
Каша манная молочная жидкая	200	7,43	8,70	32,66	241,00	1,96	35	Каша манная молочная жидкая	200	7,43	8,70	32,66	241,00	1,96
Кофейный напиток с молоком	180	3,48	3,27	12,52	88,00	1,10	88	Кофейный напиток с молоком	200	5,30	5,35	16,58	130,00	1,95
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	4	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Бутерброд с повидлом	50	3,08	0,32	26,18	119,00	0,05	99	Бутерброд с повидлом	70	4,24	0,44	36,81	166,75	0,08
Итого	500	20,77	17,25	86,48	571,00	3,11		Итого	550	24,31	19,57	106,11	680,75	3,99
<b>Обед</b>								<b>Обед</b>						
Нарезка из свежих помидор и огурцов	100	0,95	0,15	3,20	18,13	17,50	54	Нарезка из свежих помидор и огурцов	110	1,05	0,17	3,52	19,94	19,25
Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом птицы и со сметаной	250	4,25	11,44	8,93	167	8,61	28	Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом птицы и со сметаной	250	4,25	11,44	8,93	167	8,61
Рыба, тушеная в томате с овощами	90	11,32	2,07	0,68	66,00	0,60	56	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	15,09	2,76	0,91	88,00	0,80
Рис отварной с овощами	150	3,61	6,17	27,93	204,00	2,05	3	Рис отварной с овощами	180	4,32	7,40	33,39	244,20	2,46
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00
Хлеб пшеничный	65	5,53	0,90	28,93	146,28	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,81	1,04	35,61	180,03	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	60	3,36	0,72	29,64	120,00	0,00
Итого	885	28,34	21,29	104,69	736,41	32,76		Итого	1000	35,88	23,73	132,20	894,17	35,12
<b>Полдник</b>								<b>Полдник</b>						
Молоко пастеризованное	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60	ГП	Молоко пастеризованное	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50	ГП	Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50
Булочка домашняя	40	3,22	5,70	24,48	162,72	0,14	5	Булочка домашняя	80	6,43	11,41	48,96	325,44	0,29
Итого	415	11,65	11,58	70,83	438,72	20,24		Итого	455	14,86	17,29	95,31	601,44	20,39
<b>Ужин</b>								<b>Ужин</b>						
Горох овощной отварной (консервированный)	100	3,10	0,20	6,50	40,00	10,00	13	Горох овощной отварной (консервированный)	100	3,10	0,20	6,50	40,00	10,00

Жаркое по-домашнему	280	10,52	14,31	27,66	293,00	15,86	94	Жаркое по-домашнему	280	10,52	14,31	27,66	293,00	15,86	
Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,06	34,00	0,00	16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,13	39,00	0,00	
Хлеб пшеничный	25	2,13	0,34	11,13	56,27	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,41	0,55	17,81	90,02	0,00	
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	
Итого	615	17,43	15,21	68,17	483,27	25,86		Итого	660	19,27	15,54	80,86	542,02	25,86	
<b>Второй ужин</b>								<b>Второй ужин</b>							
Кисломолочный напиток	165	4,79	4,13	6,93	89,10	0,50	41	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60	
Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35	4,20	4,31	22,23	113,05	0,00	ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	50	3,64	0,40	22,84	110,40	0,00	
Итого	200	8,99	8,44	29,16	202,15	0,50		Итого	250	9,44	5,40	31,24	218,40	0,60	
Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 3.3 гр., специй 2.2 гр.								Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 5.5 гр., специй 2.2 гр.							
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>	
<b>Итого за день</b>		87,18	73,77	359,33	2431,55	82,47		<b>Итого за день</b>		103,76	81,53	445,72	2936,78	85,96	

Дети с 7-11 лет								Дети с 12 лет и старше						
День 4								День 4						
Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С	№ ТК (ТТК)	Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>								<b>Завтрак</b>						
Каша рисовая молочная жидкая	200	6,51	8,77	33,75	242,00	1,98	59	Каша рисовая молочная жидкая	200	6,51	8,77	33,75	242,00	1,98
Какао с молоком	180	3,28	3,27	12,35	92,00	1,10	11	Какао с молоком	200	5,27	5,46	16,48	136,00	1,95
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	4	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Бутерброд с маслом	50	3,12	7,47	19,81	158,70	0,00	97	Бутерброд с маслом	72	4,66	9,06	29,68	218,64	0,00
Итого	500	19,69	24,47	81,03	615,70	3,08		Итого	552	23,78	28,37	99,97	739,64	3,93
<b>Обед</b>								<b>Обед</b>						
Нарезка из свежих огурцов	100	0,80	0,10	2,60	14,00	10,00	82	Нарезка из свежих огурцов	110	0,88	0,11	2,86	15,40	11,00
Суп с рыбой	200	8,20	7,84	4,97	129,26	0,45	22	Суп с рыбой	250	10,25	9,80	6,21	161,58	0,56
Гуляш	90	15,88	15,01	4,53	217,80	1,39	39	Гуляш	120	21,17	20,02	6,04	290,40	1,85
Пюре картофельное	180	3,69	8,72	21,69	191,70	21,54	10	Пюре картофельное	180	3,69	8,72	21,69	191,70	21,54
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00
Хлеб пшеничный	65	5,53	0,90	28,93	146,28	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,81	1,04	35,61	180,03	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00
Итого	865	36,78	33,13	97,74	834,04	37,38		Итого	990	46,60	40,49	117,31	1014,11	38,95
<b>Полдник</b>								<b>Полдник</b>						
Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,06	34,00	0,00	16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,13	39,00	0,00
Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50	ГП	Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50
Вафли,пряники,печенье	20	0,78	6,12	12,50	108,40	0,00	ГП	Вафли,пряники,печенье	30	1,17	9,18	18,75	162,60	0,00
Итого	375	3,41	7,00	57,31	310,40	17,50		Итого	405	3,80	10,06	64,63	369,60	17,50
<b>Ужин</b>								<b>Ужин</b>						
Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,00	98	Овощи натуральные соленые	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00
Тефтели из говядины	90	10,89	14,42	11,98	221,40	2,70	70	Тефтели из говядины	120	14,52	19,22	15,97	295,20	3,60
Соус молочный с морковью	20	0,50	1,60	1,70	23,20	0,10	47	Соус молочный с морковью	30	0,70	2,40	2,60	34,80	0,10
Макаронные изделия отварные с овощами	150	5,12	4,65	29,50	174,19	2,42	66	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,15	5,59	35,40	209,03	2,91

Кисель из свежих ягод	180	0,09	0,03	20,24	81,63	1,08	87	Кисель из свежих ягод	200	0,11	0,04	26,79	107,89	1,20	
Хлеб пшеничный	25	2,13	0,34	11,13	56,27	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,41	0,55	17,81	90,02	0,00	
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	
Итого	555	20,89	21,46	90,39	624,49	9,30		Итого	710	27,93	28,38	120,03	829,94	12,81	
<b>Второй ужин</b>								<b>Второй ужин</b>							
Кисломолочный напиток	165	4,79	4,13	6,93	89,10	0,50	41	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60	
Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35	4,20	4,31	22,23	113,05	0,00	ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	50	3,64	0,40	22,84	110,40	0,00	
Итого	200	8,99	8,44	29,16	202,15	0,50		Итого	250	9,44	5,40	31,24	218,40	0,60	
Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 3.3 гр., специй 2.2 гр.								Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 5.5 гр., специй 2.2 гр.							
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>	
<b>Итого за день</b>		89,76	94,50	355,63	2586,78	67,76		<b>Итого за день</b>		111,55	112,70	433,18	3171,69	73,79	

Дети с 7-11 лет								Дети с 12 лет и старше						
День 5								День 5						
Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С	№ ТК (ТТК)	Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>								<b>Завтрак</b>						
Каша пшенная молочная жидкая	200	8,61	9,47	36,99	268,00	1,87	26	Каша пшенная молочная жидкая	200	8,61	9,47	36,99	268,00	1,87
Кофейный напиток с молоком	180	3,48	3,27	12,52	88,00	1,10	88	Кофейный напиток с молоком	200	5,30	5,35	16,58	130,00	1,95
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	4	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Бутерброд с маслом и сыром	54	6,29	10,67	14,88	181,23	0,11	106	Бутерброд с маслом и сыром	76	9,19	15,73	19,85	258,61	0,16
Итого	504	25,16	28,37	79,51	660,23	3,08		Итого	556	30,44	35,63	93,48	799,61	3,98
<b>Обед</b>								<b>Обед</b>						
Нарезка из свежих помидоров	100	1,10	0,20	3,80	23,00	25,00	20	Нарезка из свежих помидоров	110	1,21	0,22	4,18	25,30	27,50
Свекольник с мясом и со сметаной	250	4,92	9,26	12,46	166	8,98	62	Свекольник с мясом и со сметаной	250	4,92	9,26	12,46	166	8,98
Рыба, тушенная в сметанном соусе	120	15,95	10,61	5,35	181,09	3,99	8	Рыба, тушенная в сметанном соусе	120	15,95	10,61	5,35	181,09	3,99
Рис отварной с овощами	150	3,61	6,17	27,93	204,00	2,05	3	Рис отварной с овощами	180	4,32	7,40	33,39	244,20	2,46
Компот из сухофруктов	180	0,70	0,00	22,25	96,00	0,64	25	Компот из сухофруктов	200	0,99	0,00	29,05	126,00	0,90
Хлеб пшеничный	65	5,53	0,90	28,93	146,28	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,81	1,04	35,61	180,03	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00
Итого	895	33,49	27,50	115,54	876,37	40,66		Итого	990	35,79	29,13	144,74	1022,62	43,83
<b>Полдник</b>								<b>Полдник</b>						
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00
Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50	ГП	Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50
Вафли, пряники, печенье	20	0,78	6,12	12,50	108,40	0,00	ГП	Вафли, пряники, печенье	35	1,37	10,71	21,88	189,70	0,00
Итого	395	4,41	7,20	69,45	351,40	21,50		Итого	410	5,00	11,79	78,83	432,70	21,50
<b>Ужин</b>								<b>Ужин</b>						
Салат из моркови (свеклы) с сыром	80	2,13	6,53	4,73	88,00	2,81	36	Салат из моркови (свеклы) с сыром	100	2,66	8,16	5,91	110,00	3,51
Азу	280	11,20	14,38	30,65	310,00	16,64	74	Азу	280	11,20	14,38	30,65	310,00	16,64
Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,06	34,00	0,00	16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,13	39,00	0,00
Хлеб пшеничный	25	2,13	0,34	11,13	56,27	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,41	0,55	17,81	90,02	0,00

Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Итого	595	17,14	21,61	69,39	548,27	19,45		Итого	660	19,51	23,57	83,26	629,02	20,15
<b>Второй ужин</b>								<b>Второй ужин</b>						
Кисломолочный напиток	165	4,79	4,13	6,93	89,10	0,50	41	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35	4,20	4,31	22,23	113,05	0,00	ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	50	3,64	0,40	22,84	110,40	0,00
Итого	200	8,99	8,44	29,16	202,15	0,50		Итого	250	9,44	5,40	31,24	218,40	0,60
Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 3.3 гр., специй 2.2 гр.								Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 5.5 гр., специй 2.2 гр.						
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
<b>Итого за день</b>		89,19	93,12	363,05	2638,42	85,19		<b>Итого за день</b>		100,18	105,52	431,55	3102,35	90,06

Дети с 7-11 лет								Дети с 12 лет и старше						
День 6								День 6						
Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С	№ ТК (ТТК)	Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>								<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	9,13	10,31	32,25	258,33	1,52	44	Суп молочный с макаронными изделиями	200	9,13	10,31	32,25	258,33	1,52
Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,06	34,00	0,00	16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,13	39,00	0,00
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	4	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Бутерброд с маслом и сыром	54	6,29	10,67	14,88	181,23	0,11	106	Бутерброд с маслом и сыром	76	9,19	15,73	19,85	258,61	0,16
Итого	504	22,20	25,94	70,31	596,56	1,63		Итого	556	25,66	31,12	81,29	698,94	1,68
<b>Обед</b>								<b>Обед</b>						
Нарезка из свежих помидор и огурцов	100	0,95	0,15	3,20	18,13	17,50	54	Нарезка из свежих помидор и огурцов	110	1,05	0,17	3,52	19,94	19,25
Суп "Харчо", с мясом и со сметаной	250	6,06	10,65	21	195	7,96	51	Суп "Харчо", с мясом и со сметаной	250	6,06	10,65	21	195	7,96
Котлеты, биточки, шницели куриные	90	14,68	12,32	8,00	214,73	0,14	34,23	Котлеты, биточки, шницели куриные	120	19,58	16,42	10,66	286,30	0,19
Капуста тушеная	150	2,79	7,29	7,78	114,00	23,76	15	Капуста тушеная	180	3,35	8,75	9,34	136,80	28,51
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00
Хлеб пшеничный	65	5,53	0,90	28,93	146,28	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,81	1,04	35,61	180,03	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00
Итого	885	31,74	31,87	103,93	823,14	53,36		Итого	990	40,65	37,83	125,03	993,07	59,91
<b>Полдник</b>								<b>Полдник</b>						
Кисель из свежих ягод	180	0,09	0,03	20,24	81,63	1,08	87	Кисель из свежих ягод	200	0,11	0,04	26,79	107,89	1,20
Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50	ГП	Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50
Запеканка из творога с молоком сгущенным	220	36,01	25,08	42,89	562,00	0,90	95	Запеканка из творога с молоком сгущенным	260	43,14	29,58	49,11	658,00	1,06
Итого	575	38,73	25,99	99,88	811,63	19,48		Итого	635	45,88	30,50	112,65	933,89	19,76
<b>Ужин</b>								<b>Ужин</b>						
Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,81	3,17	5,20	52,65	6,48	64	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,35	5,29	8,66	87,75	10,80
Бефстроганов	120	21,17	20,02	6,04	290,40	1,85	89	Бефстроганов	120	21,17	20,02	6,04	290,40	1,85
Каша гречневая (прерловая) рассыпчатая	150	8,26	7,78	42,14	275,83	0,00	52,2	Каша гречневая (прерловая) рассыпчатая	180	10,30	9,33	50,57	330,90	0,00

Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	16,67	83,00	180,00	7	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	18,64	93,00	200,00
Хлеб пшеничный	25	2,13	0,34	11,13	56,27	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,41	0,55	17,81	90,02	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Итого	565	34,66	31,92	96,00	818,15	188,33		Итого	680	39,15	35,95	121,48	972,07	212,65
<b>Второй ужин</b>								<b>Второй ужин</b>						
Кисломолочный напиток	165	4,79	4,13	6,93	89,10	0,50	41	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35	4,20	4,31	22,23	113,05	0,00	ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	50	3,64	0,40	22,84	110,40	0,00
Итого	200	8,99	8,44	29,16	202,15	0,50		Итого	250	9,44	5,40	31,24	218,40	0,60
Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 3.3 гр., специй 2.2 гр.								Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 5.5 гр., специй 2.2 гр.						
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
<b>Итого за день</b>		136,32	124,16	399,28	3251,63	263,30		<b>Итого за день</b>		160,78	140,80	471,69	3816,37	294,60

Дети с 7-11 лет								Дети с 12 лет и старше						
День 7								День 7						
Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С	№ ТК (ТТК)	Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>								<b>Завтрак</b>						
Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	7,91	10,20	29,47	243,00	1,96	17	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	7,91	10,20	29,47	243,00	1,96
Кофейный напиток с молоком	180	3,48	3,27	12,52	88,00	1,10	88	Кофейный напиток с молоком	200	5,30	5,35	16,58	130,00	1,95
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	4	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Бутерброд с маслом и сыром	54	6,29	10,67	14,88	181,23	0,11	106	Бутерброд с маслом и сыром	76	9,19	15,73	19,85	258,61	0,16
Итого	504	24,46	29,10	71,99	635,23	3,17		Итого	556	29,74	36,36	85,96	774,61	4,07
<b>Обед</b>								<b>Обед</b>						
Нарезка из свежих огурцов	100	0,80	0,10	2,60	14,00	10,00	82	Нарезка из свежих огурцов	110	0,88	0,11	2,86	15,40	11,00
Суп с рыбой	200	8,20	7,84	4,97	129,26	0,45	22	Суп с рыбой	250	10,25	9,80	6,21	161,58	0,56
Картофельная запеканка с мясом	280	6,98	13,54	36,95	304,00	5,76	29	Картофельная запеканка с мясом	280	6,98	13,54	36,95	304,00	5,76
Компот из сухофруктов	180	0,70	0,00	22,25	96,00	0,64	25	Компот из сухофруктов	200	0,99	0,00	29,05	126,00	0,90
Хлеб пшеничный	65	5,53	0,90	28,93	146,28	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,81	1,04	35,61	180,03	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00
Итого	855	23,89	22,74	110,52	749,54	16,85		Итого	970	28,71	25,09	135,38	887,01	18,22
<b>Полдник</b>								<b>Полдник</b>						
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00
Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50	ГП	Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50
Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	40	5,32	5,91	16,02	138,40	0,19	69	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	80	10,64	11,82	32,03	276,80	0,38
Итого	415	8,95	6,99	72,97	381,40	21,69		Итого	455	14,27	12,90	88,98	519,80	21,88
<b>Ужин</b>								<b>Ужин</b>						
Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,00	98	Овощи натуральные соленые	100	0,80	0,10	1,70	13,00	5,00
Гуляш	90	15,88	15,01	4,53	217,80	1,39	39	Гуляш	120	21,17	20,02	6,04	290,40	1,85
Макаронные изделия отварные с овощами	150	5,12	4,65	29,50	174,19	2,42	66	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,15	5,59	35,40	209,03	2,91
Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,06	34,00	0,00	16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,13	39,00	0,00
Хлеб пшеничный	25	2,13	0,34	11,13	56,27	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,41	0,55	17,81	90,02	0,00

Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Итого	535	25,29	20,42	69,06	550,06	6,81		Итого	680	33,77	26,74	89,84	721,45	9,76
<b>Второй ужин</b>								<b>Второй ужин</b>						
Кисломолочный напиток	165	4,79	4,13	6,93	89,10	0,50	41	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35	4,20	4,31	22,23	113,05	0,00	ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	50	3,64	0,40	22,84	110,40	0,00
Итого	200	8,99	8,44	29,16	202,15	0,50		Итого	250	9,44	5,40	31,24	218,40	0,60
Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 3.3 гр., специй 2.2 гр.								Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 5.5 гр., специй 2.2 гр.						
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
<b>Итого за день</b>		91,58	87,69	353,70	2518,38	49,02		<b>Итого за день</b>		115,93	106,49	431,40	3121,27	54,53

Дети с 7-11 лет								Дети с 12 лет и старше						
День 8								День 8						
Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С	№ ТК (ТТК)	Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>								<b>Завтрак</b>						
Каша манная молочная жидкая	200	7,43	8,70	32,66	241,00	1,96	35	Каша манная молочная жидкая	200	7,43	8,70	32,66	241,00	1,96
Чай с молоком	180	2,95	2,26	11,68	78,79	0,63	5	Чай с молоком	200	3,17	2,31	12,63	83,97	0,74
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	4	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Бутерброд с маслом и сыром	54	6,29	10,67	14,88	181,23	0,11	106	Бутерброд с маслом и сыром	76	9,19	15,73	19,85	258,61	0,16
Итого	504	23,45	26,59	74,34	624,02	2,70		Итого	556	27,13	31,82	85,20	726,58	2,86
<b>Обед</b>								<b>Обед</b>						
Нарезка из свежих помидоров	100	1,10	0,20	3,80	23,00	25,00	20	Нарезка из свежих помидоров	110	1,21	0,22	4,18	25,30	27,50
Пельмени отварные с маслом сливочным	200/5	21,41	12,84	36,73	356	0,4	12	Пельмени отварные с маслом сливочным	250/6	26,74	16,03	45,87	444,57	0,49
Плов из отварной птицы	240	14,44	13,16	47,85	372,00	4,45	58	Плов из отварной птицы	300	24,86	20,29	50,59	485,00	4,60
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00
Хлеб пшеничный	65	5,53	0,90	28,93	146,28	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,81	1,04	35,61	180,03	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00
Итого	755	44,06	27,66	152,33	1032,28	33,85		Итого	926	62,21	38,38	181,15	1309,90	36,59
<b>Полдник</b>								<b>Полдник</b>						
Кисель из свежих ягод	180	0,09	0,03	20,24	81,63	1,08	87	Кисель из свежих ягод	200	0,11	0,04	26,79	107,89	1,20
Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50	ГП	Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50
Запеканка из творога с молоком сгущенным	220	36,01	25,08	42,89	562,00	0,90	95	Запеканка из творога с молоком сгущенным	260	43,14	29,58	49,11	658,00	1,06
Итого	575	38,73	25,99	99,88	811,63	19,48		Итого	635	45,88	30,50	112,65	933,89	19,76
<b>Ужин</b>								<b>Ужин</b>						
Горох овощной отварной (консервированный)	100	3,10	0,20	6,50	40,00	10,00	13	Горох овощной отварной (консервированный)	100	3,10	0,20	6,50	40,00	10,00
Рыба, тушеная в томате с овощами	90	11,32	2,07	0,68	66,00	0,60	56	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	15,09	2,76	0,91	88,00	0,80
Пюре картофельное	180	3,69	8,72	21,69	191,70	21,54	10	Пюре картофельное	180	3,69	8,72	21,69	191,70	21,54

Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00
Хлеб пшеничный	25	2,13	0,34	11,13	56,27	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,41	0,55	17,81	90,02	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Итого	625	22,92	11,89	75,02	488,97	36,14		Итого	680	28,53	12,91	86,87	564,72	36,34
<b>Второй ужин</b>								<b>Второй ужин</b>						
Кисломолочный напиток	165	4,79	4,13	6,93	89,10	0,50	41	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35	4,20	4,31	22,23	113,05	0,00	ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	50	3,64	0,40	22,84	110,40	0,00
Итого	200	8,99	8,44	29,16	202,15	0,50		Итого	250	9,44	5,40	31,24	218,40	0,60
Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 3.3 гр., специй 2.2 гр.								Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 5.5 гр., специй 2.2 гр.						
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
<b>Итого за день</b>		138,15	100,57	430,73	3159,05	92,67		<b>Итого за день</b>		173,19	119,01	497,11	3753,49	96,15

Дети с 7-11 лет								Дети с 12 лет и старше						
День 9								День 9						
Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С	№ ТК (ТТК)	Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>								<b>Завтрак</b>						
Каша "Дружба"	200	6,92	9,20	30,36	234,00	2,08	77	Каша "Дружба"	200	6,92	9,20	30,36	234,00	2,08
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	4	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Кофейный напиток с молоком	180	3,48	3,27	12,52	88,00	1,10	88	Кофейный напиток с молоком	200	5,30	5,35	16,58	130,00	1,95
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Бутерброд с маслом и сыром	54	6,29	10,67	14,88	181,23	0,11	106	Бутерброд с маслом и сыром	76	9,19	15,73	19,85	258,61	0,16
Итого	504	23,47	28,10	72,88	626,23	3,29		Итого	556	28,75	35,36	86,85	765,61	4,19
<b>Обед</b>								<b>Обед</b>						
Нарезка из свежих помидор и огурцов	100	0,95	0,15	3,20	18,13	17,50	54	Нарезка из свежих помидор и огурцов	110	1,05	0,17	3,52	19,94	19,25
Суп картофельный с рисовой крупой с мясом птицы	250	8,01	8,00	19,91	178,00	7,00	46	Суп картофельный с рисовой крупой с мясом птицы	250	8,01	8,00	19,91	178,00	7,00
Тефтели из говядины	90	10,89	14,42	11,98	221,40	2,70	70	Тефтели из говядины	120	14,52	19,22	15,97	295,20	3,60
Соус молочный с морковью	20	0,50	1,60	1,70	23,20	0,10	47	Соус молочный с морковью	30	0,70	2,40	2,60	34,80	0,10
Макаронные изделия отварные с овощами	150	5,12	4,65	29,50	174,19	2,42	66	Макаронные изделия отварные с овощами	180	6,15	5,59	35,40	209,03	2,91
Компот из сухофруктов	180	0,70	0,00	22,25	96,00	0,64	25	Компот из сухофруктов	200	0,99	0,00	29,05	126,00	0,90
Хлеб пшеничный	65	5,53	0,90	28,93	146,28	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,81	1,04	35,61	180,03	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	60	3,36	0,72	29,64	120,00	0,00
Итого	885	33,38	30,08	132,29	917,20	30,36		Итого	1030	41,59	37,14	171,70	1163,00	33,76
<b>Полдник</b>								<b>Полдник</b>						
Молоко пастеризованное	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60	ГП	Молоко пастеризованное	200	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50	ГП	Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50
Вафли, пряники, печенье	25	0,98	7,65	15,63	135,50	0,00	ГП	Вафли, пряники, печенье	35	1,37	10,71	21,88	189,70	0,00
Итого	400	9,41	13,53	61,98	411,50	20,10		Итого	410	9,80	16,59	68,23	465,70	20,10
<b>Ужин</b>								<b>Ужин</b>						
Сельдь с луком	60	4,67	4,31	0,26	58,80	0,32	86	Сельдь с луком	150	21,88	20,23	1,24	275,63	1,50
Жаркое по-домашнему	280	10,52	14,31	27,66	293,00	15,86	94	Жаркое по-домашнему	280	10,52	14,31	27,66	293,00	15,86
Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,06	34,00	0,00	16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,13	39,00	0,00

Хлеб пшеничный	25	2,13	0,34	11,13	56,27	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,41	0,55	17,81	90,02	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Итого	575	19,00	19,32	61,93	502,07	16,18		Итого	710	38,05	35,57	75,60	777,65	17,36
<b>Второй ужин</b>								<b>Второй ужин</b>						
Кисломолочный напиток	165	4,79	4,13	6,93	89,10	0,50	41	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35	4,20	4,31	22,23	113,05	0,00	ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	50	3,64	0,40	22,84	110,40	0,00
Итого	200	8,99	8,44	29,16	202,15	0,50		Итого	250	9,44	5,40	31,24	218,40	0,60
Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 3.3 гр., специй 2.2 гр.								Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 5.5 гр., специй 2.2 гр.						
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
<b>Итого за день</b>		94,25	99,47	358,24	2659,15	70,43		<b>Итого за день</b>		127,63	130,06	433,62	3390,36	76,01

Дети с 7-11 лет								Дети с 12 лет и старше						
День 10								День 10						
Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С	№ ТК (ТТК)	Прием пищи Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С
		Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>								<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с крупой	200	7,20	7,67	19,29	173,00	1,23	53	Суп молочный с крупой	200	7,20	7,67	19,29	173,00	1,23
Какао с молоком	180	3,28	3,27	12,35	92,00	1,10	11	Какао с молоком	200	5,27	5,46	16,48	136,00	1,95
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00	4	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00
Бутерброд с маслом и сыром	54	6,29	10,67	14,88	181,23	0,11	106	Бутерброд с маслом и сыром	76	9,19	15,73	19,85	258,61	0,16
Итого	504	23,55	26,57	61,64	569,23	2,44		Итого	556	29,00	33,94	75,68	710,61	3,34
<b>Обед</b>								<b>Обед</b>						
Нарезка из свежих огурцов	100	0,80	0,10	2,60	14,00	10,00	82	Нарезка из свежих огурцов	110	0,88	0,11	2,86	15,40	11,00
Рассольник ленинградский с перловой крупой с мясом и со сметаной	250	6,36	10,84	16,36	180	6,58	67	Рассольник ленинградский с перловой крупой с мясом и со сметаной	250	6,36	10,84	16,36	180	6,58
Рыба, тушенная в сметанном соусе	120	15,95	10,61	5,35	181,09	3,99	8	Рыба, тушенная в сметанном соусе	120	15,95	10,61	5,35	181,09	3,99
Пюре картофельное	180	3,69	8,72	21,69	191,70	21,54	10	Пюре картофельное	180	3,69	8,72	21,69	191,70	21,54
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00
Хлеб пшеничный	65	5,53	0,90	28,93	146,28	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	80	6,81	1,04	35,61	180,03	0,00
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	100,00	0,00
Итого	945	35,01	31,73	109,95	848,07	46,11		Итого	990	37,49	32,12	126,77	923,22	47,11
<b>Полдник</b>								<b>Полдник</b>						
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	ГП	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00
Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50	ГП	Фрукты свежие	175	2,63	0,88	36,75	168,00	17,50
Вафли,пряники,печенье	25	0,98	7,65	15,63	135,50	0,00	ГП	Вафли,пряники,печенье	35	1,37	10,71	21,88	189,70	0,00
Итого	400	4,61	8,73	72,58	378,50	21,50		Итого	410	5,00	11,79	78,83	432,70	21,50
<b>Ужин</b>								<b>Ужин</b>						
Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,81	3,17	5,20	52,65	6,48	64	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,35	5,29	8,66	87,75	10,80
Котлеты, биточки, шницели из говядины	90	15,43	12,73	14,41	233,10	0,27	85	Котлеты, биточки, шницели из говядины	120	20,57	16,97	19,21	310,80	0,36

Капуста тушеная	150	2,79	7,29	7,78	114,00	23,76	15	Капуста тушеная	180	3,35	8,75	9,34	136,80	28,51	
Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,06	34,00	0,00	16	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,13	39,00	0,00	
Хлеб пшеничный	25	2,13	0,34	11,13	56,27	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	40	3,41	0,55	17,81	90,02	0,00	
Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	60,00	0,00	ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	80,00	0,00	
Итого	535	22,84	23,89	61,40	550,02	30,51		Итого	680	30,92	32,04	83,91	744,37	39,67	
<b>Второй ужин</b>								<b>Второй ужин</b>							
Кисломолочный напиток	165	4,79	4,13	6,93	89,10	0,50	41	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60	
Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35	4,20	4,31	22,23	113,05	0,00	ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	50	3,64	0,40	22,84	110,40	0,00	
Итого	200	8,99	8,44	29,16	202,15	0,50		Итого	250	9,44	5,40	31,24	218,40	0,60	
Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 3.3 гр., специй 2.2 гр.								Норма на весь день:соли пищевой поваренной йодированной 5.5 гр., специй 2.2 гр.							
		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>	
<b>Итого за день</b>		95,00	99,36	334,73	2547,97	101,06		<b>Итого за день</b>		111,85	115,29	396,43	3029,30	112,22	

	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С			Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С
	Б	Ж	У					Б	Ж	У		
<b>Итого за 10 дней</b>	1038,4	979,7	3776,8	27558,2	1169,3		<b>Итого за 10 дней</b>	1264,2	1145,7	4513,5	33095,0	1268,8
<b>Среднее значение</b>	103,8	98,0	377,7	2755,8	116,9		<b>Среднее значение</b>	126,4	114,6	451,3	3309,5	126,9

Расчет продуктов питания, в гр. сырья на одного ребенка. НЕТО СЫРЬЕ

Дети 7-11 лет

День 1

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Какао	Кофейный напиток	Чай	Мясо + печень ( в переработке по таб.взаимоз.)	Птица	Рыба (сельдь)	Крахмал	Кисломолочный продукт	Молоко	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Соль	Специи	Дрожжи		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
Завтрак																																	
26	Каша пшеничная молочная жидкая				39							5										144				5							
11	Какао с молоком											8		3,7								85											
4	Яйцо отварное																											40					
ГП	Хлеб ржаной		30																														
97	Бутерброд с маслом	40																								10							
	Итого	40	30	0	39	0	0	0	0	0	0	13	0	3,7	0	0	0	0	0	0	0	229	0	0	0	15	0	40	0	0	0	0	
Обед																																	
82	Нарезка из свежих огурцов							100																									
40	Суп картофельный с бобовыми с мясом				25		47	26									24										5						
70	Тефтели из говядины			8	8			27									57										13						
47	Соус молочный с морковью			2				3														8				2							
66	Макаронные изделия отварные с овощами					43		37																		6							
25	Компот из сухофруктов										32	8																					
ГП	Хлеб пшеничный	65																															
ГП	Хлеб ржаной		30																														
	Итого	65	30	10	33	43	47	193	0	0	32	8	0	0	0	0	81	0	0	0	0	17	0	0	0	8	18	0	0	0	0	0	
Полдник																																	
ГП	Сок										200																						
ГП	Фрукты свежие								175																								
ГП	Вафли, пряники, печенье												20																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	175	200	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																																	
13	Горох овощной отварной (консервированный)							100																									
102	Поджарка из рыбы			6				23												91							8						
60	Картофель отварной						179																										
31	Чай с лимоном								6							1,1																	
ГП	Хлеб пшеничный	25																															
ГП	Хлеб ржаной		30																														
	Итого	25	30	6	0	0	179	123	6	0	0	8	0	0	0	1,1	0	0	91	0	0	0	0	0	0	8	8	0	0	0	0	0	
Второй ужин																																	
41	Кисломолочный напиток																				165												
ГП	Сухари (или батон, или сушки, или булочки, или баранки)	35																															
	Итого	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	165	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли, специй на весь день																													3,3	2,2		
	Итого за день	165	90	16	72	43	226	316	181	200	32	29	20	3,7	0	1,1	81	0	91	0	165	246	0	0	0	31	26	40	3,3	2,2	0	0	

Дети 7-11 лет

День 2

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Какао	Кофейный напиток	Чай	Мясо + печень ( в переработке по таб.взаимоз.)	Птица	Рыба (сельдь)	Крахмал	Кисломолочный продукт	Молоко	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Соль	Специи	Дрожжи		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
Завтрак																																	
1	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая				29							5										151				5							
5	Чай с молоком											8				1,1						100											
4	Яйцо отварное																											40					
ГП	Хлеб ржаной		30																														
106	Бутерброд с маслом и сыром	30																							15	9							
	Итого	30	30	0	29	0	0	0	0	0	0	13	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0	251	0	0	15	14	0	40	0	0	0	0	
Обед																																	
20	Нарезка из свежих помидоров							100																									
55	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом и со сметаной						27	68,5									24							10		5							
90	Плов с мясом				77			42									63									5	5						



№ ТК (ТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Какао	Кофейный напиток	Чай	Мясо + печень (в пересчете по таб.аппоз.)	Птица	Рыба (сельдь)	Крахмал	Кисломолочный продукт	Молоко	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Соль	Специи	Дрожжи			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32			
Завтрак																																		
59	Каша рисовая молочная жидкая				30							5										153				5								
11	Какао с молоком											8		3,7																				
ГП	Хлеб ржаной		30																															
4	Яйцо отварное																											40						
97	Бутерброд с маслом	40																								10								
	Итого	40	30	0	30	0	0	0	0	0	0	13	0	3,7	0	0	0	0	0	0	0	238	0	0	0	15	0	40	0	0	0	0		
Обед																																		
82	Нарезка из свежих огурцов							100																										
22	Суп с рыбой						90	16											43								4							
39	Гуляш			4				12,3									84										5							
10	Пюре картофельное						158														25				7									
ГП	Сок								200																									
ГП	Хлеб пшеничный	65																																
ГП	Хлеб ржаной		30																															
	Итого	65	30	4	0	0	248	128,3	0	200	0	0	0	0	0	0	84	0	43	0	0	25	0	0	0	7	9	0	0	0	0	0		
Полдник																																		
16	Чай с сахаром											8					1,1																	
ГП	Фрукты свежие								175																									
ГП	Вафли,пряники,печенье												20																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	175	0	0	8	20	0	0	1,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																																		
98	Овощи натуральные соленные							60																										
70	Тефтели из говядины			8	8			27									57					9					13							
47	Соус молочный с морковью			2				3														8				2								
66	Макаронные изделия отварные с овощами						43	37																	6									
87	Кисель из свежих ягод							18				13								11														
ГП	Хлеб пшеничный	25																																
ГП	Хлеб ржаной		30																															
	Итого	25	30	10	8	43	0	127	18	0	0	13	0	0	0	0	57	0	0	11	0	17	0	0	0	8	13	0	0	0	0	0		
Второй ужин																																		
41	Кисломолочный напиток																				165													
ГП	Сухари (или батон, или сушки, или булочки, или баранки)	35																																
	Итого	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	165	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли, специй на весь день																													3,3	2,2			
	Итого за день	165	90	14	38	43	248	255,3	193	200	0	34	20	3,7	0	1,1	141	0	43	11	165	280	0	0	0	30	22	40	3,3	2,2	0	0		
Дети 7-11 лет																																		
День 5																																		
№ ТК (ТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Какао	Кофейный напиток	Чай	Мясо + печень ( в пересчете по таб.аппоз.)	Птица	Рыба (сельдь)	Крахмал	Кисломолочный продукт	Молоко	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Соль	Специи	Дрожжи			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32			
Завтрак																																		
26	Каша пшеничная молочная жидкая				39							5										144				5								
88	Кофейный напиток с молоком											8			5,5							85												
4	Яйцо отварное																											40						
ГП	Хлеб ржаной		30																															
106	Бутерброд с маслом и сыром	30																							15	9								
	Итого	30	30	0	39	0	0	0	0	0	0	13	0	0	5,5	0	0	0	0	0	0	229	0	0	15	14	0	40	0	0	0	0		
Обед																																		
20	Нарезка из свежих помидоров							100																										
62	Свекольник с мясом и со сметаной						38	82,5				0,9					24							10			5							
8	Рыба, тушенная в сметанном соусе			0,7				64											122					11		10,7								
3	Рис отварной с овощами				52			31																		8								
25	Компот из сухофруктов										32	8																						
ГП	Хлеб пшеничный	65																																
ГП	Хлеб ржаной		30																															
	Итого	65	30	0,7	52	0	38	277,5	0	0	32	8,9	0	0	0	0	24	0	122	0	0	0	0	21	0	18,7	5	0	0	0	0	0		
Полдник																																		
ГП	Сок								200																									
ГП	Фрукты свежие							175																										
ГП	Вафли,пряники,печенье												20																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	175	200	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																																		
36	Салат из моркови (свеклы) с сыром							72,8																	5		5							



	Итого	30	30	0	29	0	0	0	0	0	0	13	0	0	5,5	0	0	0	0	0	236	0	0	15	14	0	40	0	0	0		
Обед																																
82	Нарезка из свежих огурцов																															
22	Суп с рыбой							90	16																							
29	Картофельная запеканка с мясом	6						256													109					18		6				
25	Компот из сухофруктов											32	8																			
ГП	Хлеб пшеничный	65																														
ГП	Хлеб ржаной		30																													
	Итого	71	30	0	0	0	0	346	116	0	0	32	8	0	0	0	0	0	0	109	0	43	0	0	0	18	4	6	0	0		
Подник																																
ГП	Сок									200																						
ГП	Фрукты свежие								175																							
69	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			21,8								2														20		0,8	0,1	2,8		1,1
	Итого	0	0	21,8	0	0	0	0	175	200	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0	0,8	0,1	2,8	0	1,1	
Ужин																																
98	Овощи натуральные соленные							60																								
39	Гуляш			4				12,3																				5				
66	Макаронные изделия отварные с овощами				43			37																			6					
16	Чай с сахаром											8																				
ГП	Хлеб пшеничный	25																														
ГП	Хлеб ржаной		30																													
	Итого	25	30	4	0	43	0	109,3	0	0	0	8	0	0	0	0	1,1	84	0	0	0	0	0	0	0	6	5	0	0	0		
Второй ужин																																
41	Кисломолочный напиток																															
ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35																														
	Итого	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Норма соли, специй на весь день																															
	Итого за день	161	90	25,8	29	43	346	225,3	175	200	32	31	0	0	5,5	1,1	193	0	43	0	165	236	20	0	15	38,8	9,1	48,8	3,3	2,2	1,1	
Дети 7-11 лет																																
День 8																																
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Какао	Кофейный напиток	Чай	Мясо + печень (в пересчете по таб. вложения)	Птица	Рыба (сельдь)	Крашенил	Кисломолочный продукт	Молоко	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Соль	Специи	Дрожжи	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	
Завтрак																																
35	Каша манная молочная жидкая				30							5																				
5	Чай с молоком											8																				
4	Яйцо отварное																															
ГП	Хлеб ржаной		30																													
106	Бутерброд с маслом и сыром	30																														
	Итого	30	30	0	30	0	0	0	0	0	0	13	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0	0	251	0	0	15	9	0	40	0	0	
Обед																																
20	Нарезка из свежих помидоров							100																								
12	Пельмени отварные с маслом сливочным			58				8				0,096					80									5		10				
58	Плов из отварной птицы				69			35											117								9					
ГП	Сок									200																						
ГП	Хлеб пшеничный	65																														
ГП	Хлеб ржаной		30																													
	Итого	65	30	58	69	0	0	143	0	200	0	0,096	0	0	0	0	80	117	0	0	0	0	0	0	0	5	9	10	0	0		
Подник																																
87	Кисель из свежих ягод								18			13																				
ГП	Фрукты свежие									175																						
95	Запеканка из творога с молоком стученным	6		0	13	0	0	0	193	0	0	13	0	0	0	0	0	0	0	0	11	0	125	177	6	6	0	5	0	0		
	Итого	6	0	0	13	0	0	0	193	0	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0	11	0	125	177	6	0	6	0	5	0	0	
Ужин																																
13	Горох овощной отварной (консервированный)							100																								
56	Рыба, тушеная в томате с овощами							9,2				0,3								92								1,5				
10	Пюре картофельное						158																25			7						
ГП	Сок									200																						
ГП	Хлеб пшеничный	25																														
ГП	Хлеб ржаной		30																													
	Итого	25	30	0	0	158	109,2	0	200	0	0,3	0	0	0	0	0	0	92	0	0	0	25	0	0	0	7	1,5	0	0	0		
Второй ужин																																
41	Кисломолочный напиток																															
ГП	Сухари (или батон, или сушки, или бублики, или баранки)	35																														
	Итого	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	165	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Норма соли, специй на весь день																															
	Итого за день	161	90	58	112	0	158	252,2	193	400	0	39,4	0	0	0	1,1	80	117	92	11	165	401	177	6	15	32	10,5	55	3,3	2,2	0	
Дети 7-11 лет																																

День 9																																	
№ ТК (ТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Какао	Кофейный напиток	Чай	Мясо + печень (в перерыве по таб.заявл.)	Птица	Рыба (сельдь)	Крахмал	Кисломолочный продукт	Молоко	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штуки)	Соль	Специи	Дрожжи		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
Завтрак																																	
77	Каша "Дружба"				26							5										160				5							
88	Кофейный напиток с молоком											8			5,5							85											
4	Яйцо отварное																											40					
ГП	Хлеб ржаной		30																														
106	Бутерброд с маслом и сыром	30																							15	9							
	Итого	30	30	0	26	0	0	0	0	0	0	13	0	0	5,5	0	0	0	0	0	0	245	0	0	15	9	0	40	0	0	0	0	
Обед																																	
54	Нарезка из свежих помидор и огурцов							100																									
46	Суп картофельный с рисовой крупой с мясом птицы				5		71	23										21								5							
70	Тефтели из говядины			8	8			27									57					9				13							
47	Соус молочный с морковью			2				3														8				2							
66	Макаронные изделия отварные с овощами					43		37																		6							
25	Компот из сухофруктов										32	8																					
ГП	Хлеб пшеничный	65																															
ГП	Хлеб ржаной		30																														
	Итого	65	30	10	13	43	71	190	0	0	32	8	0	0	0	0	57	21	0	0	0	17	0	0	0	8	18	0	0	0	0	0	
Подник																																	
ГП	Молоко пастеризованное																					200											
ГП	Фрукты свежие							175																									
ГП	Вафли, пряники, печенье											25																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	175	0	0	0	25	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																																	
86	Сельдь с луком							6																			4						
94	Жаркое по-домашнему						192	20									63									11							
16	Чай с сахаром											8					1,1																
ГП	Хлеб пшеничный	25																															
ГП	Хлеб ржаной		30																														
	Итого	25	30	0	0	0	192	26	0	0	0	8	0	0	0	1,1	63	0	51	0	0	0	0	0	0	11	4	0	0	0	0	0	
Второй ужин																																	
41	Кисломолочный напиток																					165											
ГП	Сухари (или батон, или сушки, или булочки, или баранки)	35																															
	Итого	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	165	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли, специй на весь день												25																		3,3	2,2	
	Итого за день	155	90	10	39	43	263	216	175	0	32	29	25	0	5,5	1,1	120	21	51	0	165	462	0	0	15	33	22	40	3,3	2,2	0	0	
Дети 7-11 лет																																	
День 10																																	
№ ТК (ТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Какао	Кофейный напиток	Чай	Мясо + печень (в перерыве по таб.заявл.)	Птица	Рыба (сельдь)	Крахмал	Кисломолочный продукт	Молоко	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штуки)	Соль	Специи	Дрожжи		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32		
Завтрак																																	
53	Суп молочный с крупой				16							2										190				1,6							
11	Какао с молоком											8		3,7								85											
4	Яйцо отварное																											40					
ГП	Хлеб ржаной		30																														
106	Бутерброд с маслом и сыром	30																							15	9							
	Итого	30	30	0	16	0	0	0	0	0	0	10	0	3,7	0	0	0	0	0	0	0	275	0	0	15	9	0	40	0	0	0	0	
Обед																																	
82	Нарезка из свежих огурцов							100																									
67	Рассольник ленинградский с перловой крупой с мясом и со сметаной				3		66	24									24							10		5							
8	Рыба, тушеная в сметанном соусе			0,7				64											122							10,7							
10	Пюре картофельное						158															25		11		7							
ГП	Сок								200																								
ГП	Хлеб пшеничный	65																															
ГП	Хлеб ржаной		30																														
	Итого	65	30	0,7	3	0	224	188	0	200	0	0	0	0	0	0	24	0	122	0	0	25	0	21	0	17,7	5	0	0	0	0	0	
Подник																																	
ГП	Сок								200																								
ГП	Фрукты свежие							175																									
ГП	Вафли, пряники, печенье											25																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	175	200	0	0	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																																	

















**ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД  
К ПРИМЕРНОМУ ЦИКЛИЧНОМУ МЕНЮ  
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С 7 ЛЕТ И СТАРШЕ**

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 1****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая**Номер рецептуры:** 109**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Хлопья овсяные «Геркулес»	29	29	29	29
Молоко	151	151	151	151
Вода	20	20	20	20
Сахар	5	5	5	5
Масса каши		195		195
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,91	10,2	29,47	243	1,96

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,91	10,2	29,47	243	1,96

**Технология приготовления**

Подготовленные хлопья засыпают в кипящую жидкость (молоко с водой), добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая, пока каша не загустеет, затем плотно закрывают

крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом. Кашу отпускают с маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

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

Запах: свойственный данному виду крупы и молока.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 2

**Наименование изделия:** Каша перловая рассыпчатая

**Номер рецептуры:** 257

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа перловая	50	50	60	60
Вода	120	120	144	144
Масса каши		144		173
Масло сливочное	6	6	7	7
Выход с маслом		150		180

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,94	6,84	30,77	208,19	0

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,92	8,21	36,92	249,82	0

### Технология приготовления

Крупы просеивают, перебирают и промывают. При этом удаляют мучель и посторонние примеси. Просеивают крупы в зависимости от величины ядер или частиц через сита с разными размерами ячеек.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость, варят 30 минут, после чего воду сливают, добавляют кипящую воду по рецептуре и варят до загустения при слабом кипении. Добавляют половину растопленного и доведенного до кипения сливочного масла и доводят до готовности на пару или на водяной бане (температура 100°C) или в жарочном шкафу

при температуре 140°С, затем взрыхляют, добавляют растопленное и доведенное до кипения сливочное масло.

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом.

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: серый.

Вкус: перловой каши в сочетании с маслом сливочным.

Запах: перловой каши в сочетании с маслом сливочным.

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 3

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рис отварной с овощами

**Номер рецептуры:** 224

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	52	52	62	62
Вода	312	312	372	372
Масло сливочное	6	6	7	7
Выход		125		150
Морковь с 1 января до 31 августа	28	21	35	26
Лук репчатый	12	10	14	12
Масло сливочное для пассерования	2	2	3	3
Масса пассерованных овощей		25		30
Выход		150		180

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,61	6,17	27,93	204	2,05

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,32	7,4	33,39	244,2	2,46

#### Технология приготовления

Рис перебирают, промывают многократно в теплой воде. Подготовленную крупу всыпают в кипящую воду (6 л воды, 40 г. соли на 1 кг. риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают воде стечь, без последующей промывки. Заправляют маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения, добавляют пассерованные овощи, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160° С 5 минут.

Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук нарезают полукольцами, затем бланшируют. Овощи слегка пассеруют со сливочным маслом (можно с добавлением овощного отвара).

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются. Форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная.

Цвет: от белого до кремового.

Вкус: отварного риса с овощами.

Запах: отварного риса с овощами.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 4

Наименование кулинарного изделия (блюда): Яйцо отварное

Номер рецептуры: 300

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г.

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

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,1	4,6	0,3	63	0

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,1	4,6	0,3	63	0

### Технология приготовления

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

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

Температура подачи не ниже +15°C.

### Требования к качеству

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

Консистенция: умеренно плотная.

Цвет: белок - белый, желток - желтый.

Вкус: свежего вареного яйца, приятный.

Запах: слабовыраженный сероводорода.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 5****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Чай с молоком**Номер рецептуры:** 297**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	1,1	1,1	2,2	2,2
Вода	36	36	40	40
Чай-заварка		36		40
Сахар	8	8	9	9
Молоко	100	100	100	100
Вода	36	36	51	51
Выход		180		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
2,95	2,26	11,68	78,79	0,63

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
3,17	2,31	12,63	83,97	0,74

**Технология приготовления**

В стакан или чашку заливают заварку чая, добавляют сахар, кипяток и кипяченое молоко.

Температура подачи не ниже 75°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: жидкость налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: молочный.

Вкус: сладкий, чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю с молоком.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 6****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Компот из ягод**Номер рецептуры:**507**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, Уральский региональный центр питания, 2013 г., под общ. ред. проф. Первалова А.Я.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Ягоды в ассортименте	31	30	31	30
Сахар-песок	11	11	12	12
Вода	164	164	163	263
Выход		200		200

**Химический состав на 1 порцию**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
0,30	0,12	13,17	57,00
дети с 12 лет и старше			
0,30	0,12	14,17	61,00

**Технология приготовления**

В горячей воде растворяют сахар, кладут подготовленные ягоды, доводят до кипения, снимают с плиты, охлаждают.

Температура подачи не выше 20°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: компот налит в стакан или кружку.

Консистенция: компота - жидкая, ягод - мягкая.

Цвет: соответствует виду ягод.

Вкус: сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду ягод.

Запах: соответствует виду ягод.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 7

Наименование кулинарного изделия (блюда): Напиток из шиповника

Номер рецептуры: 289

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Шиповник (целые плоды)	18	18	20	20
Сахар	8	8	9	9
Вода	213	213	236	236
Выход		180		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,61	0,25	16,67	83,00	180,00

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,68	0,28	18,64	93,00	200,00

### Технология приготовления

Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают, для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 минут. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи не выше 20°C.

### Требования к качеству

Внешний вид: жидкость налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: красно-коричневый.

Вкус: шиповника, сладковатый.

Запах: шиповника.

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 8

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рыба, тушенная в сметанном соусе

**Номер рецептуры:** 171

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Терпуг неразделанный	264	122	264	122
Или минтай без головы порошенный	186	122	186	122
Или хек без головы потрошенный	172	122	172	122
Или горбуша потрошенная с головой	182	122	182	122
Вода или бульон	36	36	36	36
Морковь с 1 января до 31 августа	56	42	56	42
Лук репчатый	19	16	19	16
Томатная паста	6	6	6	6
Масло сливочное	10	10	10	10
Масса тушеной рыбы		100		100
Соус сметанный		34		34
Сметана	11	11	11	11
Мука пшеничная	0,7	0,7	0,7	0,7
Вода или отвар	13	13	13	13
Масса белого соуса		22		22
Масло сливочное	0,7	0,7	0,7	0,7
Выход соуса		22		22
Выход		120		120

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества	Витамин С, мг
------------------	---------------

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
15,95	10,61	5,35	181,09	3,99

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
15,95	10,61	5,35	181,09	3,99

#### **Технология приготовления**

Порционные куски рыбы, нарезанные на филе без кожи и костей, укладывают в лоток или противень, смазанный маслом сливочным, на слой шинкованных овощей, добавляют горячий рыбный бульон или воду на 1/3 высоты занимаемой рыбой, соль и припускают при закрытой крышке 10-15 мин, затем бульон сливают, на его основе готовят соус сметанный. Рыбу заливают соусом сметанным, тушат 10 минут.

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

Температура подачи не ниже 65°C.

#### **Требования к качеству**

Внешний вид: целый припущенный кусок рыбы, уложен на тарелку и полит соусом, сбоку - гарнир.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

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

Вкус: рыбы в сочетании с соусом, умеренно соленый.

Запах: рыбный, с ароматом соуса.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 9****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Соус сметанный**Номер рецептуры:** 263**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сметана	15	15	15	15
Мука пшеничная	1	1	1	1
Вода или отвар	17	17	17	17
Масса белого соуса		30		30
Масло сливочное	1	1	1	1
Выход		30		30

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,45	4,99	1,53	51,82	0,05

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,45	4,99	1,53	51,82	0,05

**Технология приготовления**

Для белого соуса пассеруют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70 ° С выливают ¼ часть горячей воды или отвара и вымешивают.

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

Температура подачи не ниже 65°С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса.

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: от белого до светло-кремового.

Вкус и запах: умеренно соленый, свежей сметаны.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 10

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Пюре картофельное

**Номер рецептуры:** 241

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель с 1 марта до 31 августа	264	158	264	158
Молоко	25	25	25	25
Масса кипяченого молока		24		24
Масло сливочное	7	7	7	7
<b>Выход</b>		<b>180</b>		<b>180</b>

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,69	8,72	21,69	191,70	21,54

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,69	8,72	21,69	191,70	21,54

### Технология приготовления

При изготовлении картофельного пюре используется овощепротирачная машина.

Очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50 см), солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель 1 см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Готовый вареный картофель обсушивают, протирают через протирачную машин. Температура картофеля должна быть не менее 80 С. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, масло сливочное растопленное и доведенное до кипения. Пюре доводят до температуры 100° С, постоянно помешивая и прогревают 5-6 мин.

Температура подачи не ниже 65°С.

### Требования к качеству

Внешний вид: протертая картофельная масса.

Консистенция: пышная, густая, 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 с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 11****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Какао с молоком**Номер рецептуры:** 508**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Какао - порошок	3,7	3,7	4,4	4,4
Молоко	85	85	150	150
Вода	107	107	63	63
Сахар	8	8	9	9
Выход		180		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,28	3,27	12,35	92,00	1,10

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,27	5,46	16,48	136,00	1,95

**Технология приготовления**

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

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-шоколадный.

Вкус: сладкий, с привкусом какао и молока.

Запах: свойственный какао и молоку.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 12**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Пельмени отварные с маслом сливочным

**Номер рецептуры:** 390,391,392

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

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Тесто для пельменей				
Мука пшеничная	58	58	573	73
Яйца	1/7 шт.	6	1/5 шт.	8
Вода	22	22	28	28
Пельмени мясные				
Тесто для пельменей		85		106
Говядина 1 категории бескостная	88	80	110	100
Или говядина на кости	109	80	136	100
Лук репчатый	10	8	12	10
Сахар	0,096	0,096	0,12	0,12
Вода	18	18	23	23
Масса фарша		104		130
Яйцо для смазки	1/10 шт.	4	1/8 шт.	5
Пельмени (полуфабрикат собственного производства)		186		233
Масса вареных пельменей		200		250
Масло сливочное	5	5	6	6
Выход с маслом сливочным		200/5		250/6

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
21,41	12,84	36,73	356	0,4

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
26,74	16,03	45,87	444,57	0,49

**Технология приготовления**

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

Подготовленныепельмени отпускают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг пельменей 4 л. воды и 20 г. соли), доводят до кипения и продолжают варить при слабом кипении 5-7 минут. Когда пельмени всплывут на поверхность, их вынимают широкой шумовкой с крупными отверстиями и дуршлагом и порционируют.

Для приготовления теста для пельменей: муку засыпают в тестомесильную машину, добавляют нагретую до 30-35° С воду, яйца, соль и замешивают до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Подготовленное тесто выдерживают 30-40 минут для набухания клейковины и придания тесту эластичности, после чего используют для приготовления пельменей.

Для приготовления фарша: котлетное мясо и лук измельчают на мясорубке, добавляют соль, сахар и холодную воду, затем все тщательно перемешивают.

Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 1,5-2 мм. Край раскатанного пласта толщиной шириной 5-6 см смазывают яйцами.

На середину смазанной полосы, вдоль нее, кладут рядом рядами шарики фарша массой 7-8 г на расстоянии 3-4 см один от другого. Затем края смазанной полосы теста приподнимают, накрывают фарш, после чего вырезают пельмени специальным приспособлением или формочкой с заостренными краями и с затупленным ободком (для зажима). Масса одной штуки должна быть 12-13 г. оставшиеся обрезки теста без фарша используют при повторной раскатке. Сформованные пельмени укладывают в один ряд на обсыпанные мукой деревянные лотки.

Подают пельмени с растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* форма пельменей сохранена, политы растопленным сливочным малом.

*Консистенция:* пельменей мягкая.

*Цвет:* пельменей - белый, на разрезе (мяса) - серый.

*Вкус:* солоноватый.

*Запах:* мяса.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 13****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Горох овощной отварной (косервированный)**Номер рецептуры:** 131**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов- Сборник рецептов блюд м кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Горошек зеленый консервированный	154	154	154	154
Масса отварного зеленого горошка (без жидкой части)		100		100
Выход		100		100

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
3,1	0,2	6,5	40	10

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
3,1	0,2	6,5	40	10

**Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Горошек консервированный кипятят в собственном соку с момента закипания 5 минут, сливают отвар, охлаждают, и порционируют.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

**Требования к качеству**

Внешний вид: горошек зеленый уложен на тарелочку.

Консистенция: мягкая.

Цвет: зеленый.

Вкус и запах: зеленого горошка.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 14**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рагу овощное с птицей

**Номер рецептуры:** 214

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Цыплята 1 категории потрошенные	94	82	94	82
Масло растительное	2	2	2	2
Масса тушеной птицы		57		57
Картофель с 1 марта до 31 августа	125	75	125	75
Морковь с 1 января до 31 августа	25	19	25	19
Капуста белокочанная	19	15	19	15
Томатная паста	2	2	2	2
Лук репчатый	13	11	13	11
Масло сливочное	5	5	5	5
Мука пшеничная	1	1	1	1
Масса гарнира и соуса		143		143
Выход		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
12,44	16,63	16,37	272	8,91

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества	Витамин С, мг

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
12,44	16,63	16,37	272	8,91

#### **Технология приготовления**

Курицу отваривают, порционируют. Отварные тушки птицы нарубают на куски добавляют пассерованную томатную пасту и тушат 30-40 мин. Бульон оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус, которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют нарезанные кусочками картофель, капусту белокочанную свежую, морковь, лук и тушат 15-20 мин.

Отпускают рагу вместе с соусом и гарниром.

Температура подачи не ниже 65°C.

#### **Требования к качеству**

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

Консистенция: сочная, мягкая.

Цвет: оранжевый.

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

Запах: свойственный мясу птицы, томата и овощей.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 15

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Капуста тушеная

Номер рецептуры: 235

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста свежая	198	158	238	190
Масло растительное	8	8	10	10
Томатная паста	4	4	5	5
Морковь с 1 января до 31 августа	12	9	15	11
Лук репчатый	11	9	13	11
Мука пшеничная	0,8	0,8	1	1
Выход		150		180

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,79	7,29	7,78	114,00	23,76

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,35	8,75	9,34	136,80	28,51

### Технология приготовления

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), пассерованное томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные

соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, солью и вновь доводят до кипения.

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

При отпуске можно посыпать мелко нарубленной зеленью. Овощи и зелень, предназначенные для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, выдерживаются в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук, морковь в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей и пряностей.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 16**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Чай с сахаром

**Номер рецептуры:** 300, 301

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	1,1	1,1	2,2	2,2
Вода	45	45	50	50
Чай-заварка		45		50
Сахар	8	8	9	9
Вода	127	12	141	141
Выход с сахаром		180		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,00	0,00	8,06	34,00	0,00

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,00	0,00	9,13	39,00	0,00

**Технология приготовления**

В стакан или чашку заливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан или чашку или подают отдельно.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: золотисто-коричневый.

Вкус: сладкий, чуть терпкий.

Запах: свойственный чаю.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 17

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Омлет натуральный

**Номер рецептуры:** 132

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца	2 шт.	80	2 шт.	80
Молоко	50	50	50	50
Масло омлетной смеси		129		129
Масло сливочное	3,5	3,5	3,5	3,5
Масса готового омлета		125		125
Масло сливочное	3	3	3	3
<b>Выход</b>		<b>128</b>		<b>128</b>

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
11,13	14,87	2,96	189	0,65

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
11,13	14,87	2,96	189	0,65

### Технология приготовления

Обработку яиц перед использованием проводят в следующем порядке: I – мытье в воде с температурой 40-45°C и добавлением 1-2 % раствора кальцинированной соды; II – замачивание в воде с температурой 40-45°C и добавлением хлорамина (0,5% раствор); III – ополаскивание проточной водой с температурой 40-45°C до удаления остатков дезинфицирующего средства, с

последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

Яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретый противень слоем 2,5-3 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200° С в течение 8-10 минут до образования легкой румяной корочки. Перед подачей нарезают омлет на порции, поливают растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом

Хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре 4+-2°С.

Температура подачи не ниже 65°С.

#### **Требования к качеству**

Внешний вид: поверхность омлета полита сливочным маслом.

Консистенция: пористая, поверхность слегка зарумянена.

Цвет: желтый.

Вкус: входящих компонентов.

Запах: входящих компонентов.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 18**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Птица (филе), тушенная сметанном соусе

**Номер рецептуры:** 231

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

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Цыплята 1 категории потрошенные				
Или филе куриное	63	62	84	83
Масса отварного филе		45		60
Соус сметанный		45		60
Сметана	12	12	16	16
Мука пшеничная	4	4	5	5
Вода или отвар	33	33	44	44
Выход		90		120

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
9,5	8,9	3,0	113	0,04

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
12,00	11,87	4,00	150,67	0,05

**Технология приготовления**

Филе птицы (полуфабрикат) нарезают на порционные куски, припускают до готовности. Бульон от припускания используют для приготовления соуса. Соус отпускают с припущенным филе, доводят до кипения и тушат в посуде с закрытой крышкой 15-20 минут при слабом кипении. Отпускают с соусом, в котором тушились.

Соус сметанный. Просеянную муку подсушивают до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70° С. вливают ¼ часть горячей воды или отвара и вымешивают. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 минут, процеживают и снова доводят до кипения

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: кусочки птицы в сметанном соусе.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: белый.

Вкус и запах: тушеной птицы в соусе.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 19**

**Наименование изделия:** Суп картофельный с мясными фрикадельками

**Номер рецептуры:**39

**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			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель с 1 марта до 31 августа	144	86	144	86
Морковь с 1 января до 31 августа	12	9	12	9
Лук репчатый	5	4	5	4
Масло растительное	5	5	5	5
Бульон или вода	151	151	151	151
Выход		215		215
Фрикадельки мясные готовые		35		35
Фарш для фрикаделек:				
Говядина 1 категории бескостная	46	40	46	40
Лук репчатый	5	4	5	4
Молоко	4	4	4	4
Яйца	1/16 шт.	2,5	1/16 шт.	2,5
Масса полуфабриката		18		18
Выход фрикаделек		35		35
Выход супа с мясными фрикадельками		215/35		215/35

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества	Витамин С, мг
------------------	---------------

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,50	8,15	14,49	193,25	10,53

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,50	8,15	14,49	193,25	10,53

### Технология приготовления

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют 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 томатной пасты.

Для приготовления фрикаделек:

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

Мясо в тушах, половинах и четвертинах перед обвалкой тщательно зачищают, срезают клейма, удаляют сгустки крови, затем промывают проточной водой при помощи щетки.

Мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с бланшированным 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.

Температура подачи не ниже 75° С.

### Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки (не разрезаны и не помяты). Фрикадельки одинакового размера

Консистенция: картофель и овощи мягкие; фрикадельки упругие, сочные, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: умеренно соленый, картофеля и пассерованных овощей.

Запах: мясных экстрактивных веществ, пассерованных овощей и картофеля.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 20****Наименование изделия:** Нарезка из свежих помидоров**Номер рецептуры:** 70**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	102	100	112	110
Выход		100		110

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,10	0,2	3,8	23	25,0

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,21	0,22	4,18	25,30	27,50

**Технология приготовления**

Овощи и зелень, предназначенные для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, выдерживаются в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой.

У помидоров отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают дольками или кружочками непосредственно перед отпуском и подают.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

**Требования к качеству**

Внешний вид: форма сохранена.

Консистенция: мягкая.

Цвет: красный.

Вкус: свежих помидоров.

Запах: помидоров свежих.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 21**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Голубцы ленивые

**Номер рецептуры:** 178

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	40	36	53	48
Крупа рисовая	5	5	6	6
Масса отварного риса		13		17
Лук репчатый	6	5	8	7
Масло сливочное	3	3	4	4
Масса пассерованного лука		3		4
Капуста белокочанная	68	54	90	72
Масса отварной капусты		50		67
Масса полуфабриката		102		136
Масса готовых голубцов		90		120
<b>Выход</b>		<b>90</b>		<b>120</b>

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,41	4,82	5,38	102,60	11,21

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	

	г	г	ккал	
9,88	6,42	7,18	136,80	14,94

### **Технология приготовления**

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

Варят рассыпчатую рисовую кашу. Бланшированный лук пассеруют в половинном количестве сливочного масла, белокочанную капусту нарезают мелкой рубкой, припускают в кипящей подсоленной воде до полуготовности, выкладывают в дуршлаг, чтобы стекла вода. Мясо пропускают через мясорубку. Подготовленный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом и капустой. Массу хорошо вымешивают, формируют овальные колбаски, по 1 шт. на порцию, складывают в противень, добавляют воду, сливочное масло и тушат в жарочном шкафу 30 минут при температуре 250 С.

Температура подачи не ниже 65°C.

### **Требования к качеству**

Внешний вид: форма сохранена.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: на разрезе-светло-серый.

Вкус: в меру соленые, мяса и капусты.

Запах: мяса и капусты.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 22****Наименование изделия:** Суп с рыбой**Номер рецептуры:**165**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			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Бульон рыбный				
Терпуг неразделанный	94	43	117	54
Или минтай без головы порошенный	66	43	82	54
Или хек без головы потрошенный	61	43	76	54
Или горбуша потрошенная с головой	64	43	80	54
Масса отварной рыбы		35		44
Картофель с 1 марта до 31 августа	150	90	189	113
Морковь с 1 января до 31 августа	11	8	13,3	10
Лук репчатый	10	8	12	10
Масло сливочное	4	4	5	5
Выход		200		250

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,20	7,84	4,97	129,26	0,45

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
10,25	9,80	6,21	161,58	0,56

**Технология приготовления**

Из рыбных отходов варят бульон, процеживают. В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный дольками или кубиками, доводят до кипения, добавляют пассерованные лук и морковь и кусочки сырой, разделанной на чистое филе рыбы, соль и варят при слабом кипении до готовности

Температура подачи не ниже 75° С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: овощи сохранили форму нарезки, мягкие. Рыба мягкая, кусочки, не разварившаяся.

Консистенция: овощи мягкие, но не проварены, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

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

Вкус: рыбы и овощей.

Запах: рыбы и овощей.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 23

**Наименование изделия:** Булочка дорожная

**Номер рецептуры:** 565

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, Уральский региональный центр питания, 2013 г., под общ. ред. проф. Первалова А.Я.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12-18 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная высшего сорта	25	25	31	31
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	0,7	0,7	0,9	0,9
Яйцо	1/7 шт.	6	1/5 шт.	8
Сахар-песок	5	5	6	6
Масло сливочное	5	5	6	6
Масло сливочное (для смазки)	0,7	0,7	0,9	0,9
Дрожжи хлебопекарные прессованные	0,55	0,55	0,83	0,83
Молоко	13	13	16	16
Масса полуфабриката без крошки		45		56
Масло растительное (для смазки)	0,6	0,6	0,8	0,8
Крошка:				
Мука пшеничная высшего сорта	0,7	0,7	0,9	0,9
Масло сливочное	1	1	1,3	1,3
Масса полуфабриката с крошкой		47		59
Выход		40		50

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры,	Углеводы,	Энерг. ценность,	

	г	г	ккал	
2,97	4,70	19,88	142,00	3,26

Химический состав данного блюда (с 12-18 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,71	5,88	24,85	177,50	4,08

#### Технология приготовления

- I – мытье в воде с температурой 40-45° С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);

- II – замачивание в воде с температурой 40-45° С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);

- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45° С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

В дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 28-30° С воду (молоко), предварительно разведенные в воде дрожжи хлебопекарные, сахар, соль, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 минут. После этого вводят растопленное Масло сливочное и замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок дежи.

Дежу закрывают крышкой и ставят на 3-4 ч. Для брожения в помещении с температурой 35-40° С. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 минут и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное со слабой клейковиной, обминают 1 раз.

Дрожжевое тесто разделяют на кусочки, придавая им овальную форму, делают на почерхности 3-4 поперечных надреза, укладывают на смазанные маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 минут. Поверхность смазывают растопленным сливочным маслом, посыпают крошкой и выпекают при температуре 230-240° С.

Для приготовления крошки муку и масло тщательно перемешивают и протирают через сито.

Температур подачи не выше 20°С.

#### Требования к качеству

Внешний вид: поверхность изделия золотистого цвета, форма круглая, хорошо сохранена.

Консистенция: мякиш хорошо пропеченный, не липкий, не влажный на ощупь, пористость хорошо развита, равномерная.

Цвет: корочки - золотистый.

Вкус и запах: приятный, свежесыпеченного изделия.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 24

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Макароны отварные

**Номер рецептуры:** 227

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Макаронные изделия	50	50	67	67
Вода	300	300	402	402
Масса отварных макаронных изделий		142		190
Масло сливочное	8	8	10	10
Выход		150		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,67	5,98	28,96	212,49	0

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,88	8,81	42,1	268	0

### Технология приготовления

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

Температура подачи не ниже 65°C.

#### Требования к качеству

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

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

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

Запах: отварных макаронных изделий и сливочного масла.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 25****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Компот из сухофруктов**Номер рецептуры:** 283**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Смесь сухофруктов	32	32	45	45
Сахар-песок	8	8	9	9
Вода	140	140	146	146
Выход		180		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,70	0,00	22,25	96,00	0,64

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,99	0,00	29,05	126,00	0,90

**Технология приготовления**

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар-песок, и варят до готовности. Готовый компот охлаждают, фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.

Температура подачи не выше 20°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом соответствующих сухофруктов.

Запах соответствующих сухофруктов.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 26

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша пшенная молочная жидкая

**Номер рецептуры:** 112

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа пшенная	39	39	39	39
Молоко	144	144	144	144
Вода	20	20	20	20
Сахар	5	5	5	5
Масса каши		195		195
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,61	9,47	36,99	268	1,87

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,17	8,43	35,09	243,09	1,27

### Технология приготовления

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

В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют соль, сахар, всыпают крупу и варят, периодически помешивая, варят до готовности.

Горячую кашу отпускают с маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом и сахаром.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: свойственный соответствующему виду крупы.

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

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и привкусом сливочного масла.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 27****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Горох овощной отварной (косервированный)**Номер рецептуры:** 131**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд м кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Горошек зеленый консервированный	77	77	108	108
Масса отварного зеленого горошка (без жидкой части)		50		70
Выход		50		70

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
1,55	0,10	3,25	20,00	5,00

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
2,17	0,14	4,55	28,00	7,00

**Технология приготовления**

Горошек консервированный кипятят в собственном соку с момента закипания 5 минут, сливают отвар, охлаждают, и порционируют.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

**Требования к качеству**

Внешний вид: горошек зеленый уложен на тарелочку.

Консистенция: мягкая.

Цвет: зеленый.

Вкус и запах: зеленого горошка.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 28**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом птицы и со сметаной

**Номер рецептуры:** 37

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Цыплята 1 категории потрошенные	24	21	24	21
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	4	3
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Вода	250	250	250	250
Варка супа				
Свекла с 1 января до 31 августа	49	37	49	37
Капуста свежая	23	18	23	18
Картофель с 1 марта до 31 августа	30	18	30	18
Морковь с 1 января до 31 августа	13,3	10	13,3	10
Лук репчатый	10	8	10	8
Томатная паста	1	1	1	1
Лимонная кислота	1	1	1	1
Масло растительное	5	5	5	5
Сахар	2	2	2	2
Бульон или вода	180	180	180	180
Выход супа		225		225
Птица отварная		15		15
Сметана	10	10	10	10
Выход супа с мясом птицы и со сметаной		225/15/10		225/15/10

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,25	11,44	8,93	167	8,61

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,25	11,44	8,93	167	8,61

#### **Технология приготовления**

**Варка бульона:** подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 20-60 минут. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 10 мин до окончания варки в бульон добавляют, подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой.

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

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, сметану и кипятят.

Отпускают суп со сметаной и с мясом птицы.

Температура подачи не ниже 75°С.

#### **Требования к качеству**

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

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

**Цвет:** малиново – красный, жира на поверхности - оранжевый.

**Вкус:** кисло – сладкий, умеренно соленый.

**Запах:** свойственный овощам.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 29

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Картофельная запеканка с мясом

**Номер рецептуры:** 185

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	120	109	120	109
Масса отварного мяса		68		68
Картофель с 1 марта до 31 августа	428	256	428	256
Масса отварного протертого картофеля		240		240
Масло сливочное	13	13	13	13
Яйца	1/7 шт.	6	1/7 шт.	6
Сухари	6	6	6	6
Масса полуфабриката		323		323
Масса запеченного блюда		275		275
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход с маслом сливочным		280		280

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,98	13,54	36,95	304,00	5,76

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,98	13,54	36,95	304,00	5,76

### Технология приготовления

Обработку яиц перед использованием проводят в следующем порядке: I – мытье в воде с температурой 40-45°C и добавлением 1-2 % раствора кальцинированной соды; II – замачивание в воде с температурой 40-45°C и добавлением хлорамина (0,5% раствор); III – ополаскивание проточной водой с температурой 40-45°C до удаления остатков дезинфицирующего средства, с

последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

Отварную говядину нарезают на порции, пропускают через мясорубку, заправляют размягченным сливочным маслом, солью. Кладут на смазанный маслом противень слоем 2-3 см и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160-180° С в течение 8-10 минут.

Картофель заливают горячей водой, добавляют соль и варят до готовности, воду сливают, картофель обсушивают при закрытой крышке на огне 10-20 сек. Сваренный картофель протирают и делят на две части. Одну часть кладут на смазанный противень слоем 1-1,5 см, разравнивают. Затем кладут ровным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивания картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течение 25-30 минут при температуре 250-280° . Готовую запеканку нарезают порционно.

Отпускают готовую запеканку с маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения.

Температура подачи не ниже 65°С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: поверхность ровная, с легкой румяной корочкой.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: корочки румяная.

Вкус: картофеля в сочетании с мясом.

Запах: картофеля в сочетании с мясом.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 30**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Компот из свежих яблок и груш

**Номер рецептуры:** 282

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яблоки свежие	21	18	23	20
Груши свежие	20	18	22	20
Сахар	8	8	9	9
Вода	149	149	165	165
Выход		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,14	0,12	11,59	48,00	2,70

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,16	0,14	13,00	54,00	3,00

**Технология приготовления**

Предварительно подготовленные фрукты нарезают дольками. Варят при слабом кипении до готовности.

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

Готовый компот охлаждают, разливают в стаканы, предварительно разложив фрукты.

Температура подачи не выше 20°С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: жидкость налита в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий.

Запах: яблок.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 31

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Чай с лимоном

**Номер рецептуры:** 294

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	1,1	1,1	2,2	2,2
Вода	45	45	50	50
Чай-заварка		45		50
Сахар	8	8	9	9
Лимон свежий	7	6	8	7
Вода	121	121	134	134
Выход		180		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,05	0,01	8,24	36,00	2,40

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,06	0,01	9,34	41,00	2,80

### Технология приготовления

Предварительно промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин.

Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром, непосредственно перед отпуском.

Температура подачи не ниже 75°C.

### Требования к качеству

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

Консистенция: однородная, сочная.

Цвет: золотисто-желтоватый.

Вкус: сладкий, с привкусом лимона.

Запах: свойственный чаю и лимона.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 32**

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

**Номер рецептуры:** 154

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Творог	150	149	181	180
Крупа манная	15	15	19	19
Яйца	1/8 шт.	5	1/5 шт.	8
Сахар	14	14	19	19
Мука пшеничная для панировки	7	7	9	9
Масса полуфабриката		187		228
Масло сливочное	5	5	8	8
Масса готовых сырников		165		200
Молоко сгущенное	20	20	25	25
Выход с молоком сгущенным		165/20		200/25

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
29,42	18,16	41,57	459	0,47

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
35,66	22,01	50,39	556,36	0,57

### **Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

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

В протертый творог добавляют крупу манную, яйца, сахар, соль.

Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см. Сырники выпекают в духовом или жарочном шкафу при температуре 180-200°C в течение 8-10 минут.

Отпускают сырники с молоком сгущенным.

Температура подачи не ниже 65°C.

### **Требования к качеству**

Внешний вид: изделия кругло – приплюснутой формы; поверхность без трещин, равномерно обжарены; политы молоком сгущенным.

Консистенция: мягкая, умеренно плотная, пышная.

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

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

Запах: запеченного творога.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 33**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Птица отварная или тушенная

**Номер рецептуры:** 288

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

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Цыплята-бройлеры потрошенные охлажденные	140	122	187	163
Или филе куриное охлажденное	125	122	167	163
Лук репчатый	4,3	3,3	5	4
Морковь				
До 1 января	2,3	1,8	3,8	3
С 1 января	2,4	1,8	4,0	3
Выход		90		120

**Химический состав на 1 порцию**

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 7-11 лет			
18,99	12,24	0,00	189,90
дети с 12 лет и старше			
25,32	16,32	0,00	253,20

**Технология приготовления**

Подготовленные тушки птицы кладут в горячую воду (2-2,5 л на 1 кг. продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют соль, морковь, лук и варят до готовности при слабом кипении в закрытой посуде. Сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порцию.

Филе куриное отваривают, порционируют.

Цыплята-бройлеры (или филе) ранят в бульоне на мармите в закрытой посуде, предварительно прокипятив.

Также птицу или филе можно тушить. Порционные кусочки цыплят кладут в посуду, добавляют горячую воду, добавляют морковь и лук репчатый и тушат до готовности.

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: порционные кусочки птицы или филе куриного.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: серый - ножки, белый - филе.

Вкус: умеренно соленый, отварной или тушеной птицы (или филе).

Запах: отварной или тушеной птицы (или филе).

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 34

**Наименование изделия:** Котлеты, биточки, шницели куриные

**Номер рецептуры:** 422

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Цыплята 1 категории потрошенные	122	106/73	162	141/97
Или филе куриное	74	73	99	97
Хлеб пшеничный	16	16	21	21
Молоко	23	23	31	31
Масса полуфабриката		110		147
Масло сливочное	7	7	9	9
Масса готовых изделий		90		120
Выход		90		120

Химический состав данного блюда (дети с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
14,68	12,32	8,00	214,73	0,14

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
19,58	16,42	10,66	286,30	0,19

### Технология приготовления

Филе куриное промывают проточной водой и укладывают для стекания воды. Для обработки сырой птицы выделяют отдельные столы, разделочный и производственный инвентарь.

Куриное филе (или птицу, разделанную на чистое филе без кожи и костей) пропускают через мясорубку. Измельченное мясо соединяют с замоченным в молоке хлебом, кладут соль и хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты, или биточки, или шницели, укладывают на противень, смазанный маслом сливочным. Изделия запекаются при температуре 250-280° С в течение 20-25 минут.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: форма изделий сохранена, без трещин.

Консистенция: однородная, пышная.

Цвет: коричневый, на разрезе-серый.

Вкус: умеренно соленый, птицы.

Запах: птицы.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 35****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша манная молочная жидкая**Номер рецептуры:** 107**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа манная	30	30	30	30
Молоко	151	151	151	151
Вода	20	20	20	20
Сахар	5	5	5	5
Масса каши		195		195
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход с маслом сливочным		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,43	8,70	32,66	241	1,96

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,43	8,70	32,66	241	1,96

**Технология приготовления**

В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем тонкой струйкой всыпают подготовленную манную крупу при непрерывном помешивании и варят 20 мин.

Кашу отпускают с маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: зерна крупы полностью разварившиеся, утратили форму.

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

Цвет: белый или светло-кремовый.

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

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

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 36**

**Наименование изделия:** Салат из моркови (свеклы) с сыром

**Номер рецептуры:** 55

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, Уральский региональный центр питания, 2013 г., под общ. ред. проф. Первалова А.Я.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла				
До 1 января	91	91	115	115
С 1 января	97	97	122	122
Масса свеклы без учета т/о		73		92
Масса отварной очищенной свеклы		72		90
Или морковь				
До 1 января	91	91	113	113
С 1 января	96	96	120	120
Масса моркови без учета т/о		72,4		90,5
Масса отварной очищенной моркови		72		90
Сыр твердых сортов	6	5	7	6
Масло растительное	5	5	6	6
Чеснок	0,5	0,4	0,6	0,5
Выход		80		100

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет) салат из моркови с сыром

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,13	6,53	4,73	88	2,81

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше) салат из моркови с сыром

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,66	8,16	5,91	110,00	3,51

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет) салат из свеклы с сыром

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,49	6,53	4,18	99,00	6,48

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше) салат из свеклы с сыром

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,11	8,16	5,23	123,75	8,10

**Технология приготовления**

Свеклу (или морковь) отваривают в кожуре до готовности, охлаждают, очищают от кожицы, нарезают мелкой соломкой или натирают на крупной терке. Сыр очищают от наружного покрытия, натирают на мелкой терке. Свеклу (или морковь) соединяют с сыром, добавляют чеснок, перемешивают и укладывают горкой. Перед отпуском салат заправляют маслом растительным.

Температур подачи не выше 20°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: темно-малиновый (или оранжевый) с вкраплениями сыра.

Вкус: свеклы (или морковь), сыра, чеснока в сочетании с растительным маслом.

Запах: свеклы (или морковь), сыра, чеснока в сочетании с растительным маслом.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 37****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Солянка домашняя со сметаной**Номер рецептуры:** 157**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, изд-во «Хлебпродинформ», г. Москва, 2004 г., под ред. В. Т. Лапшиной

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Говядина I категории бескостная	26	24	26	24
Или мясо на кости	33	24	33	24
Масса готовой говядины		15		15
Цыплята-бройлеры потрошенные охлажденные	25	22	25	22
Или филе куриное охлажденное	22,2	22	22,2	22
Масса готовой курицы		15		15
Лук репчатый	21	18	21	18
Огурцы соленые	27	15	27	15
Картофель				
С 1 марта	63	38	63	38
Томатная паста	3,2	3,2	3,2	3,2
Масло сливочное	4	4	4	4
Вода	190	190	190	190
Выход солянки		250		250
Сметана	10	10	10	10
Выход солянки со сметаной		250/10		250/10

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	

8,94	10,45	10,67	165,00	5,25
------	-------	-------	--------	------

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,94	10,45	10,67	165,00	5,25

#### **Технология приготовления**

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный кубиками, и варят почти до готовности. Соленые огурцы нарезают ломтиками и шинкуют. Лук репчатый шинкуют и пассеруют с добавлением томатной пасты. Мясопродукты (мясо, птицу) варят и нарезают тонкими ломтиками.

Все добавляют в кипящий бульон или воду и варят 5-10 минут. За 5 минут до готовности добавляют сметану и кипятят.

Можно при отпуске добавлять кусочек лимона.

Температура подачи не ниже 75° С.

#### **Требования к качеству**

Внешний вид: в жидкой части солянки овощи и мясопродукты, сохранившие форму нарезки.

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

Цвет: жира на поверхности - оранжевый.

Вкус: овощей, входящих в блюдо, солоноватый.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 38

**Наименование изделия:** Рыба, запеченная в омлете

**Номер рецептуры:** 138

**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			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Терпуг неразделанный	182	101	182	101
Или минтай без головы порошенный	129	101	129	101
Или хек без головы потрошенный	118	101	118	101
Или горбуша потрошенная с головой	125	101	125	101
Масло растительное	6	6	6	6
Яйца	3/4 шт.	30	3/4 шт.	30
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	22	22	22	22
Мука пшеничная	12	12	12	12
Масса омлета		40		40
Масса полуфабриката		130		130
Выход		120		120

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
17,68	8,23	57,59	173,15	0,49

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества	Витамин С, мг

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
17,68	8,23	57,59	173,15	0,49

#### **Технология приготовления**

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

Рыбу разделяют на филе без кожи и костей, нарезают порционно, панируют в муке, укладывают на противень, разогретый с маслом, заливают смесью молока и яйца с подсушенной мукой и запекают при температуре 250-280° С в течение 20-25 мин.

Температура подачи не ниже 65° С.

#### **Требования к качеству**

Внешний вид: целый кусок рыбы уложен на тарелку вместе омлетной смесью.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

Цвет: рыбы на разрезе - белый или светло-серый, яичная смесь -желтого цвета.

Вкус: рыбы в сочетании с омлетной смесью.

Запах: рыбный.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 39**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Гуляш

**Номер рецептуры:** 180

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	92	84	123	112
Масло растительное	5	5	7	7
Лук репчатый	12	10	15	13
Томатная паста	2,3	2,3	3	3
Мука пшеничная	4	4	5	5
Масса тушеного мяса		53		71
Масса соуса		37		49
Выход		90		120

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
15,88	15,01	4,53	217,80	1,39

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
21,17	20,02	6,04	290,40	1,85

**Технология приготовления**

Нарезанное кубиками по 20-30 мясо заливают водой (50 г. на порцию) и тушат с добавлением пассерованну. Томатную пасту в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 минут. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: мясо нарезано кубиками, в соусе уложено на тарелку, сбоку - гарнир.

Консистенция: мяса - мягкая, сочная, соуса - однородная, слегка вязкая.

Цвет: мяса - серый, соуса - светло-коричневый.

Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.

Запах: мяса с ароматом овощей.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 40****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп картофельный с бобовыми, с мясом**Номер рецептуры:** 45**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	26	24	26	24
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	4	3
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Вода	250	250	250	250
Варка супа				
Картофель с 1 марта до 31 августа	78	47	78	47
Горох лущенный	26	25	26	25
Морковь с 1 января до 31 августа	16	12	16	12
Лук репчатый	11	9	11	9
Масло растительное	5	5	5	5
Бульон или вода	165	165	165	165
Выход		235		235
Говядина отварная		15		15
Выход супа		250		250

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества	Витамин С, мг
------------------	---------------

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,52	7,09	20,63	173	5,73

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,52	7,09	20,63	173	5,73

#### **Технология приготовления**

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

Готовый бульон процеживают.

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

Горох подготавливают: перебирают, моют в холодной воде 3-4 часа, отваривают, кладут в бульон или воду, доводят до кипения.

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

В бульон или воду добавляют горох, доводят до кипения, затем добавляют картофель, пассерованные морковь и лук и варят до готовности.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75°С.

#### **Требования к качеству**

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

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

Цвет: желтый.

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

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 41****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Кисломолочный напиток**Номер рецептуры:** 272**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Кисломолочный напиток (снежок, ряженка, кефир и др.)	170	165	206	200
Выход		165		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,79	4,13	6,93	89,10	0,50

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,80	5,00	8,40	108,00	0,60

**Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Кисломолочные напитки наливают непосредственно в стакан перед отпуском.

Температура подачи не выше 20°С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: стакан с густой жидкостью, белого или кремового цвета.

Консистенция: жидкая, сметанообразная.

Цвет: белый или с кремовым оттенком.

Вкус: молочно-кислый.

Запах: кисломолочных напитков.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 42

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Маринад овощной с томатом

**Номер рецептуры:** 463

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морковь с 1 января до 31 августа	60	45	60	45
Лук репчатый	30	25	30	25
Томатная паста	12	12	12	12
Масло растительное	10	10	10	10
Лимонная кислота	0,9	0,9	0,9	0,9
Сахар	3,5	3,5	3,5	3,5
Вода	10	10	10	10
Выход		100		100

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,39	10,08	8,52	124,00	7,61

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,39	10,08	8,52	124,00	7,61

### Технология приготовления

Овощи нарезают соломкой, пассеруют на масле растительном, добавляют томатную пасту и пассеруют еще 7-10 минут. После этого вводят воду, лимонную кислоту и кипятят 1-20 минут. В конце добавляют соль, сахар.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

### Требования к качеству

Внешний вид: маринад уложен горкой.

Консистенция: мягкая.

Цвет: темно-красный.

Вкус: овощей и томата, сладковатый.

Запах: овощей и томата.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 43**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Котлеты, биточки, шницели из говядины

**Номер рецептуры:** 189

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	85	77	95	86
Сухари	10	10	11	11
Хлеб пшеничный	17	17	19	19
Молоко	21	21	23	23
Масса полуфабриката		112		124
Масло растительное	6	6	7	7
Масса готовых изделий		90		100
Выход		90		100

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
15,43	12,73	14,41	233,10	0,27

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
17,14	14,14	16,01	259	0,3

**Технология приготовления**

Измельченное на мясорубке мясо соединяют с пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно, замоченным в молоке, добавляют соль, и перемешивают. Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом – котлеты или изделия овально-приплюснутой формы – биточки, или шницели-плоско-овальной формы, толщиной 1 см, панируют в сухарях. Изделия запекаются при температуре 250-280° С в течение 20-25 минут.

Температура подачи не ниже 65°С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: форма овально-приплюснутая, с заостренным концом, котлеты или изделия овально-приплюснутой формы – биточки, или шницели-плоско-овальной формы, сбоку подлит соус и уложен гарнир.

Консистенция: пышная, сочная, однородная.

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

Вкус: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба.

Запах: жареного мяса, запанированного в сухарях.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 44****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп молочный с макаронными изделиями**Номер рецептуры:** 53**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	140	140	140	140
Вода	44	44	44	44
Макаронные изделия	16	16	16	16
Масло сливочное	2	2	2	2
Сахар	2	2	2	2
Выход		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
9,13	10,31	32,25	258,33	1,52

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
9,13	10,31	32,25	258,33	1,52

**Технология приготовления**

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны -15-20 мин, лапшу - 10-12 мин, вермишель - 5-7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности, кладут соль, сахар.

При отпуске заправляют маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения. Температура подачи не ниже 75°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: в жидкой части супа макаронные изделия сохранили форму.

Консистенция: макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: молочно-белый, сливочного масла - желтый.

Вкус: сладковатый умеренно соленый, с привкусом сливочного масла.

Запах: кипяченого молока, выражен аромат свежего масла.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 45****Наименование изделия:** Горошница**Номер рецептуры:** 434**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Горох лущенный	72	72	86	86
Масло сливочное	5	5	6	6
Выход		150		180

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
12	4,71	30,75	238,5	0

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
14,4	5,65	36,9	286,2	0

**Технология приготовления**

Перед варкой бобовые заливают холодной водой (2,5 л воды на 1 кг бобовых) и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении. Продолжительность 60-90 минут.

Во время варки не следует добавлять холодную воду, так как это ухудшает развариваемость бобовых.

После того как бобовые станут мягкими, варку прекращают, оставляют их на 15-20 минут, отвар сливают.

Готовые бобовые заправляют растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным. Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: бобовые уложены горкой.

Консистенция: мягкая.

Цвет: желтый.

Вкус: умеренно соленый, бобовых отварных.

Запах: отварных бобовых.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 46**

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

**Номер рецептуры:** 101

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Цыплята 1 категории потрошенные	24	21	24	21
Или филе куриное охлажденное	21,4	21	21,4	21
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	4	3
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Вода	250	250	250	250
Варка супа				
Картофель с 1 марта до 31 августа	119	71	119	71
Крупа рисовая	5	5	5	5
Морковь с 1 января до 31 августа	12	9	12	9
Лук репчатый	11	9	11	9
Масло растительное	5	5	5	5
Бульон или вода	177	177	177	177
Выход супа		235		235
Птица отварная		15		15
Выход с мясом птицы		235/15		235/15

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	

8,01	8,0	19,91	178	1,0
------	-----	-------	-----	-----

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,01	8,0	19,91	178	1,0

#### **Технология приготовления**

Варка бульона: подготовленное мясо птицы (или филе) закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 20-60 минут. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 10 мин до окончания варки в бульон добавляют, подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой.

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

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

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

В кипящий бульон или воду кладут картофель, пассерованные овощи вместе с крупой рисовой и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут соль.

Отпускают суп с мясом птицы.

Температура подачи не ниже 75°С.

#### **Требования к качеству**

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

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

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

Вкус: умеренно соленый, картофеля и пассерованных овощей.

Запах: картофеля и пассерованных овощей.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 47****Наименование изделия:** Соус молочный с морковью**Номер рецептуры:**451**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	8	8	13	13
Мука пшеничная	2	2	2,5	2,5
Масло сливочное	2	2	2,5	2,5
Овощной отвар или вода	9	9	13	13
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	7	5
Выход		20		30

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,5	1,6	1,7	23,2	0,1

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,7	2,4	2,6	34,8	0,1

**Технология приготовления**

Приготовление белого соуса: муку подсушивают при температуре 110-120° С , на допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70°С, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно ¼ горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся бульон или воду и вымешивают.

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

Температура подачи не ниже 75°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса.

Консистенция: жидкой сметаны.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: молочный в сочетании с морковью.

Запах: молока.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 48****Наименование изделия:** Компот из кураги**Номер рецептуры:** 526**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Курага	26	26	38	38
Сахар	11	11	12	12
Вода	215	215	202	202
Выход		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,35	0,00	25,28	105,00	1,04

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,98	0,00	32,88	137,00	1,52

**Технология приготовления**

Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Курагу варят 10-20 минут. Компот охлаждают. При отпуске в стакан кладут фрукты и заливают отваром.

Температура подачи не выше 20°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: компот с сухофруктами налит в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: кисло – сладкий, или сладкий. Не допускаются посторонние привкусы и запахи

Запах: отварной кураги.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 49****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Молоко кипяченое**Номер рецептуры:** 288**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	210	210	210	210
Масса молока кипяченого		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,8	6,4	9,4	120	2,6

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,8	6,4	9,4	120	2,6

**Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

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

Температура подачи не выше 20°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: напиток белого цвета.

Консистенция: жидкая, однородная.

Цвет: белый.

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

Запах: кипяченого молока.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 50

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Булочка с маком

**Номер рецептуры:** 578

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, г
Мука пшеничная высшего сорта	26	26	33	33
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	1	1	1,3	1,3
Сахар-песок	5	5	6	6
Сахар-песок (для отделки)	1	1	1,3	1,3
Масло сливочное	6	6	8	8
Яйцо	1/4 шт.	1	1/31 шт.	1,3
Вода	11	11	14	14
Дрожжи прессованные	0,55	0,55	0,83	0,83
Масса полуфабриката		49		61
Масло растительное для смазки	0,3	0,3	0,4	0,4
Мак	1	1	1,3	1,3
Выход		40		50

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,03	5,36	25,39	161,95	0,00

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	

3,79	6,70	31,74	202,44	0,00
------	------	-------	--------	------

### **Технология приготовления**

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

Опарный способ: в дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35-40° С воду (молоко)-60-70% от общего количества, предварительно разведенные в воде и процеженные дрожжи хлебопекарные, всыпают муку (35-60% и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35-40°C на 2,5-3 часа для брожения. Когда опара увеличится в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, мак, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленное сливочное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 часа для брожения. За время брожения обминают 2- 3 раза.

Из дрожжевого теста формируют шарики, кладут их швом вниз на смазанные маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 минут. Поверхность посыпают сахаром и выпекают 8-10 минут при температуре 230-240°C.

Температура подачи не ниже +15°C.

### **Требования к качеству**

Внешний вид: форма правильная в соответствии с технологией, поверхность – обсыпана сахаром.

Консистенция: мякиш хорошо пропеченный, не липкий, не влажный на ощупь, пористость хорошо развита, равномерная.

Цвет: корочки - светло-коричневый.

Вкус: приятный, сдобный с ароматом наполнителя свежесдобной булочки.

Запах: приятный, с ароматом наполнителя свежесдобного изделия.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 51**

Наименование изделия: Суп «Харчо», с мясом и со сметаной

Номер рецептуры:101

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	26	24	26	24
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	4	3
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Вода	250	250	250	250
Варка супа				
Картофель с 1 марта до 31 августа	119	71	119	71
Крупа рисовая	6	6	6	6
Морковь с 1 января до 31 августа	12	9	12	9
Лук репчатый	11	9	11	9
Томатная паста	2	2	2	2
Масло растительное	5	5	5	5
Бульон или вода	176	176	176	176
Выход супа		235		235
Говядина отварная		15		15
Сметана	10	10	10	10
Выход супа с мясом и со сметаной		250		250

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества	Витамин С, мг
------------------	---------------

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,06	10,65	21	195	7,96

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,06	10,65	21	195	7,96

#### **Технология приготовления**

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

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куску на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

В кипящий бульон или воду кладут предварительно замоченную крупу рисовую, доводят до кипения и варят до полуготовности, добавляют картофель, пассерованные лук репчатый, морковь и томатную пасту и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют сметану и кипятят.

Температура подачи не ниже 75°С.

#### **Требования к качеству**

Внешний вид: в жидкой части морковь, лук репчатый, картофель, соответствующая крупа. Овощи, крупа не переварены.

Консистенция: овощей и крупы - мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Крупа не разваренная.

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

Вкус и запах: соответствующих овощей и крупы, умеренно соленый.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 52****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша гречневая рассыпчатая**Номер рецептуры:** 219**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа гречневая	69	69	83	83
Вода	104	104	125	125
Масса каши		143		171
Масло сливочное	7	7	9	9
Выход с маслом		150		180

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,26	7,78	42,14	275,83	0

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
10,3	9,33	50,57	330,9	0

**Технология приготовления**

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

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

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

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

Консистенция: однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

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

Запах: свойственный данному виду крупы.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 53**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп молочный с крупой

**Номер рецептуры:** 121

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	190	190	190	190
Вода	20	20	20	20
Крупа рисовая, или манная, кукурузная, хлопья овсяные «Геркулес», гречневая, перловая, пшено, ячневая	16	16	16	16
Масло сливочное	1,6	1,6	1,6	1,6
Сахар	2	2	2	2
Выход		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,20	7,67	19,29	173	1,23

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,20	7,67	19,29	173	1,23

**Технология приготовления**

Рисовую, кукурузную, гречневую, ячневую, перловую крупы, пшено, хлопья «Геркулес» варят в подсоленной воде до полуготовности 10-15 минут. Затем добавляют горячее молоко, кладут соль и сахар, варят до готовности.

Кукурузную, перловую крупы можно варить в воде до готовности (соотношение воды и крупы 6/1), затем сливают воду и закладывают крупу в смесь молока и воды, доводят до кипения, кладут соль, сахар.

Манную крупу предварительно просеивают, всыпают тонкой струйкой в кипящую смесь молока и воды, кладут соль, сахар и варят 5-7 минут.

При отпуске заправляют растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным. Температур подачи не ниже 75°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: в жидкой части супа крупа разваренная, на поверхности масло сливочное.

Консистенция: крупа набухшая, мягкая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

Цвет: молочно-белый, сливочного масла – желтый.

Вкус: сладковатый умеренно соленый, с привкусом сливочного масла.

Запах: кипяченого молока, выражен аромат свежего масла.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 54****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Нарезка из свежих помидор и огурцов**Номер рецептуры:** 24**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов- Сборник рецептов блюд м кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Помидоры свежие	51	50	57	56
Огурцы свежие	51	50	57	56
Выход		100		110

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,95	0,15	3,20	18,13	17,50

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,05	0,17	3,52	19,94	19,25

**Технология приготовления**

Овощи и зелень, предназначенные для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, выдерживаются в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой.

Огурцы свежие перебирают, промывают небольшими партиями в воде, отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают дольками или кружочками непосредственно перед отпуском.

У помидоров отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают дольками или кружочками непосредственно перед отпуском.

Подают вместе свежие огурцы и помидоры.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

**Требования к качеству**

Внешний вид: Форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: мягкая - помидоров, огурцов - хрустящая.

Цвет: огурцов - зеленый, помидоров – красный.

Вкус: свежих помидоров, огурцов.

Запах: свежих помидоров, огурцов.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 55**

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

**Номер рецептуры:** 63

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	26	24	26	24
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	4	3
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Вода	250	250	250	250
Варка супа				
Капуста белокочанная свежая	56	45	56	45
Картофель с 1 марта до 31 августа	45	27	45	27
Морковь с 1 января до 31 августа	13,3	10	13,3	10
Лук репчатый	10	8	10	8
Томатная паста	0,5	0,5	0,5	0,5
Масло растительное	5	5	5	5
Бульон или вода	180	180	180	180
Выход супа		225		225
Говядина отварная		15		15
Сметана	10	10	10	10
Выход супа с мясом и со сметаной		250		250

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества	Витамин С, мг
------------------	---------------

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,74	10,29	7,91	152	17,66

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,74	10,29	7,91	152	17,66

### Технология приготовления

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

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

Капусту нарезают шашками, картофель - дольками.

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

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75°С.

### Требования к качеству

**Внешний вид:** в жидкой части щей - капуста, нарезанная шашками, морковь, лук, картофель - дольками.

**Консистенция:** капуста упругая, овощи мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

**Цвет:** желтый, жира на поверхности - оранжевый; овощей - натуральный.

**Вкус:** капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 56**

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

**Номер рецептуры:** 172

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Терпуг неразделанный	198	92	264	122
Или минтай без головы порошенный	140	92	186	122
Или хек без головы потрошенный	129	92	172	122
Или горбуша потрошенная с головой	137	92	182	122
Вода или бульон	5	5	7	7
Морковь с 1 января до 31 августа	7,5	6	10	8
Лук репчатый	2,7	2,3	3,6	3
Томатная паста	0,9	0,9	1,2	1,2
Масло растительное	1,5	1,5	2	2
Сахар	0,3	0,3	0,4	0,4
Масса тушеной рыбы		75		100
Масса готовой рыбы с тушеными овощами с соусом		15		20
Выход		90		120

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
11,32	2,07	0,68	66,00	0,60

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества	Витамин С, мг
------------------	---------------

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
15,09	2,76	0,91	88,00	0,80

### **Технология приготовления**

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

Температура подачи не ниже 65°C.

### **Требования к качеству**

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

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

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

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

Запах: рыбный, с ароматом специй.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 57**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Соус сметанный с луком

**Номер рецептуры:** 332

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сметана	4,5	4,5	9	9
Мука пшеничная	1,5	1,5	3	3
Вода	15	15	30	30
Выход соуса сметанного		19		37
Лук репчатый	5	4	10	8
Масло сливочное	1	1	2	2
Выход		20		40

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,32	1,99	2,16	25	0,22

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,64	3,98	4,32	50	0,44

**Технология приготовления**

Для приготовления соуса сметанного: пассеруют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70° С выливают ¼ часть горячей воды или отвара и вымешивают. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Для приготовления соуса сметанного с луком: лук репчатый шинкуют, пассеруют до готовности, не изменяя цвета, кладут в готовый соус сметанный и доводят до готовности.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса.

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: светло-кремовый.

Вкус: умеренно соленый, свежей сметаны и пассерованного лука.

Запах: свежей сметаны и пассерованного лука.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 58

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Плов из отварной птицы

**Номер рецептуры:** 211

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Цыплята 1 категории потрошенные	135	117	283	246
Или филе куриное	63	61	134	129
Масса отварного куриного филе (или цыплат-филе без кожи и костей)		45		95
Масло растительное	9	9	9,5	9,5
Лук репчатый	17	14	18	15
Морковь с 1 января до 31 августа	21	16	23	17
Томатная паста	5	5	5	5
Крупа рисовая	69	69	73	73
Бульон для риса	146	146	153	153
Масса готового риса с овощами		195		205
<b>Выход</b>		<b>240</b>		<b>300</b>

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
14,44	13,16	47,85	372,00	4,45

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
24,86	20,29	50,59	485,00	4,60

### Технология приготовления

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

Филе куриное промывают проточной водой и укладывают для стекания воды. Для обработки сырой птицы выделяют отдельные столы, разделочный и производственный инвентарь.

Филе предварительно отваривают или цыплята-бройлеры отваривают и разделяют на чистое филе без кожи и костей.

Отварное филе порционируют, посыпают солью, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь, томатную пасту и лук, заливают горячей водой и дают закипеть, затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 30—40 мин в жарочный шкаф.

При отпуске на рассыпчатую кашу кладут филе куриное, поливают соусом в котором оно тушилось.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: филе куриное, рис рассыпчатый с овощами.

Консистенция: филе куриного – мягкая, риса и овощей – мягкая.

Цвет: филе куриного – белый, риса и овощей – от светло – до темно-оранжевого.

Вкус: специфический для тушеного мяса птицы, риса и пассерованных овощей, умеренно соленый.

Запах: мяса птицы, с ароматом риса и овощей.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 59**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша рисовая молочная жидкая

**Номер рецептуры:** 114

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	30	30	30	30
Молоко	153	153	153	153
Вода	20	20	20	20
Сахар	5	5	5	5
Масса каши		195		195
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход с маслом		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
6,51	8,77	33,75	242	1,98

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
6,51	8,77	33,75	242	1,98

**Технология приготовления**

В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют соль, сахар, всыпают подготовленную рисовую крупу и варят периодически помешивая до готовности.

Горячую кашу отпускают с маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения. Температура подачи не ниже 65°C.

### **Требования к качеству**

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна – мягкие.

Цвет: свойственный данному виду крупы.

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

Запах: рисовой каши в сочетании с молоком и маслом.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 60****Наименование изделия:** Картофель отварной**Номер рецептуры:** 188**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1 марта до 31 августа	299	179	299	179
Масса отварного картофеля		174		174
Масло сливочное	8	8	8	8
Выход		180		180

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,46	7,98	24,18	182,36	14,40

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,46	7,98	24,18	182,36	14,40

**Технология приготовления**

Очищенный картофель, дольками или кубиками заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см., кладут соль, закрывают крышкой, доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Затем отвар сливают, посуду накрывают крышкой, ставят на слабый нагрев на 1,5-2 мин, обсушивают. Готовый картофель отварной поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: форма клубней или нарезки сохранена.

Консистенция: мягкая.

Цвет: белый с кремовым оттенком.

Вкус: свойственный вареному картофелю, умеренно соленый, нежный.

Запах: отварного картофеля.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 61**

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

**Номер рецептуры:** 47

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Цыплята 1 категории потрошенные	24	21	24	21
Или филе куриное охлажденное	21,4	21	21,4	21
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	4	3
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Вода	250	250	250	250
Варка супа				
Макаронные изделия	9	9	9	9
Картофель с 1 марта до 31 августа	119	71	119	71
Морковь с 1 января до 31 августа	12	9	12	9
Лук репчатый	11	9	11	9
Масло растительное	5	5	5	5
Бульон или вода	165	165	165	165
Выход супа		235		235
Птица отварная		15		15
Выход супа с мясом птицы		250		250

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
6,62	8,22	22,2	187	7,75

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
6,62	8,22	22,2	187	7,75

#### **Технология приготовления**

Варка бульона: подготовленное мясо птицы или куриного филе закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 20-60 минут. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 10 мин до окончания варки в бульон добавляют, подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой.

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

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

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

Отпускают суп с мясом птицы.

Температура подачи не ниже 75°С.

#### **Требования к качеству**

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

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

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

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

Запах: пассерованных овощей.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 62**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Свекольник мясом и со сметаной

**Номер рецептуры:** 43

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	26	24	26	24
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	4	3
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Вода	250	250	250	250
Варка супа				
Свекла с 1 января до 31 августа	77	58	77	58
Картофель с 1 марта до 31 августа	63	38	63	38
Морковь с 1 января до 31 августа	12	9	12	9
Лук репчатый	12	10	12	10
Лимонная кислота	0,9	0,9	0,9	0,9
Масло растительное	5	5	5	5
Сахар	0,9	0,9	0,9	0,9
Томатная паста	0,5	0,5	0,5	0,5
Бульон или вода	180	180	180	180
Выход супа		225		225
Говядина отварная		15		15
Сметана	10	10	10	10
Выход супа с мясом и со сметаной		250		250

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества	Витамин С, мг
------------------	---------------

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
4,92	9,26	12,46	166	8,98

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
4,92	9,26	12,46	166	8,98

### Технология приготовления

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

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

Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый полукольцами. Морковь и лук пассеруют при температуре 110° С, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон или воду закладывают пассерованные морковь и лук репчатый, варят 10 минут. Затем кладут свеклу, пассерованную томатную пасту и варят до готовности. За 5 мин до готовности вводят соль, сахар и лавровый лист. За 5 мин до готовности добавляют сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом и со сметаной.

Температура подачи не ниже 75°С.

### Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части свекольника овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, морковь, лук – соломкой, картофель – кубиками).

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

Цвет: малиново-красный, жира на поверхности – оранжевый.

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 63****Наименование изделия:** Салат картофельный с солеными огурцам и зеленым горошком**Номер рецептуры:**71**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1 марта до 31 августа	85	51	85	51
Масса отварного очищенного картофеля		49		49
Зеленый горошек консервированный	26	17	26	17
Лук репчатый	6	5	6	5
Огурцы соленые	44	24	44	24
Масло растительное	6	6	6	6
Морковь		100		100

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
1,8	6,2	8,9	99	10,1

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
1,8	6,2	8,9	99	10,1

**Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Консервированный зеленый горошек предварительно кипятят в собственном соку с момента закипания 5 минут, отвар сливают, охлаждают.

Картофель варят, очищают, нарезают тонкими ломтиками. Соленые огурцы нарезают тонкими ломтиками, репчатый лук бланшируют и шинкуют. Все ингредиенты перемешивают и заправляют растительным маслом

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

**Требования к качеству**

Внешний вид: форма нарезки овощей сохранена, салат заправлен растительным маслом.

Консистенция: мягкая.

Цвет: натуральный, соответствует ингредиентам, входящим в блюдо.

Вкус: соответствует ингредиентам, входящим в блюдо, солоноватый.

Запах: соответствует ингредиентам, входящим в блюдо.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 64**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Икра кабачковая (промышленного производства)  
**Номер рецептуры:** 115

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Икра кабачковая (промышленного производства)	63	60	105	100
Выход		60		100

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
0,81	3,17	5,20	52,65	6,48

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
1,35	5,29	8,66	87,75	10,80

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше) 120 гр.

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
1,44	5,64	9,24	96,60	11,52

**Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Икру кабачковую (промышленного производства) прогревают в жарочном шкафу, охлаждают, порционируют непосредственно перед раздачей.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

**Требования к качеству**

Внешний вид: икра уложена горкой.

Консистенция: мягкая, нежная.

Цвет: коричневый.

Вкус: кабачков.

Запах: кабачков.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 65**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Фрикадельки рыбные

**Номер рецептуры:** 175

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Терпуг неразделанный	157	72	209	96
Или минтай без головы порошенный	110	72	146	96
Или хек без головы потрошенный	102	72	136	96
Или горбуша потрошенная с головой	107	72	143	96
Хлеб пшеничный	13	13	17	17
Молоко	18	18	24	24
Яйца	¼ шт.	10	1/3 шт.	13
Масса полуфабриката		105		140
Масса готовых фрикаделек		90		120
Масло сливочное для смазки	3	3	4	4
<b>Выход</b>		<b>90</b>		<b>120</b>

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
18,22	6,52	7,88	164,16	0,65

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
24,29	8,69	10,51	218,88	0,87

**Технология приготовления**

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

последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

Филе из рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают через мясорубку, второй раз пропускают на мясорубке вместе с бланшированным репчатым луком и замоченным в молоке пшеничным хлебом, добавляют яйца, соль, хорошо вымешивают, массу выбивают и разделяют на шарики массой по 20 гр. Запекают фрикадельки в соусе в жарочном шкафу.

При отпуске фрикадельки гарнируют, подливают сбоку соус.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: форма сохранена, без трещин, масса хорошо взбита.

Консистенция: сочная, однородная.

Цвет: белый с сероватым оттенком.

Вкус и запах: рыбной котлетной массы, умеренно соленый, не допускаются посторонние вкусы и запахи.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 66**

**Наименование изделия:** Макароны отварные с овощами

**Номер рецептуры:** 433

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия	43	43	52	52
Вода	258	258	312	312
Масса отварных макаронных изделий		121		145
Масло сливочное	3	3	4	4
Морковь с 1 января до 31 августа	33	25	40	30
Лук репчатый	14	12	17	14
Масло сливочное для пассерования	3	3	4	4
Масса пассерованных овощей		29		35
<b>Выход</b>		<b>150</b>		<b>180</b>

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
5,12	4,65	29,50	174,19	2,42

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
6,15	5,59	35,40	209,03	2,91

**Технология приготовления**

Макаронные изделия варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) в кипящей подсоленной воде (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу 20-25 мин, вермишель 10-12 мин. Поверяют на готовность на разрезе – не

должно быть прослойки непроверенной муки. Готовые макаронные изделия не промывают, откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3 – 4 см, заправляют растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом, добавляют пассерованные овощи, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160° С 5 минут.

Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук нарезают полукольцами, затем бланшируют. Овощи слегка пассеруют со сливочным маслом (можно с добавлением овощного отвара).

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

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

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная.

Цвет: овощей – оранжевый, на разрезе – белый.

Вкус: пассерованных овощей в сочетании с макаронными изделиями.

Запах: отварных макаронных изделий с овощами и сливочного масла.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 67**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рассольник ленинградский с перловой крупой с мясом и со сметаной

**Номер рецептуры:** 42

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	26	24	26	24
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	4	3
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Вода	250	250	250	250
Варка супа				
Картофель с 1 марта до 31 августа	110	66	110	66
Крупа перловая	3	3	3	3
Морковь с 1 января до 31 августа	11	8	11	8
Лук репчатый	4	3	4	3
Огурцы соленые	24	13	24	13
Масло растительное	5	5	5	5
Бульон или вода	164	164	164	164
Выход супа		225		225
Говядина отварная		15		15
Сметана	10	10	10	10
Выход супа с мясом и со сметаной		250		250

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества	Витамин С, мг
------------------	---------------

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
6,36	10,84	16,36	180	6,58

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
6,36	10,84	16,36	180	6,58

### Технология приготовления

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

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

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

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

Отпускают суп с мясом и со сметаной.

Температура подачи не ниже 75°С.

### Требования к качеству

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

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

**Цвет:** желтый, жира на поверхности – желтый, овощей – натуральный.

**Вкус:** острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

**Запах:** огуречного рассола; приятный – овощей.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 68**

**Наименование изделия:** Картофельная запеканка (рулет) с овощами и рыбой

**Номер рецептуры:** 157

**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			
	1 порция			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Терпуг неразделанный	171	79	222	103
Или минтай без головы порошенный	120	79	156	103
Или хек без головы потрошенный	111	79	144	103
Или горбуша потрошенная с головой	118	79	153	103
Масса готовой отварной рыбы		61		79
Лук репчатый	13	11	17	14
Морковь с 1 января до 31 августа	39	29	51	38
Масло сливочное	3	3	4	4
Масса пассерованного лука и моркови		21		27
Картофель с 1 марта до 31 августа	260	156	339	203
Масса отварного протертого картофеля		150		195
Масло сливочное для смазки листа	3	3	4	4
Яйца	1/10 шт.	4	1/8 шт.	5
Масса полуфабриката		236		307
Выход		200		260
Масло сливочное	6	6	8	8
Выход с маслом сливочным		200/6		260/8

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
13,42	9,11	22,00	231,61	9,25

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
17,46	11,85	28,62	301,32	12,03

**Технология приготовления**

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

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 во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

Рыбу отваривают, разделяют на чистое филе, пропускают через мясорубку, кладут на смазанный маслом противень и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160-180°C в течение 8-10 минут. Лук репчатый и морковь слегка пассеруют.

Картофель заливают горячей водой, добавляют соль и варят до готовности, воду сливают, картофель обсушивают при закрытой крышке на огне 10-20 сек.. Сваренный картофель протирают и делят на две части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень слоем 1-1,5 см, разравнивают. Затем кладут ровным слоем рыбу, пассерованные овощи, а сверху остывшую часть картофеля. После разравнивания картофель смазывают яйцом, сбрызгивают маслом и запекают в течение 20-30 минут при температуре 220-280 °С. Запеканку можно формировать в виде рулета. Готовую запеканку отпускают с маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения.

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: поверхность ровная, с легкой румяной корочки.

Консистенция: рыхлая, не тягучая, фарш сочный.

Цвет: белый, на разрезе соответствует продукта, входящим в блюдо.

Вкус: рыбы в сочетании с овощами, входящими в блюдо, солоноватый.

Запах: рыбы в сочетании с овощами, входящими в блюдо.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 69**

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

**Номер рецептуры:** 330,359

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мука пшеничная высшего сорта	20	20	40	40
Мука пшеничная высшего сорта (на подпыл)	0,8	0,8	1,6	1,6
Сахар	1	1	2	2
Масло сливочное	0,8	0,8	1,6	1,6
Яйцо	1/27 шт.	1,5	1/13 шт.	3
Дрожжи (прессованные)	1,1	1,1	1,65	1,65
Вода	8	8	16	16
Творожный фарш		20		40
Яйцо для смазки ватрушек	1/50 шт.	0,8	1/25 шт.	1,6
Масло растительное для смазки листов	0,1	0,1	0,2	0,2
Выход		40		80
Творог	20	19	40	38
Яйца	1/40 шт.	1	1/20 шт.	2
Сахар	1	1	2	2
Мука пшеничная	1	1	2	2
Выход		20		40

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
5,32	5,91	16,02	138,40	0,19

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.	

	г	г	Ценность, ккал	
10,64	11,82	32,03	276,80	0,38

### **Технология приготовления**

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

В дежу вливают подогретую до температуры 35-40° С воду или молоко(60-70% от общего количества жидкости), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают муку (35-60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают и ставят в помещение с температурой 35-40° С На 2,5-3 ч для брожения.

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

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

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

Температура подачи не ниже +15°C.

#### **Требования к качеству**

Внешний вид: форма круглая, в середине фарша.

Консистенция: мягкая, пористая, хорошо пропеченная.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: свойственный данному изделию и творогу.

Запах: свойственный данному изделию и творогу.

Фарш творожный

#### **Технология приготовления**

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

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

#### **Требования к качеству**

Внешний вид: хорошо протертая масса.

Консистенция: однородная, пышная.

Цвет: белый.

Вкус: умеренно сладкий, с естественной кислотностью свежеприготовленного творога.

Запах: творога, приятный.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 70****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Тефтели из говядины**Номер рецептуры:** 202**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	63	57	84	76
Молоко	9	9	12	12
Крупа рисовая	8	8	11	11
Масса готового рассыпчатого риса		23		30
Лук репчатый	32	27	43	36
Масло растительное	5	5	7	7
Масса пассерованного лука		14		18
Мука пшеничная	8	8	10	10
Масса полуфабриката		107		142
Масло растительное	8	8	11	11
Масса готовых тефтелей		90		120
Выход		90		120

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
10,89	14,42	11,98	221,40	2,70

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
14,52	19,22	15,97	295,20	3,60

**Технология приготовления**

Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы

промываются проточной водой.

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

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной (без трещин) мягкой корочкой.

Консистенция: тефтелей в меру плотная, сочная, однородная.

Цвет: тефтелей – коричневый.

Вкус: тушеного мяса в, умеренно соленый.

Запах: тушеного мяса с ароматом лука.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 71

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Соус сметанный с томатом

**Номер рецептуры:** 265

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сметана	8	8	8	8
Мука пшеничная	4	4	4	4
Вода	30	30	30	30
Томатная паста	1	1	1	1
Масло сливочное	4	4	4	4
Выход		40		40

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
0,84	5,74	3,80	72	1,86

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
0,84	5,74	3,80	72	1,86

### Технология приготовления

Для приготовления соуса сметанного: пассеруют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70° С выливают ¼ часть горячей воды или отвара и вымешивают. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Для приготовления соуса сметанного с томатом: томатную пасту упаривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75°С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса.

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: светло-оранжевый.

Вкус: умеренно соленый, с привкусом томата, свежей сметаны.

Запах: свежей сметаны с томатом.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 72**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Капуста, тушенная с мясом птицы

**Номер рецептуры:** 235,212

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Цыплята 1 категории потрошенные	64	41	186	163
Или филе куриное охлажденное	42	41	166	163
Масса отварной курицы		30		115
Капуста свежая	185	148	185	148
Масло сливочное	7	7	7	7
Томатная паста	3	3	3	3
Морковь с 1 января до 31 августа	11	8	11	8
Лук репчатый	9	8	9	8
Мука пшеничная	0,7	0,7	0,7	0,7
Сахар	3	3	3	3
Выход капусты тушеной		140		140
Выход капусты тушеной с мясом		170		250

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
7,86	8,25	9,48	151,00	22,13

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
22,74	18,54	9,48	310,00	22,13

**Технология приготовления**

Варка бульона: подготовленное мясо птицы или куриного филе закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 20-60 минут. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 10 мин до окончания варки в бульон добавляют, подпеченные лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой.

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

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

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

При отпуске можно посыпать мелко нарубленной зеленью. Овощи и зелень, предназначенные для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, выдерживаются в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой.

Капусту тушеную подают с отварным мясом птицы.

Температура подачи не ниже 65°С.

#### **Требования к качеству**

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук, морковь в виде соломки.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей и пряностей.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 5****Наименование изделия:** Кукуруза с яйцом и луком**Номер рецептуры:** 176**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, Уральский региональный центр питания, 2013 г., под общ. ред. проф. Первалова А.Я.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12-18 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Кукуруза консервированная	78	78	78	78
Кукуруза консервированная (без жидкой части)		47		47
Лук репчатый	10	8	10	8
Яйцо	1 шт.	40	1 шт.	40
Масло растительное	6	6	6	6
Выход		100		100

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,22	10,80	6,20	147,00	3,06

Химический состав данного блюда (с 12-18 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,22	10,80	6,20	147,00	3,06

**Технология приготовления**

- I – мытье в воде с температурой 40-45° С и добавлением кальцинированной соды (1-2% раствор);

- II – замачивание в воде с температурой 40-45° С и добавлением хлорамина (0,5% раствор);

- III - ополаскивание проточной водой с температурой 40-45° С до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Обработанные яйца хранению не подлежат.

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

Консервированную кукурузу прогревают в собственном соку, помешивая, при температуре 80-90° С в течение 5 минут, отвар сливают, охлаждают до температуры 65° С, добавляют бланшированный шинкованный репчатый лук, мелко рубленое отварное яйцо, масло растительное, перемешивают и подают.

Температур подачи не выше 20°С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: соответствующая форма.

Консистенция: мягкая.

Цвет: желтый с белыми вкраплениями репчатого лука.

Вкус: кукурузы, яйца, с репчатым луком в сочетании с маслом растительным.

Запах: кукурузы, яйца с репчатым луком в сочетании с маслом растительным.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 74**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Азу

**Номер рецептуры:** 375

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	69	63	69	63
Масло сливочное	11	11	11	11
Томатная паста	4	4	4	4
Лук репчатый	29	24	29	24
Мука пшеничная	4	4	4	4
Огурцы соленые	51	28	51	28
Картофель с 1 марта до 31 августа	319	191	319	191
Масса тушеного мяса		40		40
Масса соуса и овощей		240		240
<b>Выход</b>		<b>280</b>		<b>280</b>

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
11,20	14,38	30,65	310,00	16,64

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
11,20	14,38	30,65	310,00	16,64

### **Технология приготовления**

Мясо нарезают порционно, заливают горячим готовым бульоном или водой, добавляют пассерованную томатную пасту и тушат почти до готовности и закрывают посуду при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут соленые огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют картофель и тушат до готовности.

Температура подачи не ниже 65°C.

### **Требования к качеству**

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

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

Цвет: мяса - коричневый, овощей - коричневый.

Вкус: мяса в сочетании с овощами, умеренно соленый.

Запах: мяса в сочетании с ароматом овощей.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 75**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Бифштекс рубленный

**Номер рецептуры:** 371

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-10 лет		11-18 лет	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Говядина 1 категории бескостная	144	131	173	157
Или говядина 1 категории на кости	178	131	213	157
Вода	10	10	12	12
Масса полуфабриката		141		169
Масло сливочное	7	7	8	8
<b>Выход</b>		<b>100</b>		<b>120</b>

Химический состав данного блюда (с 7-10 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
21,27	12,67	0,57	192,50	0,13

Химический состав данного блюда (с 11-18 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
25,52	15,20	0,68	231,00	0,16

**Технология приготовления**

В измельченное мясо добавляют в 2-3 приема воду, соль, вымешивают, выбивают, разделяют в виде биточков.

Изделия запекают в жарочном шкафу при температуре 250 - 280 град. С в течение 20-25 минут.

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* приплюснуто-круглой формы, без трещин.

*Консистенция:* пышная, сочная, однородная.

*Цвет:* корочки - коричневый, на разрезе – светло-серый до темно-серого.

*Вкус:* мяса говядины, умеренно соленый.

*Запах:* мяса говядины.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 76**

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

**Номер рецептуры:** 51

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	26	24	26	24
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	4	3
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Вода	250	250	250	250
Варка супа				
Капуста свежая	35	28	35	28
Картофель с 1 марта до 31 августа	40	24	40	24
Крупа пшеничная или др.	8	8	8	8
Морковь с 1 января до 31 августа	11	8	11	8
Лук репчатый	10	8	10	8
Масло растительное	5	5	5	5
Бульон или вода	201	201	201	201
Выход супа		235		235
Говядина отварная		15		15
Выход		250		250

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
6,50	10,88	12,48	168	3,04

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.	

	г	г	Ценность, ккал	
6,50	10,88	12,48	168	3,04

#### **Технология приготовления**

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

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

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

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

Отпускают суп с мясом

Температура подачи не ниже 75°С.

#### **Требования к качеству**

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

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

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

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

Запах: пассерованных овощей.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 77****Наименование изделия:** Каша «Дружба»**Номер рецептуры:** 275**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, Уральский региональный центр питания, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	15	15	15	15
Крупа пшено	11	11	11	11
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	160	160	160	160
Вода	20	20	20	20
Сахар	5	5	5	5
Масса каши		195		195
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,92	9,20	30,36	234	2,08

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,92	9,20	30,36	234	2,08

**Технология приготовления**

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

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

Горячую кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие.

Цвет: риса белый, пшеница желтый.

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

Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 79**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Борщ с фасолью и картофелем, со сметаной

**Номер рецептуры:** 84

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	26	24	26	24
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	4	3
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Вода	250	250	250	250
Варка супа				
Свекла с 1 января до 31 августа	48	36	48	36
Картофель с 1 марта до 31 августа	38	23	38	23
Фасоль	15	9	15	9
Морковь с 1 января до 31 августа	12	9	12	9
Лук репчатый	11	9	11	9
Томатная паста	2	2	2	2
Лимонная кислота	0,9	0,9	0,9	0,9
Масло растительное	5	5	5	5
Сахар	0,9	0,9	0,9	0,9
Бульон или вода	180	180	180	180
Выход супа		225		225
Говядина отварная		15		15
Сметана	10	10	10	10
Выход супа с мясом и со сметаной		250		250

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества	Витамин С, мг
------------------	---------------

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
5,73	10,09	8,24	157	6,76

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
5,73	10,09	8,24	157	6,76

#### Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

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

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

В кипящий бульон или воду добавляют картофель, нарезанный кубиками, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу, фасоль консервированную и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75°С.

#### Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части борща овощи, сохранившие форму нарезки.

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

Цвет: малиново – красный, жира на поверхности – оранжевый.

Вкус: кисло – сладкий, умеренно соленый.

Запах: свойственный овощам.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 80

**Наименование изделия:** Картофель тушеный

**Номер рецептуры:** 153

**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			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель с 1 марта до 31 августа	244	146	244	146
Лук репчатый	17	14	17	14
Масло растительное	5	6	5	6
Томатная паста	2	2	2	2
Морковь с 1 января до 31 августа	43	32	43	32
Выход		180		180

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
3,40	5,82	22,41	166,50	12,42

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
3,40	5,82	22,41	166,50	12,42

### Технология приготовления

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно

Картофель и лук нарезают кубиками, морковь шинкуют. Лук и морковь пассеруют с добавлением томатной пасты. Картофель тушат, за 5-10 минут до готовности добавляют пассерованные овощи.

Температура подачи не ниже 65° С.

### Требования к качеству

Внешний вид: форма нарезки овощей сохранена.

Консистенция: мягкая.

Цвет: соответствует овощам, входящим в блюдо.

Вкус и запах: овощей, вкус солоноватый.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 81**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша «Рябчик»

**Номер рецептуры:** 102

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа гречневая	15	15	15	15
Крупа пшено	10	10	10	10
Вода	20	20	20	20
Молоко	148	148	148	148
Сахар	5	5	5	5
Масса каши		195		195
Масло сливочное	5	5	5	5
<b>Выход</b>		<b>200</b>		<b>200</b>

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
7,30	9,13	26,68	219	1,92

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
7,30	9,13	26,68	219	1,92

**Технология приготовления**

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

В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют соль, сахар и всыпают подготовленную гречневую крупу и варят, периодически помешивая, затем добавляют пшено, продолжают варку до готовности.

При отпуске поливают маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

Консистенция: однородная, вязкая, зерна – мягкие.

Цвет: свойственный виду каши.

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

Запах: свойственный виду каши в сочетании с молоком и маслом сливочным.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 82****Наименование изделия:** Нарезка из свежих огурцов**Номер рецептуры:** 70**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы свежие	102	100	112	110
Выход		100		110

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,80	0,10	2,60	14	10

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,88	0,11	2,86	15,40	11,00

**Технология приготовления**

Овощи и зелень, предназначенные для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, выдерживаются в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут с последующим ополаскиванием проточной водой.

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

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

**Требования к качеству**

Внешний вид: форма сохранена.

Консистенция: огурцы - упругие.

Цвет: огурцов – оливковый.

Вкус: огурцов свежих.

Запах: огурцов свежих.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 83**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Тефтели рыбные

**Номер рецептуры:** 174

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Терпуг неразделанный	117	54	156	72
Или минтай без головы порошенный	83	54	110	72
Или хек без головы потрошенный	76	54	101	72
Или горбуша потрошенная с головой	80	54	107	72
Хлеб пшеничный	11	11	14	14
Молоко	17	17	23	23
Лук репчатый	13	11	17	14
Яйца	1/8 шт.	5	1/7 шт.	6
Мука пшеничная	8	8	10	10
Масса полуфабриката		100		133
Масло растительное	6	6	8	8
Масса тушеных тефтелей		90		120
Выход		90		120

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
8,85	5,59	40,50	108,00	1,32

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
11,80	7,45	54,00	144,00	1,76

### **Технология приготовления**

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

Филе без кожи и костей нарезают на куски, пропускают два раза через мясорубку вместе с луком и размоченным в молоке хлебом. В массу добавляют соль, хорошо вымешивают, формируют шарики по 3-5 шт. на порцию, панируют в муке, заливают соусом, добавляют воду 10% от массы соуса и тушат 10-15 мин. Блюдо можно приготовить, заменяя хлеб рисом припущенным из расчета закладки сырого риса в количестве 2 г. Рис вводят в готовую котлетную массу в охлажденном виде.

При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились

Температура подачи не ниже 65°C.

#### **Требования к качеству**

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

Консистенция: тефтелей – в меру плотная, сочная, однородная

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

Вкус: тушеной рыбы в соусе, умеренно соленый.

Запах: тушеной рыбы с ароматом лука и соуса.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 84**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Соус сметанный с томатом и луком

**Номер рецептуры:** 457

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мука пшеничная	0,6	0,6	0,6	0,6
Масло сливочное	0,6	0,6	0,6	0,6
Вода	13	13	13	13
Масса соуса		12		12
Сметана	12	12	12	12
Выход соуса сметанного		24		24
Лук репчатый	11	9	11	9
Масло сливочное	1	1	1	1
Томатная паста	2	2	2	2
Выход		30		30

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
0,42	2,87	1,9	36	0,93

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
0,42	2,87	1,9	36	0,93

### **Технология приготовления**

Для приготовления соуса сметанного: пассеруют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70° С выливают ¼ часть горячей воды или отвара и вымешивают. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 мин, процеживают и доводят до кипения.

Мелко нарезанный лук пассеруют, добавляют томатную пасту и пассеруют еще 5-7 минут, затем соединяют с соусом сметанный и дают прокипеть.

Температура подачи не ниже 75°С.

### **Требования к качеству**

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса, смешанная с луком и томатом, без комочков неразварившейся муки.

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: умеренно соленый, свежей сметаны, припущенного лука и томата.

Запах: свежей сметаны, припущенного лука и томата.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 85**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Котлеты, биточки, шницели из говядины

**Номер рецептуры:** 189

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	99	77	113	103
Сухари	10	10	13	13
Хлеб пшеничный	17	17	23	23
Молоко	21	21	28	28
Масса полуфабриката		112		149
Масло растительное	6	6	8	8
Масса готовых изделий		90		120
Выход		90		120

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
15,43	12,73	14,41	233,10	0,27

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
20,57	16,97	19,21	310,80	0,36

**Технология приготовления**

Измельченное на мясорубке мясо соединяют с пшеничным хлебом 1-го или высшего сорта, предварительно, замоченным в молоке, добавляют соль, и перемешивают. Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом – котлеты или

изделия овально-приплюснутой формы – биточки, или шницели-плоско-овальной формы, толщиной 1 см, панируют в сухарях. Изделия запекаются при температуре 250-280° С в течение 20-25 минут.

Температура подачи не ниже 65°С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: форма овально-приплюснутая, с заостренным концом, котлеты или изделия овально-приплюснутой формы – биточки, или шницели-плоско-овальной формы, сбоку подлит соус и уложен гарнир.

Консистенция: пышная, сочная, однородная.

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

Вкус: жареного мяса, умеренно соленый, без привкуса хлеба.

Запах: жареного мяса, запанированного в сухарях.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 86**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Сельдь с луком

**Номер рецептуры:** 214

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно – методическое пособие / Сост. А. В.Румянцев – 3-е изд., перераб. и доп. – М.:Издательство «Дело и Сервис», 2002 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сельдь	107	51	267	128
Лук репчатый	7	6	19	16
Масло растительное	4	4	10	10
<b>Выход</b>		<b>60</b>		<b>150</b>

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
4,67	4,31	0,26	58,80	0,32

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
21,88	20,23	1,24	275,63	1,50

**Технология приготовления**

Сельдь разделяют на филе без кожи и костей. Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками, сверху посыпают бланшированный репчатый лук, нарезанный тонкими кольцами, заправляют растительным маслом.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

**Требования к качеству**

Внешний вид: сельдь нарезана на одинаковые кусочки, поверх сельди уложен репчатый лук. Сельдь полита растительным маслом.

Консистенция: сельди – нежная.

Цвет: сельди – светло-серый.

Вкус: приятный.

Запах: приятный, сельди с ароматом растительного масла, репчатого лука.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 87

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Кисель из ягод свежих

**Номер рецептуры:** 505

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г.

**Кисель из ягод свежих**

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 7-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Ягода в ассортименте	19	18	21	20
Вода	170	170	184	184
Сахар	13	13	17	17
Крахмал картофельный	11	11	15	15
Выход		180		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
0,09	0,03	20,24	81,63	1,08

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
0,11	0,04	26,79	107,89	1,20

### Технология приготовления

Свежую ягоду перебирают, удаляют плодоножки, моют. Ягоду протирают. Сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть мезги 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипении 10-15 минут и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании сразу вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок.

Крахмал подготавливают следующим образом: его разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Температура подачи не выше 20°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: кисель прозрачный, без пленки на поверхности.

Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная.

Цвет: красный.

Вкус: сладкий, клюквы, или брусники, или смородины.

Запах: клюквы, или брусники, или смородины.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 88

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Кофейный напиток с молоком

**Номер рецептуры:** 514

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Кофейный напиток	5,5	5,5	5,5	5,5
Молоко	85	85	150	150
Сахар	8	8	9	9
Вода	116	116	73	73
Выход		180		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
3,48	3,27	12,52	88,00	1,10

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
5,30	5,35	16,58	130,00	1,95

### Технология приготовления

Наливают в посуду воду, доводят до кипения, всыпают кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, после чего процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75°C.

#### Требования к качеству

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

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло-шоколадный.

Вкус: сладкий, с привкусом кофейного напитка и молока.

Запах: свойственный кофейному напитку и молоку.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 89

**Наименование изделия:** Бефстроганов

**Номер рецептуры:** 148,226

**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			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина 1 категории бескостная	101	98	101	98
Морковь с 1 января до 31 августа	7,5	6	7,5	6
Лук репчатый	3	2,4	3	2,4
Масса отварного мяса		60		60
Морковь с 1 января до 31 августа	10	8	10	8
Масса отварной моркови		7		7
Соус сметанный		60		60
Мука пшеничная	4	4	4	4
Масло растительное	4	4	4	4
Овощной отвар или вода	47	47	47	47
Масса соуса		34		34
Сметана	16	16	16	16
Выход с соусом сметанным		120		120

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
21,17	20,02	6,04	290,40	1,85

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
21,17	20,02	6,04	290,40	1,85

#### **Технология приготовления**

Отварное мясо нарезают брусочками длиной 3-4 см, массой 5-7 г. и соединяют с протертой вареной морковью. Затем мясо заливают соусом сметанным и кипятят на слабом огне 5-10 мин в посуде, закрытой крышкой.

Отпускают бефстроганов вместе с соусом и гарниром.

Температура подачи не ниже 65°C.

#### **Требования к качеству**

Внешний вид: отварное мясо, нарезанное тонкими брусочками длиной 3-4 см, массой 5-7 г с протертой морковью в соусе, уложено на тарелку.

Консистенция: мяса - мягкая, соуса – однородная, слегка вязкая.

Цвет: мяса - серый, соуса – оранжевый с матовым оттенком.

Вкус: вареного мяса, умеренно соленый.

Запах: мяса с ароматом сметаны, моркови.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 90

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Плов с мясом

**Номер рецептуры:** 193

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	69	63	81	74
Масло сливочное	5	5	6	6
Масло растительное	5	5	6	6
Лук репчатый	25	21	30	25
Морковь с 1 января до 31 августа	28	21	33	25
Крупа рисовая	77	77	90	90
Вода	129	129	151	151
Масса отварной говядины		40		47
Выход		240		280

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
12,20	15,95	53,06	406,00	3,15

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
14,23	18,61	61,90	473,67	3,68

### Технология приготовления

Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы

промываются проточной водой.

Говядину предварительно отваривают. Готовое отварное мясо посыпают солью, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук, затем кладут промытую рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 30—40 мин в жарочный шкаф.

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

При отпуске на рассыпчатую кашу кладут мясо, поливают соусом, в котором оно тушилось.

Температура подачи не ниже 65°С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: говядина, рис рассыпчатый с овощами

Консистенция: мяса – мягкая, риса – мягкая.

Цвет: мяса – серый, риса и овощей – от светло – до темно-оранжевого.

Вкус: специфический для тушеного мяса, риса и пассерованных овощей, умеренно соленый.

Запах: мяса говядины, с ароматом риса и овощей.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 91**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Икра свекольная с морковью

**Номер рецептуры:** 75

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морковь с 1 января до 31 августа	30,8	23*	50,9	38*
Свекла с 1 января до 31 августа	31,3	23*	51,7	38*
Томатная паста	6	6	10	10
Лук репчатый	13	11	21	18
Масло растительное	5	5	8	8
Сахар	0,7	0,7	1,2	1,2
<b>Выход</b>		<b>60</b>		<b>100</b>

\*масса вареных очищенных овощей

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,10	4,38	5,80	70,20	5,34

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,84	7,30	9,66	117,00	8,90

**Технология приготовления**

Свеклу и морковь отваривают в кожуре, очищают от кожицы и измельчают. Лук репчатый шинкуют, пассеруют, в конце пассерования добавляют томатную пасту. Измельченные овощи соединяют с пассерованным луком, добавляют сахар, прогревают и охлаждают.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

**Требования к качеству**

Внешний вид: икра уложена горкой.

Консистенция: сочная, однородная.

Цвет: моркови - оранжевый, свеклы - малиново-красный.

Вкус: моркови и свеклы, пассерованного репчатого лука и томата.

Запах: моркови и свеклы, пассерованного репчатого лука и томата.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 92****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рис отварной**Номер рецептуры:** 224**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	62	62	74	74
Вода	372	372	444	444
Масло сливочное	7	7	9	9
Выход		150		180

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
3,74	5,99	29,58	215,49	0

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
4,48	7,19	35,37	257,99	0

**Технология приготовления**

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

Подготовленную крупу всыпают в кипящую воду (6 л воды, 40 г. соли на 1 кг. риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают воде стечь, без последующей промывки. Заправляют маслом сливочным растопленным и доведенным до кипения.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются.

Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная.

Цвет: от белого до кремового.

Вкус: отварного риса.

Запах: отварного риса.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 93**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Соус красный основной

**Номер рецептуры:** 528

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть, изд-во «Хлебпродинформ», г. Москва, 1996 г., под ред. В. Т. Лапшиной

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Бульон коричневый или вода		30		50
Масло сливочное	0,6	0,6	1	1
Мука пшеничная	1,5	1,5	2,5	2,5
Томатная паста	1	1	1,5	1,5
Морковь с 1 января до 31 августа	2,7	2	5,3	4
Лук репчатый	0,7	0,6	1,2	1
Сахар	0,5	0,5	0,8	0,8
Выход		30		50

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
0,41	1,17	1,85	18,6	0,23

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
0,69	1,95	3,09	31	0,39

**Технология приготовления**

Нарезанные лук, морковь, петрушку пассеруют с жиром, добавляют томатную пасту и продолжают пассерование еще 10-15 мин.

Просеянную пшеничную муку пассеруют при температуре 150-160°C, периодически помешивая, в наплитной посуде или на противне в жарочном шкафу слоем не более 4 см до приобретения светло-коричневого цвета.

Охлажденную до 70-80° С мучную пассеровку разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящий коричневый бульон, затем добавляют пассерованную томатную пасту, овощи и при слабом кипении варят 45-60 мин. В конце варки добавляют соль, сахар, лавровый лист. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса.

Консистенция: вязкая, полужидкая, эластичная.

Цвет: светло-кремовый.

Вкус: умеренно соленый, овощей.

Запах: овощей.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 94

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Жаркое по-домашнему

**Номер рецептуры:** 181

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	69	63	69	63
Масло сливочное	11	11	11	11
Картофель с 1 марта до 31 августа	321	192	321	192
Лук репчатый	24	20	24	20
Томатная паста	3	3	3	3
Масса тушеного мяса		40		40
Масса готовых овощей		240		240
Выход		280		280

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
10,52	14,31	27,66	293,00	15,86

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
10,52	14,31	27,66	293,00	15,86

### Технология приготовления

Мясо нарезают порционно. Картофель и лук нарезают – дольками. Мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатную пасту, соль и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью) закрывают крышкой и тушат до готовности.

За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Блюдо можно готовить без томатной пасты.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: мясо – нарезано поперек волокон, уложено на тарелку вместе с овощами.

Овощи сохранили форму нарезки.

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

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

Вкус: без постороннего привкуса, умеренно соленый.

Запах: мяса в сочетании с ароматом овощей.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 95**

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

**Номер рецептуры:** 141

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Творог	178	177	215	214
Крупа манная	13	13	16	16
Молоко для каши	46	46	56	56
Сахар	13	13	16	16
Яйцо	1/8 шт.	5	1/7 шт.	6
Масло сливочное для смазки листа	6	6	7	7
Сухари	6	6	7	7
Сметана	6	6	7	7
Масса готовой запеканки		190		230
Молоко сгущенное	30	30	30	30
Выход с молоком сгущенным		190/30		230/30

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
36,01	25,08	42,89	562,00	0,90

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
43,14	29,58	49,11	658,00	1,06

**Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

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

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

Отпускают запеканку с молоком сгущенным.

Температура подачи не ниже 65°C.

#### **Требования к качеству**

Внешний вид: Порционные кусочки без трещин и подгорелых мест.

Консистенция: однородная, нежная, мягкая.

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

Вкус: свойственный продуктам, входящим в данное блюдо.

Запах: слабовыраженный – творога.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА)

№ 96

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

**Номер рецептуры:** 44

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Мясо жилованное 1 категории (без кости)	26	24	26	24
Морковь с 1 января до 31 августа	4	3	4	3
Лук репчатый	2,4	2	2,4	2
Вода	250	250	250	250
Варка супа				
Капуста белокочанная	23	18	23	18
Картофель с 1 марта до 31 августа	75	45	75	45
Горошек зеленый консервированный	11	7	11	7
Морковь с 1 января до 31 августа	12	9	12	9
Лук репчатый	11	9	11	9
Масло растительное	5	5	5	5
Бульон или вода	169	169	169	169
Выход		225		225
Говядина отварная		15		15
Сметана	10	10	10	10
Выход супа		250		250

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества	Витамин С, мг
------------------	---------------

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
7,64	10,99	13,79	187	7,56

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
7,64	10,99	13,79	187	7,56

### Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

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

Готовый бульон процеживают.

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

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

В бульон или воду добавляют картофель, пассерованные морковь и лук, консервированный зеленый горошек и варят до готовности.

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

Отпускают суп с мясом и со сметаной.

Температура подачи не ниже 75°С.

#### Требования к качеству

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

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

Цвет: желтый.

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

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 97****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Бутерброд с маслом сливочным**Номер рецептуры:** 1,2**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Батон	40	40	60	60
Масло сливочное	10	10	12	12
Выход		40/10		60/12

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
3,12	7,47	19,81	158,70	0,00

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
4,66	9,06	29,68	218,64	0,00

**Технология приготовления**

Кусочки батона намазывают маслом сливочным непосредственно перед раздачей.  
Температура подачи не ниже +15°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: форма нарезки соответствует.

Консистенция: мягкая.

Цвет: батона – белый, масла сливочного – желтый.

Вкус: батона в сочетании со сливочным маслом.

Запах: в сочетании со сливочным маслом.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 98**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Овощи натуральные соленые

**Номер рецептуры:** 107

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, г
Помидоры соленые	109*/64	60	182*/107	100
Огурцы соленые	109*/63	60	182*/105	100
Выход		60		100

\*брутто сырье с рассолом

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Огурцы соленые

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,48	0,06	1,02	7,80	3,00

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Помидоры соленые

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,66	0,06	2,1	12	9

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Огурцы соленые

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,8	0,1	1,7	13	5

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

## Помидоры соленые

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,1	0,1	3,5	20	15

### **Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Овощи промывают, удаляют место прикрепления плодоножки, огурцы нарезают ломтиками.

Холодные закуски должны выставляться в порционированном виде в охлаждаемый прилавок-витрину и реализовываться в течение одного часа.

### **Требования к качеству**

Внешний вид: огурцы нарезаны ломтиками, помидоры подаются порционно.

Консистенция: огурцы-упругие, хрустящие; помидоры-мягкие.

Цвет: зеленый - огурцов, красный - помидоров.

Вкус: солоноватый, помидоров или огурцов.

Запах: соленый помидоров или огурцов.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 99****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Бутерброд с повидлом**Номер рецептуры:** 3,4**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Батон	40	40	55	55
Повидло	10	10	15	15
Выход		50		70

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,08	0,32	26,18	119,00	0,05

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,24	0,44	36,81	166,75	0,08

**Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Кусочек батона намазывают повидлом непосредственно перед раздачей.

Температура подачи не ниже +15°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: кусочек батона, намазанные повидлом.

Консистенция: мягкая, нежная.

Цвет: белый - батона, повидла соответствующий.

Вкус и запах: батона в сочетании с повидлом. Вкус сладковатый.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 100**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рогалик с повидлом

**Номер рецептуры:** 449

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов- Сборник на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.:ДеЛи принт, 2011.-544 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, г
Мука пшеничная высшего сорта	38	38	38	38
Сахар-песок	14	14	14	14
Масло сливочное	21	21	21	21
Яйцо	1/7 шт.	6	1/7 шт.	6
Сода пищевая	0,6	0,6	0,6	0,6
Итого сырья		79		79
Повидло	16	16	16	16
Масса полуфабриката		93		93
Выход		80		80

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,58	13,4	63,48	404,88	0

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,58	13,4	63,48	404,88	0

**Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Обработку яиц перед использованием проводят в следующем порядке: I – мытье в воде с температурой 40-45°C и добавлением 1-2 % растворе кальцинированной соды; II – замачивание в воде с температурой 40-45°C и добавлением хлорамина (0,5% раствор); III – ополаскивание

проточной водой с температурой 40-45°C до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

Размягченное сливочное масло и сахар-песок взбивают в течение 10-15 минут, затем добавляют яйцо, соду пищевую, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто в течение 3-5 минут. Тесто раскатывают в пласт толщиной 0,5 см, режут на треугольники, на середину которых выкладывают повидло, скатывают в виде рогаликов.

Температура подачи не ниже +15°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: в виде рогаликов.

Консистенция: мягкая.

Цвет: от желтого до светло-коричневого.

Вкус: выпеченного изделия.

Запах: свежесыпеченного изделия, приятный.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 101**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Омлет с сыром

**Номер рецептуры:** 138

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца	3 шт.	120	3 шт.	120
Молоко	75	75	75	75
Масса омлетной смеси		195		195
Сыр	48	47	48	47
Масло сливочное	5	5	5	5
Масса готового омлета		195		195
Масло сливочное	5	5	5	5
<b>Выход</b>		<b>200</b>		<b>200</b>

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
27,02	34,23	4,45	436,09	1,73

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
27,02	34,23	4,45	436,09	1,73

**Технология приготовления**

Обработку яиц перед использованием проводят в следующем порядке: I – мытье в воде с температурой 40-45°C и добавлением 1-2 % раствора кальцинированной соды; II – замачивание в воде с температурой 40-45°C и добавлением хлорамина (0,5% раствор); III – ополаскивание проточной водой с температурой 40-45°C до удаления остатков дезинфицирующего средства, с

последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

К яичной смеси добавляют молоко и соль, тщательно размешивают, взбивают до образования пены, добавляют тертый сыр. Затем массу выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или противень слоем 2,5-3 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200° С 10 минут до образования легкой румяной корочки. Перед подачей нарезают омлет на порции, поливают растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре 4+-2°С.

Температура подачи не ниже 65°С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: поверхность омлета полита сливочным маслом.

Консистенция: пористая, поверхность слегка зарумянена.

Цвет: желтый.

Вкус: входящих компонентов.

Запах: входящих компонентов.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 102**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Поджарка из рыбы

**Номер рецептуры:** 171

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Терпуг неразделанный	197	91	263	121
Или минтай без головы порошенный	139	91	185	121
Или хек без головы потрошенный	131	91	175	121
Или горбуша потрошенная с головой	135	91	180	121
Мука пшеничная	6	6	8	8
Лук репчатый	27	23	37	31
Масса пассерованного лука		12		15,6
Масло растительное	8	8	10	10
Масса жареной рыбы		78		104
Выход		90		120

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
12,23	5,70	48,90	114,00	0,37

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
16,31	7,60	65,20	152,00	0,49

### **Технология приготовления**

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

При отпуске жареные кусочки рыбы с луком гарнируют.

Температура подачи не ниже 65°С.

### **Требования к качеству**

Внешний вид: обжаренные кусочки рыбы с луком уложен на тарелку.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

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

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

Запах: рыбы.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 103**

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

**Номер рецептуры:** 168

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Терпуг неразделанный	238	109	317	145
Или минтай без головы порошенный	167	109	223	145
Или хек без головы потрошенный	153	109	204	145
Или горбуша потрошенная с головой	162	109	216	145
Масса припущенной рыбы		90		120
Масло сливочное	9	9	12	12
Соус молочный для запекания		19		25
Молоко	19	19	25	25
Мука пшеничная	1,5	1,5	2	2
Масло сливочное	1,5	1,5	2	2
Масса полуфабриката		109		145
Выход		90		120

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
14,05	2,11	1,72	81,00	0,16

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	

	г	г	ккал	
18,73	2,81	2,29	108,00	0,21

### **Технология приготовления**

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

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

Соус молочный для запекания: горячим молоком разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7-10 минут, процеживают, заправляют солью и еще раз доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 65°С.

### **Требования к качеству**

Внешний вид: кусочки рыбы под молочным соусом.

Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти.

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

Вкус: рыбы в сочетании с соусом, умеренно соленый.

Запах: рыбный, с ароматом молочного соуса.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 104**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рагу овощное

**Номер рецептуры:** 214

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель с 1 марта до 31 августа	167	100	167	100
Капуста белокочанная	25	20	25	20
Морковь с 1 января до 31 августа	59	44	59	44
Томатная паста	3	3	3	3
Лук репчатый	24	20	24	20
Масло растительное	7	7	7	7
Мука пшеничная	1,4	1,4	1,4	1,4
Масса гарнира и соуса		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
3,32	6,98	19,25	163	13,13

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
3,32	6,98	19,25	163	13,13

**Технология приготовления**

Картофель нарезают брусочками или кубиками и тушат. Через 10-15 минут добавляют капусту нашинкованную. Делают соус: пассеруют муку, добавляют морковь, томатную пасту и лук репчатый, готовые овощи добавляют в тушеный картофель за 10-15 минут до готовности.

Температура подачи не ниже 65°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: овощи уложены на тарелочку, овощи сохранили форму нарезки.

Консистенция: сочная, мягкая.

Цвет: оранжевый.

Вкус: умеренно соленый, свойственный овощам.

Запах: свойственный овощам, входящим в блюдо.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 105****Наименование изделия:** Компот из изюма**Номер рецептуры:** 526**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, Уральский региональный центр питания, 2012 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Дети с 7-11 лет		Дети с 12 лет и старше	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Изюм	26	26	38	38
Сахар	11	11	12	12
Вода	218	218	205	205
Выход		200		200

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
0,47	0,00	28,14	112,00	0,00

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
0,68	0,00	37,06	148,00	0,00

**Технология приготовления**

Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Изюм варят 5-10 минут. Компот охлаждают. При отпуске в стакан кладут фрукты и заливают отваром.

Температура подачи не выше 20°С.

**Требования к качеству**

Внешний вид: компот с сухофруктами налит в стакан.

Консистенция: жидкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий. Не допускаются посторонние привкусы и запахи

Запах: отварного изюма.

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 106****Наименование кулинарного изделия (блюда):** Бутерброд с маслом и сыром**Номер рецептуры:** 3,4**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	7-11 лет		12 лет и старше	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Батон	30	30	40	40
Масло сливочное	9	9	13	13
Сыр	16	15	24	23
Выход		30/9/15		40/13/23

Химический состав данного блюда (с 7-11 лет)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
6,29	10,67	14,88	181,23	0,11

Химический состав данного блюда (с 12 лет и старше)

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	
9,19	15,73	19,85	258,61	0,16

**Технология приготовления**

Кусочек батона намазывают маслом сливочным и сверху укладывают кусочек сыра непосредственно перед раздачей.

Температура подачи не ниже +15°C.

**Требования к качеству**

Внешний вид: кусочек батона, намазанный маслом сливочным с сыром.

Консистенция: мягкая, нежная.

Цвет: белый.

Вкус и запах: батона в сочетании со сливочным маслом и сыром.