

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
Рецептура №1
Бутерброд с маслом и сыром

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Сыр Голландский брусковый х/о – 8% или	35,9	33,0
Сыр Российский х/о – 6% или	35,1	33,0
Сыр Костромской х/о – 4% или	34,3	33,0
Сыр Ярославский х/о – 7%	35,5	33,0
Масло сливочное несоленое	17,0	17,0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0
Выход		100

В 100 граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
11,63	24,74	26,76	409,38	24,73	183,17	1,75

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,19	0,23	0,18	1,79	0,53	381,17

Способ приготовления:

Хлеб пшеничный нарезают ломтиками толщиной 1,0-1,5 см. Сыр твердый нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками толщиной 2-3 мм (подготовку сыра производят не ранее, чем за 30-40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике).

Ломтики хлеба равномерно намазывают маслом сливочным и укладывают на них подготовленный сыр.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура №1а

Бутерброд с маслом

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Масло сливочное несоленое	17,0	17,0
Хлеб пшеничный	50,0	50,0
Выход		100

В 100 граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
6,12	18,88	36,55	23,5	0,0	0,0	1,55

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,0	0,12	0,08	0,0	0,0	340,00

Способ приготовления:

Хлеб пшеничный нарезают ломтиками толщиной 1,0-1,5 см. Ломтики хлеба равномерно намазывают маслом сливочным.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 2 Икра кабачковая

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Икра кабачковая	105,4	100,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
1,9	8,9	7,7	41	15	37	0,7
Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0	0,02	0,05	0,4	7		119

Готовый продукт промышленного производства

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 3

Свекла отварная

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Свекла т/о-2%, до 01.01 х/о-20%	115,0	92,0
с 01.01 х/о-25%	123,0	92,0
Масса вареной очищенной свеклы		90,2
Масло подсолнечное рафинированное	7,0	7,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
1,66	7,09	8,50	36,59	21,52	43,81	1,35
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0	0,02	0,04	0,24	4,81	103,53	

Способ приготовления:

Промытую свеклу отваривают в кожуре, охлаждают, очищают, нарезают соломкой (или натирают на терке), солят, перемешивают и заправляют растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 4

Рассольник с мясом птицы со сметаной

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о-25%	37,3	28,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	40,0	28,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	43,1	28,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	46,7	28,0
или		
Картофель быстрозамороженный	28,0	28,0
Огурцы соленые (х/о-20%)	12,0	9,6
Морковь красная		
до 01.01 х/о-20%	8,0	6,4
с 01.01 х/о-25%	8,5	6,4
или		
Морковь красная быстрозамороженная	6,4	6,4
Лук репчатый	4,0	3,4
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	3,4	3,4
Крупа перловая (рисовая)	3,0	3,0
Петрушка (зелень)	1,2	0,9
Бульон мясной	120,0	120,0
Сметана 15% жирности	4,0	4,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,2	0,2
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
1,69	0,95	6,12	21,3	14,52	71,43	0,44
Витамины мг.			Энергетическая			
A	B1	B2	PP	C	ценность (ккал)	
0,004	0,05	0,04	0,59	3,65	47,37	

Способ приготовления:

Овощи предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде. Крупу перебирают, промывают. Перловую крупу кладут в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают, крупу промывают. Соленые огурцы зачищают от кожицы, удаляют крупные зерна, нарезают соломкой или ромбиками, припускают в небольшом количестве воды 15 мин. В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, картофель, нарезанный брусочками (быстрозамороженный картофель кладут не размораживая), варят 7-10 минут, добавляют нарезанные соломкой морковь, лук (замороженные овощи - не размораживая), а через 5-10 минут вводят припущенные огурцы, в конце варки солят, добавляют сметану и вновь доводят до кипения.

Температура подачи первого блюда +75 С. Срок реализации 2-3 часа с момента приготовления.

Требования:

Консистенция овощей мягкая, цвет супа – светло-желтый, вкус и запах в меру острый, аромат овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 5

Зеленый горошек

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Горошек зеленый консервированный натуральный (х/о-35%)	154,0	100,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
3,1	0,2	6,5	20,0	21,0	62,0	0,7

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0	0,11	0,05	0,7	10	40,0

Способ приготовления:

Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течение 3-5 минут, затем отвар сливают и отпускают горошек как гарнир.

Для воспитанников ясельных групп горошек перед подачей разминается в пюре.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
 Рецепт № 6
Суп молочный с макаронными изделиями

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Макаронные изделия группы А или	10,0	10,0
Макаронные изделия группы В	10,0	10,0
Вода питьевая	60,0	60,0
Масса отварных изделий		26,5
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75,0	75,0
Сахар-песок	2,0	2,0
Масло сливочное несоленое	2,5	2,5
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
3,30	4,50	10,32	53,00	11,63	60,39	0,23

Витамины, мг					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,13	0,02	0,07	0,16	0,45	93,52

Способ приготовления:

Вермишель (или лапшу) засыпать, помешивая, в кипящую подсоленную воду и отварить до готовности в течение 5-7 минут, откинуть на сито, дать стечь воде. Затем в кипящее молоко добавить сахар и заложить отварные макаронные изделия, довести до кипения и варить еще минут 5. Сливочное масло растопить в эмалированной посуде, прокипятить, добавить в готовую вермишель, все тщательно перемешать и прокипятить.

Требования:

Цвет белый. Макаронные изделия хорошо разварены, не слипшиеся. Вкус и запах свойственные отварной вермишели и молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 7

Суп рыбный

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Горбуша натуральная. Консервы	16,0	16,0
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	37,3	28,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	40,0	28,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	43,1	28,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	46,7	28,0
или		
Картофель быстрозамороженный	28,0	28,0
Морковь красная		
до 01.01 х/о – 20%	8,0	6,4
с 01.01 х/о-25%	8,5	6,4
или		
Морковь красная быстрозамороженная	6,4	6,4
Лук репчатый	5,0	4,2
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	4,2	4,2
Крупа рисовая (пшено)	4,0	4,0
Петрушка (корень) х/о – 25%	1,0	0,75
Вода питьевая	120,0	120,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,2	0,2
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
4,07	1,04	6,66	43,17	21,76	65,61	0,52

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,003	0,04	0,04	1,11	3,21	60,34

Способ приготовления:

Очищенный картофель нарезают кубиками, крупу перебирают, промывают, морковь и лук мелко шинкуют. В кипящую воду закладывают подготовленную крупу (рис или пшено), варят 15 минут, вводят картофель, овощи (замороженные картофель и овощи - не размораживая), корень петрушки и варят еще 10-15 минут, затем в кипящий бульон добавляют подготовленные консервы «Лосось», солят и продолжают варить 10-15 минут.

Требования:

Цвет супа светло-оранжевый. Вкус и запах свойственные рыбным консервам, консистенция крупы и картофеля мягкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 8

Картофельное пюре

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о –25%;	98,0	73,5
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	105,0	73,5
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	113,1	73,5
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	122,5	73,5
т/о-3%		
масса отварного картофеля		71,3
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	28,0	28,0
Масло сливочное несоленое	2,5	2,5
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
2,17	3,12	5,36	36,72	15,56	54,67	0,49

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,06	0,07	7,02	0,64	2,09	82,60

Способ приготовления:

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем состоянии через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Требования: Цвет бело-кремовый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла. Не допускается: Цвет с синеватым оттенком, с темными глазками, кусочки непотертого картофеля, запах подгорелого молока, вкус водянистый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 9

Каша молочная гречневая

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Крупа гречневая ядрица или	10,0	10,0
Хлопья гречневые, не требующие варки*	10,0	10,0
Вода питьевая	12,0	12,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75,0	75,0
Сахар-песок	3,0	3,0
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
3,49	5,21	12,50	92,24	30,21	97,63	0,75

Витамины, мг					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,13	0,05	0,11	0,47	0,45	111,19

Способ приготовления:

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

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

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

*Способ приготовления при использовании хлопьев, не требующих варки:

Смесь молока и воды доводят до кипения, заливают кипящей жидкостью хлопья, тщательно перемешивают, чтобы не было комков, закрывают крышкой и дают настояться в течение 5 минут. Добавляют соль, сахар, прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 10

Гречка рассыпчатая

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Крупа гречневая ядрица	46,0	46,0
Или		
Хлопья гречневые, не требующие варки*	46,0	46,0
Вода питьевая	70,0	70,0
Масло сливочное несоленое	4,0	4,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
5,70	4,82	27,45	9,49	90,18	135,08	3,03
Витамины мг.						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,02	0,14	0,07	1,64	0	180,34	

Способ приготовления: Крупу перебрать, промыть. В кипящую воду положить соль, всыпать подготовленную крупу и варить до загустения, периодически помешивая. Когда каша загустеет, довести до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. Сливочное масло растопить в эмалированной посуде, прокипятить, добавить в готовую кашу и все тщательно перемешать.

Требования:

Зерна крупы хорошо набухшие, разварены. Консистенция зерен мягкая. Цвет светло-коричневый. Вкус и запах, свойственные набору продуктов без признаков вкуса пригорелой каши.

*Способ приготовления при использовании хлопьев, не требующих варки:

Воду доводят до кипения, заливают кипящей жидкостью хлопья, тщательно перемешивают, чтобы не было комков, закрывают крышкой и дают настояться в течение 5 минут. Добавляют соль, прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 11

Каша молочная геркулесовая

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Овсяные хлопья "Геркулес" или	10,0	10,0
Хлопья овсяные, не требующие варки*	10,0	10,0
Вода питьевая	12,0	12,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75,0	75,0
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Сахар-песок	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
3,33	5,50	11,32	95,41	23,18	100,60	0,45

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,13	0,05	0,10	0,17	0,45	108,22

Способ приготовления:

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

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

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

*Способ приготовления при использовании хлопьев, не требующих варки:

Смесь молока и воды доводят до кипения, заливают кипящей жидкостью хлопья, тщательно перемешивают, чтобы не было комков, закрывают крышкой и дают настояться в течение 5 минут. Добавляют соль, сахар, прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 12

Каша молочная пшенная

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.						
	Вес брутто, г	Вес нетто, г					
Крупа пшено или	10,0	10,0					
Хлопья пшениные, не требующие варки*	10,0	10,0					
Вода питьевая	12,0	12,0					
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	75,0	75,0					
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0					
Сахар-песок	3,0	3,0					
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25					
Выход		100					
В 100 г данного блюда содержится							
Пищевые вещества, г		Минеральные вещества, мг					
Белки	Жиры	Углеводы	Са	Mg	P	Fe	
3,38		5,21	12,93	92,93	18,62	91,20	0,36
Витамины, мг		Энергетическая					
A	B1	B2	PP	C	ценность (ккал)		
0,13		0,05	0,10	0,22	0,45	112,47	

Способ приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду кладут подготовленную крупу и варят до полуготовности. Затем добавляют соль, сахар, горячее молоко, варят, периодически помешивая, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, и все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требование:

Цвет светло-желтый. Зерна крупы полностью хорошо разварены. Консистенция нежная, слегка расплывчатая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

*Способ приготовления при использовании хлопьев, не требующих варки:

Смесь молока и воды доводят до кипения, заливают кипящей жидкостью хлопья, тщательно перемешивают, чтобы не было комков, закрывают крышкой и дают настояться в течение 5 минут. Добавляют соль, сахар, прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 13

Омлет натуральный

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Яйцо куриное диетическое	1,25	50,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	60,0	60,0
Масло сливочное для смазывания противня	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
7,85	9,06	3,21	100,82	14,40	151,5	1,32

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,22	0,04	0,30	0,16	0,18	124,93

Способ приготовления:

Яйца (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), смешивают с молоком, добавляют соль, слегка взбивают до тех пор, пока на поверхности не появится пена. Омлет запекают на противне, смазанном маслом с толстым дном, обеспечивающим постепенный равномерный прогрев яичной массы. Противень хорошо разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования легкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-200°C. При подаче нарезать на порционные куски.

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 14

Запеканка творожная

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Творог 9%-ной жирности (х/о-протираание–1-2%)	70,0	68,6
Яйцо куриное диетическое	0,2	8,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	34,0	34,0
Крупа манная	7,0	7,0
Сахар-песок	3,0	3,0
Масло сливочное для смазывания противня	1,6	1,6
Т/о запекание – 15%		
Выход		100

В 100 г данного блюда

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
13,66	9,04	9,92	146,93	20,20	191,43	0,59
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,10	0,04	0,25	0,39	0,27		181,33

Способ приготовления:

Творог протирают, добавляют молоко, яйцо (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), сахар, манную крупу, хорошо вымешивают. Выкладывают слоем 3-4 см на противень, смазанный сливочным маслом, разравнивают и запекают в жарочном шкафу 20-30 мин. при t 220-280°C.

Требования:

Поверхность ровная, без трещин, консистенция однородная. Цвет золотисто-желтый; вкус и запах, свойственные творогу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 15

Котлета рыбная

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Филе трески ¹ (х/о – 6%)	85,0	80,0
Или		
Филе окуня морского ¹ (х/о – 6%)	85,0	80,0
Или		
Филе судака ¹ (х/о – 8%)	87,0	80,0
Или		
Филе хека ¹ (х/о – 10%)	89,0	80,0
или		
Филе минтая ¹ (х/о – 5%)	70,5	80,0
Или		
Филе горбуши ¹ (х/о – 6%)	85,0	80,0
Хлеб пшеничный	15,0	15,0
Вода питьевая	19,0	19,0
Яйцо куриное диетическое	0,1	4,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,5	0,5
Масса полуфабриката		118
Т/о – 15 %		
Выход		100

¹ – для приготовления блюда используется филе рыбное без костей и кожи промышленного производства

В 100 г. данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
25,35	0,89	6,47	43,20	23,83	273,68	0,37

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,01	0,02	0,16	2,48	0	125,91

Способ приготовления:

Подготовленное филе рыбное без костей и кожи промывают, нарезают на куски и пропускают вместе с хлебом пшеничным, предварительно замоченным в воде, через мясорубку с мелкой решеткой. К рыбной массе добавляют соль поваренную йодиро-ванную, яйца куриные сырые, вымешивают, пропускают через мясорубку, хорошо выбивают. Приготовленную массу формируют в виде котлет или биточков, укладывают в сотейник или другую посуду и варят на пару в течение 20-30 мин до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 16

Жаркое по-домашнему

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (бескостная 1-го сорта) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-38%)	24,2	22,0
Масса тушеного мяса		13,7
Томат-паста	1,0	1,0
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о-25%	104,0	78,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	111,4	78,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	120,0	78,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	130,0	78,0
или		
Картофель быстрозамороженный	78,0	78,0
Морковь красная		
до 01.01 х/о-20%	10,0	8,0
с 01.01 х/о-25%	11,0	8,0
или		
Морковь красная быстрозамороженная	8,0	8,0
Лук репчатый (х/о-16%)	10,0	8,4
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	8,4	8,4
Масло сливочное несоленое	2,0	2,0
Масло подсолнечное рафинированное	1,0	1,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,2	0,2
Вода питьевая (или бульон) т/о-20%	20,0	20,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
5,31	5,43	9,70	14,55	23,16	85,14	1,18
Витамины мг.					Энергетическая	
A	B1	B2	PP	C	ценность (ккал)	
0,01	0,08	0,07	1,76	2,05	121,87	

Способ приготовления:

Подготовленные порционные куски мяса (1-2 шт на порцию) складывают в посуду, добавляют воду, томат-пасту и тушат 45-60 мин. Картофель, морковь и репчатый лук нарезают кубиками. Лук и морковь (замороженные овощи не размораживают) припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла и соединяют с мясом. Картофель укладывают сверху мяса (быстрозамороженный картофель не размораживают), добавляют соль, наливают воду, так, чтобы она закрыла картофель. Жаркое тушат 20 мин. Отпускают мясо с соусом и тушеным картофелем.

Требования: Кусочки мяса одинаковые по форме и размеру. Консистенция мягкая, сочная. Мясо легко разжевывается. Картофель тушеный вместе с мясом сохраняет форму нарезки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 17

Котлета мясная, паровая

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%)	89,0	81,0
Хлеб пшеничный	14,0	14,0
Вода питьевая	19,0	19,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	1,0	1,0
Масса полуфабриката		114,0
Т/о –варка на пару – 12%		
Выход		100

В 100 г. данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
14,71	5,91	5,44	13,60	20,62	125,61	1,02

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0	0,06	0,12	3,27	0	125,05

Способ приготовления:

Подготовленное мясо котлетное нарезают на куски, пропускают через мясорубку дважды, смешивают с размоченным в воде хлебом пшеничным, снова пропускают через мясорубку, добавляют соль поваренную йодированную, хорошо выбивают. Из приготовленной котлетной массы формуют котлеты или биточки, варят на пару или в воде до готовности в течение 15-20 мин.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 18

Печень по-строгановски

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Печень говяжья мороженая (х/о-17%;, т/о-32%)	105,3	87,4
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Масса тушеной печени		59,4
Лук репчатый	12,6	10,5
Масса припущенного лука		5,3
Морковь красная до 01.01 х/о-20%	21,0	16,8
с 01.01 х/о-25%	22,5	16,8
Масса припущенной моркови		15,5
Мука пшеничная 1 сорта	3,0	3,0
Сметана 15% жирности	10,5	10,5
Бульон или вода	35,0	35,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Масса соуса		45
масса полуфабриката т/о-тушение-20%		125
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
14,4	5,78	3,55	28,1	20,05	205,06	4,63

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
6,47	0,1	1,00	4,92	0,52	121,51

Способ приготовления:

Печень размораживают, промывают, очищают от желчных протоков, удаляют пленку, нарезают брусочками длиной 3-4 см весом 5-7 г, тушат в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного. Обработанные морковь и репчатый лук припускают до готовности в отваре из печени. Печень и припущенные овощи соединяют, солят, заливают сметанным соусом, приготовленным из подсушенной муки, бульона (или воды), сметаны и тушат до готовности (10-15 минут). Отпускают вместе с соусом. Температура подачи +65 С. Срок реализации 2-3 часа.

Способ приготовления из консервов для детского питания: Печень по-строгановски (консервы) разогреть, не вскрывая в водяной бане (t=60 °С). Затем консервы вскрыть и порционировать.

Требования: Консистенция печени и овощей мягкая, сохранена форма нарезки. Вкус и запах свойственные отварной печени, овощам и сметане.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 19

Какао напиток с молоком

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	90,0	90,0
Какао-напиток витаминизированный быстрорастворимый (смесь сухая)	7,0	7,0
Вода питьевая	15,0	15,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
3,10	3,20	11,18	110,57	15,89	92,71	0,35

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,14	0,02	0,12	0,12	0,54	84,91

Способ приготовления:

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

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 20

Кисель

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Вода питьевая	100,0	100,0
Концентрат киселя "Золотой шар"	10,0	10,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
0	0	9,8	4,5	1	0	0
Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,25	0,3	0,3	3,25	15	40	

Способ приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 21

Компот из сухофруктов

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Абрикосы без косточки (курага) или	10,0	10,0
Чернослив или	10,0	10,0
Изюм или	10,0	10,0
Смесь сухофруктов	10,0	10,0
Сахар-песок	8,0	8,0
Вода питьевая	98,0	98,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
0,52	0	13,48	20,57	11,48	14,6	0,34

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0	0,01	0,02	0,3	0,4	53,72

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 22

Кофейный напиток с молоком

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Напиток кофейный Золотой колос витаминизированный	1,0	1,0
Молоко стерилизованное 3,2 % жирности	78,0	78,0
Сахар-песок	6,5	6,5
Вода питьевая	35,0	35,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
2,29	2,52	10,75	95,31	11,27	70,2	0,07
Витамины мг.						Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,02	0,06	0,15	0,32	3,68	72,67	

Способ приготовления:

Засыпать кофейный напиток в горячую воду и довести до кипения. Дать отстояться 3-5 минут и процедить. Добавить горячее кипяченое молоко, сахар и вновь довести до кипения. Готовый напиток разливают в стаканы или чашки. Температура подачи +45°C.

Требования: Цвет светло-коричневый, аромат и вкус кофейного напитка и кипяченого молока, приятный, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 23

Сок

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Сок восстановленный витаминизированный или сок прямого отжима*)	100,0	100,0
Выход	100,0	100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
0,5	0,1	10,1	7,0	4,0	7,0	1,4
Витамины, мг					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0	0,01	0,01	0,1	2,0	46,0	

Готовый продукт промышленного производства.

*) – расчет пищевой ценности дан по соку яблочному.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 24

Чай с сахаром

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Чай черный байховый	0,3	0,3
Вода питьевая	95,0	95,0
Сахар-песок	6,5	6,5
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
6,00	1,53	6,50	5,80	2,25	2,47	0,27

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0	0	0,003	0,02	3,0	24,64

Способ приготовления:

В чайник насыпать чай и сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, остудить до температуры 40-45°C, после чего разлить по стаканам. Не рекомендуется кипятить заваренный чай и длительно хранить на плите.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 25

Яблоко

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.					
	Вес брутто, г	Вес нетто, г				
Яблоки (х/о-12%)	113,7	100,0				
Выход	100,0					
Пищевые вещества г.						
Белки	Жиры	Углеводы	Минеральные вещества мг.			
0,41	0,41	10,09	Ca	Mg	P	Fe
			16,48	0	0	0,206
Витамины мг.			Энергетическая			
A	B1	B2	PP	C	ценность(ккал)	
0	0	0,02	0	16,69	45,32	

Способ приготовления:

Плоды перед отпуском перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промывают проточной питьевой холодной водой.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 26

Каша молочная рисовая

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Крупа рисовая	10,0	10,0
Вода питьевая	12,0	12,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75,0	75,0
Сахар-песок	3,0	3,0
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
3,49	5,21	12,50	92,24	30,21	97,63	0,75

Витамины, мг					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,13	0,05	0,11	0,47	0,45	111,19

Способ приготовления:

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

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 27

Каша молочная манная

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Крупа манная	10,0	10,0
Вода питьевая	12,0	12,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75,0	75,0
Сахар-песок	3,0	3,0
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
3,49	5,21	12,50	92,24	30,21	97,63	0,75

Витамины, мг					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,13	0,05	0,11	0,47	0,45	111,19

Способ приготовления:

Манную крупу засыпают в кипящее молоко и при непрерывном перемешивании варят до готовности. За 2-3 минуты до готовности добавляют сахар, соль, масло.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требование: Цвет белый. Консистенция жидкая, вкус и запах, свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 28

Макаронные изделия отварные

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Макароны группы А или	36,0	36,0
Макароны группы В	36,0	36,0
Масло сливочное несоленое	4,5	4,5
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,5	0,5
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
3,90	4,10	20,84	4,21	5,55	25,10	0,54
Витамины, мг						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,03	0,04	0,01	0,36	0	138,25	

Способ приготовления:

Макароны засыпать, помешивая, в кипящую подсоленную воду (1 л воды на 100 г продукта), и отварить до готовности. Готовые макароны откинуть на сито, дать стечь воде и перемешать с прокипяченным сливочным маслом.

Требования: макароны не разварены, консистенция не слипшаяся, вкус и запах свойственный отварным макаронам и сливочного масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 29

Гуляш из отварного мяса говядины

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина	75,0	56,0
Масло растительное	3,0	3,0
Лук репчатый	15,0	12,0
Морковь красная	15,0	12,0
Мука пшеничная 1 сорта	4,0	4,0
Томат	4,0	4,0
Соль йодированная с пониженным	0,70	0,70
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
10,98	11,57	3,36	28,1	20,05	205,06	4,63

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,0	0,0	0,0	0,0	1,10	161,30

Способ приготовления: Отварное мясо нарезают кубиками, соединяют с припущенной морковью, мелко нашинкованным бланшированным репчатым луком, с томатным пюре, заливают водой, добавляют соль и тушат 10-15 минут. На отваре или воде готовят соус, которым заливают мясо и доводят до кипения. Отпускают с соусом, в котором тушилось мясо.

Требования: небольшие порционные куски политы соусом, гарнир расположен сбоку. Консистенция: мяса - сочная, мягкая. Цвет: мяса - светло-серый, свойственный овощам и соусу. Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо. Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 30

Рис отварной

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Крупа рисовая	36,0	36,0
Вода питьевая	45,5,0	45,5
Масло сливочное несоленое	4,5	4,5
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	5,00	5,00
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
5,82	9,74	50,0	93,84	76,81	261,39	2,39

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,09	0,39	0,08	3,01	0	298,47

Способ приготовления: Рис перебрать, промыть. Подготовленный рис кладут в кипящую подсоленную воду (6 л воды, 60г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют прокипяченным сливочным маслом, перемешивают и прогревают.

Требования:

Температура подачи +65С. Срок реализации – 2 часа с момента приготовления. Вкус и запах, свойственные набору продуктов без признаков вкуса пригорелой каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 31

Суп гороховый с мясом птицы

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Мясо кур	100,0	70,0
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	37,3	28,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	40,0	28,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	43,1	28,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	46,7	28,0
или		
Картофель быстрозамороженный	28,0	28,0
Морковь красная		
до 01.01 х/о – 20%	8,0	6,4
с 01.01 х/о-25%	8,5	6,4
или		
Морковь красная быстрозамороженная	6,4	6,4
Лук репчатый	5,0	4,2
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	4,2	4,2
Горох	30,0	30,0
Вода питьевая	120,0	120,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,2	0,2
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
14,7	17,0	11,5	32,8	0,0	0,0	2,6
Витамины мг.						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,0	0,36	0,16	0,0	14,8	260,7	

Способ приготовления:

Горох перебрать, промыть, заложить в кипящий мясной бульон и варить до готовности. Затем добавить нарезанный картофель. Очищенные, вымытые морковь и лук нарезать и слегка пассировать на масле и за 10-15 минут до конца варки положить в суп, добавить соль.

Требования:

Вкус и запах, свойственные гороху и мясу, консистенция крупы и картофеля мягкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
 Рецепт № 32
Тефтели мясо-крупяные паровые

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%)	74,7	68,0
Крупа рисовая	12,0	12,0
Масса рисовой рассыпчатой каши		33,6
Лук репчатый	10,0	8,4
Яйцо куриное диетическое	0,125	5,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,2	0,2
или		
Тефтели мясо-крупяные из п/ф промышленного производства*	112,0	112,0
Масса полуфабриката		112
Т/о – варка – 12%		
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
12,64	9,49	6,47	9,03	18,22	136,75	1,99

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,01	0.05	0,12	3,17	0,8	168,73

Способ приготовления:

Мясо, зачищенное от грубой соединительной ткани, пропускают через мясорубку. Рис отваривают. Мясной фарш соединяют с рисом, мелко нарезанным луком и сырым яйцом (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6.1079-01), перемешивают и формуют тефтели в виде шариков по 2-3 штуки на порцию, кладут в посуду, варят на пару или в воде до готовности в течение 15-20 минут.

Требования: Тефтели круглой формы, не развалившиеся, сочные, поверхность – серовато-кремовая.

*Способ приготовления тефтелей из п/ф промышленного производства:

Тефтели мясо-крупяные, не размораживая, кладут в посуду, варят на пару или в воде до готовности в течение 15-20 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА
 Рецепт № 33
Рыба, запеченная с овощами

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Треска (х/о – 6%) Или	65,0	61,0
Окунь морского (х/о – 6%) Или	65,0	61,0
Судака (х/о – 8%) Или	66,3	61,0
Минтай (х/о – 5%) или	64	61,0
Горбуши (х/о - 6%)	65	61,0
Вода питьевая	19,0	19,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,5	0,5
Морковь красная до 01.01 х/о-20%	25,0	20,0
с 01.01 х/о-25%	27,0	20,0
Лук репчатый (х/о-16%)	10,0	8,4
Томат-пюре	2,0	2,0
Сахар-песок	2,0	2,0
Масло подсолнечное рафинированное	5,0	5,0
Масса рыбы готовой с овощами тушеными и соусом		100
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
9,47	4,97	4,41	38,58	39,86	162,02	0,74

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,005	0,07	0,07	0,75	4,32	100,04

Способ приготовления:

Подготовленную рыбу промывают, нарезают на порционные куски, укладывают на противень в один слой, посыпая нашинкованной морковью и лука репчатого, запекают до готовности.

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она запекалась.

Температура подачи: не ниже 65С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 34

Хлеб ржаной-пшеничный

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Хлеб ржаной	50,0	50,0

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
2,3	0,3	14,8	6,3	6,7	30,5	1,4
Витамины мг.						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	71,4	

Способ приготовления: Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами освобождают от упаковки и порционируют.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 35

Щи из свежей капусты с мясом птицы со сметаной

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Капуста белокочанная (х/о – 20%)	25,0	20,0
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	14,0	10,5
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	15,0	10,5
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	16,2	10,5
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	17,5	10,5
или		
Картофель быстрозамороженный	10,5	10,5
Морковь красная		
до 01.01 х/о – 20%	8,0	6,4
с 01.01 х/о – 25%	8,5	6,4
или		
Морковь красная быстрозамороженная	6,4	6,4
Лук репчатый (х/о-16%)	5,0	4,2
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	4,2	4,2
Петрушка (зелень) х/о – 26%	1,0	0,74
Сметана 15% жирности	4,0	4,0
Бульон мясной	120,0	120,0
Вода питьевая	120,0	120,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,35	0,35
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
0,84	0,67	3,69	25,9	10,80	21,56	0,31
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,01	0,03	0,02	0,36	9,87	24,66	

Способ приготовления:

Овощи предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде и закладывают в кипящий мясной бульон. Белокочанную капусту нарезают соломкой, очищенный картофель - кубиками или брусочками, репчатый лук и морковь шинкуют. В кипящую воду закладывают картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая) и варят до полуготовности 7-10 минут. Затем добавляют капусту, лук, морковь (замороженные овощи - не размораживая), соль и варят до готовности 10-15 минут. В готовые щи добавляют сметану, зелень и доводят до кипения.

Требования. Консистенция овощей мягкая, вкус и запах свойственные данному набору продуктов. Не допускается запах переваренной капусты.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 36

Голубцы ленивые с мясом говядины

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Говядина (котлетное мясо) (х/о-потери при размораживании и зачистке- 9%, т/о-варка-38%)	34,6	31,5
Масса отварного мяса		19,5
Капуста белокочанная (х/о- 20%)	90,0	72,0
Масса припущенной капусты (т/о 8%)		66,2
Крупа рисовая	8,0	8,0
Масса рассыпчатой каши		22,4
Масло подсолнечное рафинированное	1,0	1,0
Томат-паста	1,0	1,0
Масло сливочное несоленое	2,5	2,5
Сметана 15% жирности	2,0	2,0
Бульон мясной	12,0	12,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	1,2	1,2
т/о -тушение – 20%		
Выход		100

В 100 граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.				Минеральные вещества мг.				
Белки	Жиры	Углеводы		Ca	Mg	P	Fe	
7,31	7,32	9,34		40,24	21,25	81,52	1,22	
Витамины мг.				Энергетическая ценность(ккал)				
A	B1	B2	PPC					
0,02	0,04	0,07		1,56	23,14			133,21

Способ приготовления:

Подготовленное мясо варят, охлаждают, пропускают через мясорубку 2 раза. Рисовую крупу перебирают, промывают и варят до полуготовности. Мясо соединяют с отваренным рисом, добавляют соль и перемешивают. Белокочанную капусту нарезают мелкой соломкой, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, перекладывают в дуршлаг, дают стечь отвару. Подготовленную капусту соединяют с мясом и рисом, перемешивают, добавляют бульон, масло, томат-пасту и тушат 30-40 минут. В конце тушения добавляют сметану и доводят блюдо до кипения.

Требования:

Капуста мелкая, фарш сочный, вкус и запах свойственный тушеному мясу и капусте.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 37

Соус молочный сладкий

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Мука пшеничная высшего сорта	9,0	9,0
Сахар-песок	7,0	7,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	110,0	110,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
4,14	3,44	8,08	129,47	16,33	102,45	0,23

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,17	0,03	0,13	0,19	0,33	117,69

Способ приготовления:

Муку подсушить на сковороде без жира до светло-желтого цвета, остудить, развести кипяченым молоком, добавить сахар и, непрерывно помешивая, варить при слабом кипении 7-10 минут, процедить и довести до кипения.

Требования: консистенция однородная, без комков заварившейся муки, цвет светло-кремовый. Вкус нежный, без запаха подгорелой муки и молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 38

Каша молочная "Дружба"

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Крупа рисовая или	5,0	5,0
Хлопья рисовые, не требующие варки*	5,0	5,0
Крупа пшено или	5,0	5,0
Хлопья пшеничные, не требующие варки*	5,0	5,0
Вода питьевая	12,0	12,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	75,0	75,0
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Сахар-песок	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.					Минеральные вещества мг.		
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe	
3,16	5,09	13,17	91,9	16,99	87,09	0,27	
Витамины мг.					Энергетическая		
A	B1	B2	PP	C	ценность (ккал)		
0,13	0,04	0,10	0,22	0,45	111,58		

Способ приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду закладывают подготовленную пшеничную крупу и варят 10-15 минут, помешивая. Затем всыпают подготовленную рисовую крупу и варят 5-10 минут, потом добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, периодически помешивая, до готовности. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, и все тщательно перемешивают.

Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления.

Требования:

Зерна полностью разварены. Консистенция каши нежная. Вкус и запах, свойственные набору круп, без признаков подгорелой каши.

*Способ приготовления при использовании хлопьев, не требующих варки:

Смесь молока и воды доводят до кипения, заливают кипящей жидкостью смесь хлопьев, тщательно перемешивают, чтобы не было комков, закрывают крышкой и дают настояться в течение 5 минут. Добавляют соль, сахар, прокипяченное сливочное масло и все тщательно перемешивают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 39

Сосиска отварная

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Колбаски (сосиски, сардельки) детские	102,0	100,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
16,0	22,0	0,12	16,3	0	0	0,9
Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0	0	0,13	0	43	245,0	

Способ приготовления:

Искусственную оболочку с сосисок (сарделек) снять, сосиски (сардельки) промыть, положить в кипящую воду, варить при слабом кипении 5 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 40

Соус томатный с маслом сливочным

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Отвар овощной или вода	90,0	90,0
Мука пшеничная 1 сорта	8,5	8,5
Масло сливочное	3,5	3,5
Томат-пюре	8,5	8,5
Сахар-песок	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
1,23	3,0	9,77	8,27	4,66	16,39	0,37

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,02	0,03	0,01	0,24	2,21	71,21

Способ приготовления:

Муку пшеничную просеивают, подсушивают на сковороде (без масла) до светло-желтого цвета, охлаждают, разводят отваром овощным (водой), размешивают до образования однородной массы, варят на слабом огне в течение 10-15 мин, добавляют томат-пюре, соль поваренную йодированную, сахар-песок, варят при слабом кипении, помешивая, в течение 5-10 мин, процеживают, заправляют маслом сливочным и, помешивая, доводят до кипения.

Соус томатный подают к блюдам из отварного мяса, птицы и к блюдам из овощей.

Температура подачи: не ниже 65 С.

Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 41

Пельмени

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Пельмени для питания детей из п/ф промышленного производства ТУ 9214-734-00419779-03 или ТУ 9214-345-23476804-02	100,0	100,0
Выход		100

В 100 г. данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
11,12	9,17	25,58	20,88	27,72	124,80	1,87

Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,01	0,18	0,10	2,40	0,28	261,25

Готовый продукт промышленного производства

Способ приготовления:

Пельмени, не размораживая, опустить в кипящую воду, довести до кипения и варить в течение 7-10 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 42

Ленивые вареники

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Творог	159,0	155,8
Мука пшеничная	21,9	21,9
Яйцо	11,4	11,4
Сахар-песок	11,4	11,4
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	1,5	1,5
Выход		200

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
26,40	14,00	27,60	148,00	0,00	0,00	1,20

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,00	0,10	0,40	0,00	0,40	346,00

Способ приготовления:

В протертый творог вводят муку, яйца, сахар, соль и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Затем массу раскатывают пластом толщиной 10-12 мм и разрезают на полоски шириной 25 мм.

Полоски нарезают на кусочки прямоугольной или треугольной формы.

Подготовленные вареники (полуфабрикат) отваривают в подсоленной воде при слабом кипении в течение 4-5 минут.

Отпускают вареники со сметаной, маслом сливочным или сахарным сиропом. Сметана и масло сливочное перед использованием подвергаются термической обработке (кипячению).

Требования к качеству:

Цвет кремово-желтый, консистенция нежная, упругая. Вареники проварены, но не разварились. Вкус и запах творога, сметаны и яиц.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 43

Плов с мясом говядины

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Крупа рисовая	5,1	5,1
Говядина	17,1	12,9
Масло растительное	0,75	0,75
Лук репчатый	0,9	0,75
Морковь	1,43	1,12
Томатное пюре	0,9	0,9
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
7,10	5,70	6,50	11,0	0,00	0,00	0,80
Витамины мг.			Энергетическая			
V1	V2	C	ценность (ккал)			
0,04	0,06	0,00	107,00			

Способ приготовления:

Нарезанное кусочками по 20-30 г мясо посыпают солью, обжаривают, добавляют пассированные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают бульоном или водой (160г), доводят до кипения и, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После того, как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25-40 минут. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре.

Требования к качеству:

Внешний вид: мясо и овощи распределены равномерно вместе с рисом. Цвет мяса от светло-коричневого до коричневого. Мясо должно быть мягким, сочным, умеренно соленным.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 44

Ватрушка с повидлом

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Мука	41,0	41,0
Молоко	15,00	15,00
Масло растительное	2,00	2,00
Дрожжи	1,00	1,00
Сахар-песок	4,00	4,00
Яйцо куриное	1/5шт	4,00
Соль	0,10	0,10
Масло сливочное	2,00	2,00
Повидло	15,00	15,00
Выход		60

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
7,05	10,1	42,0	11,0	0,00	0,00	0,80
Витамины мг.			Энергетическая			
V1	V2	C	ценность (ккал)			
0,00	0,00	0,41	287,69			

Способ приготовления:

Дрожжи развести теплым молоком, добавить соль, сахар, сырое яйцо, тщательно перемешать, всыпать муку, вымесить до однородной массы, поставить в теплое место, в процессе брожения 2-3 раза тесто следует обминать. Готовое тесто увеличивается в объеме в 3-3 раза. Готовое тесто раскатать, нарезать кружками положить на них повидло, слепить пирожки и выпекать в духовке 200 – 240 С в течении 20 – 50 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 45

Булка домашняя

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Мука	41,0	40,0
Молоко	15,00	15,00
Масло растительное	2,00	2,00
Дрожжи	2,00	2,00
Сахар-песок	4,00	4,00
Яйцо куриное	1/8шт	4,00
Соль	0,10	0,10
Масло сливочное	2,00	2,00
Выход		60

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
5,99	9,35	33,7	11,0	0,00	0,00	0,80
Витамины мг.			Энергетическая			
V1	V2	C	ценность (ккал)			
0,00	0,00	0,26	243,56			

Способ приготовления:

В теплом молоке (30-35° С) развести дрожжи, добавить сахар, муку, яйца, масло, замесить тесто так, чтобы оно хорошо отставало, затем поставить в теплое место и дать подняться, после чего из теста разделить круглые лепешки, уложить их на противень, смазанный маслом, сверху смазать яйцом и маслом и выпекать в жарочном шкафу при температуре 230-240° С до готовности. Требования к качеству: Булочка круглой формы, с блестящей поверхностью, от золотистой до коричневой окраски, форма не расплывчатая. Не допускается наличие трещин. Мякиш хорошо пропечен, с равномерной пористостью. Вкус теста сладковатый, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 46

Суп свекольный с мясом птицы со сметаной

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Свекла	66,0	53,0
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	14,0	10,5
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	15,0	10,5
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	16,2	10,5
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	17,5	10,5
или		
Картофель быстрозамороженный	10,5	10,5
Морковь красная		
до 01.01 х/о – 20%	8,0	6,4
с 01.01 х/о – 25%	8,5	6,4
или		
Морковь красная быстрозамороженная	6,4	6,4
Лук репчатый (х/о-16%)	5,0	4,2
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	4,2	4,2
Сахар-песок	1,0	0,74
Масло растительное	3,00	3,00
Сметана 15% жирности	8,0	8,0
Кура	25,0	18,0
Вода питьевая	120,0	120,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	1,00	1,00
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
1,86	4,97	12,83	25,9	10,80	21,56	0,31
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,01	0,03	0,02	0,36	13,62	103,26	

Способ приготовления:

Очищенную и вымытую свеклу нарезать соломкой или нашинковать. Быстрозамороженную свеклу используют не размораживая. Приготовить бульон из курицы. Процедить. Свеклу сложить в кастрюлю, добавить бульон и тушить, закрыв крышкой. В кипящий куриный бульон кладут очищенный и нарезанный кубиками картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая), варят 7-10 минут. Добавляют морковь, лук (замороженные овощи - не размораживая), свеклу, соль и варят до готовности. В готовый суп кладут сметану, зелень и доводят до кипения.

Требования:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 47

Каша молочная пшеничная

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Крупа пшеничная	30,0	30,0
или		
Хлопья пшеничные, не требующие варки*	30,0	30,0
Вода питьевая	51,0	51,0
Молоко стерилизованное 3,2% жирности витаминизированное	75,0	75,0
Масло сливочное несоленое	3,0	3,0
Сахар-песок	3,0	3,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества, г					Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы			Ca	Mg	P	Fe
5,57	5,44	27,29			92,93	18,62	91,20	0,36
Витамины, мг					Энергетическая			
A	B1	B2	PP	C	ценность (ккал)			
0,13	0,05	0,10	0,22	0,45	182,80			

Способ приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20-30 мин, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, йодированную соль, сахар и варят кашу до запускания, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Необходимость вливать кипящее молоко вызвана тем, что нельзя прерывать процесс варки, иначе время его значительно возрастет. **Температура подачи: 65°C.**

Срок реализации: **не более одного часа с момента приготовления.**

Требования к качеству: **консистенция текучая, однородная, зерен - мягкая. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.**

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 48

Суп с фрикадельками картофельный

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Фрикадельки мясные готовые	35,0	35,0
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	37,3	28,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	40,0	28,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	43,1	28,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	46,7	28,0
или		
Картофель быстрозамороженный	28,0	28,0
Морковь красная		
до 01.01 х/о – 20%	8,0	6,4
с 01.01 х/о-25%	8,5	6,4
или		
Морковь красная быстрозамороженная	6,4	6,4
Лук репчатый	5,0	4,2
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	4,2	4,2
Вода питьевая	120,0	120,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,2	0,2
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
6,5	5,3	14,52	31,07	0,00	0,00	1,6

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,00	0,14	0,08	1,11	10,52	191,00

Способ приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками пассированные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль и фрикадельки и готовят до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 49

Суп картофельный с клецками

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Куры 1 категории	45,0	40,0
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	37,3	28,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	40,0	28,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	43,1	28,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	46,7	28,0
или		
Картофель быстрозамороженный	28,0	28,0
Морковь красная		
до 01.01 х/о – 20%	8,0	6,4
с 01.01 х/о-25%	8,5	6,4
или		
Морковь красная быстрозамороженная	6,4	6,4
Лук репчатый	5,0	4,2
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	4,2	4,2
Вода питьевая	120,0	120,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,2	0,2
Клецки		
Мука пшеничная	16,00	16,00
Яйца	1/16 шт.	2,5
Вода или молоко	15	15
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
5,07	6,07	17,84	23,55	0,00	0,00	1,06

Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C	
0,00	0,09	0,08	1,11	13,06	147,64

Способ приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток.

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют пассированные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль.

Клецки варят отдельно в бульоне или в подсоленной воде небольшими партиями и кладут в суп при отпуске.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 50

Суфле из печени

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Печень говяжья замороженная	100,0	83,0
Молоко	30,0	30,0
Мука пшеничная	6,0	6,0
Белок яичный	6,1	6,1
Желток яичный	3,9	3,9
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,6	0,6
Масло растительное	3,0	3,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
16,94	8,02	9,15	8,2	15,65	251,53	5,79
Витамины мг.						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C		
6,47	0,29	1,68	7,82	15,19	181,59	

Способ приготовления:

Печень разморозить, зачистить от пленок и желчных протоков, промыть, нарезать на мелкие кусочки, пропустить через мясорубку. Приготовить молочный соус из молока и пшеничной муки и ввести небольшими порциями в печень, тщательно вымешивая получившееся пюре. Продукт яичный жидкий пастеризованный (желток) ввести в пюре, посолить и вымешать. Продукт яичный жидкий пастеризованный (белок) взбить в густую пену и постепенно ввести в пюре. Готовую массу выложить высотой 4-6 см на смазанный маслом противень и запечь в духовке при температуре 180-200°C в течение 25-30 минут до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 51

Суп Дальневосточный со сметаной

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Морская капуста	30,0	30,0
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	14,0	10,5
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	15,0	10,5
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	16,2	10,5
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	17,5	10,5
или		
Картофель быстрозамороженный	10,5	10,5
Морковь красная		
до 01.01 х/о – 20%	8,0	6,4
с 01.01 х/о – 25%	8,5	6,4
или		
Морковь красная быстрозамороженная	6,4	6,4
Лук репчатый (х/о-16%)	5,0	4,2
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	4,2	4,2
Сметана 15% жирности	5,0	5,0
Томат	2,0	2,0
Курица	30,0	25,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,35	0,35
Яйцо	8,0	8,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
3,27	4,11	5,82	25,9	10,80	21,56	0,31
Витамины мг.						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,01	0,03	0,02	0,36	9,87	69,16	

Способ приготовления:

Курица варится, отделяется от кости, разделяется. В бульон опускается картофель, мясо. Морковь, лук пассировать. Яйцо вареное мелко нарубить. Опустить в бульон, яйцо, морскую капусту поварить, приготовленные овощи и сметану. Все проварить.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 52

Сложный гарнир (картофельное пюре + капуста тушёная)

Картофельное пюре

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%;	98,0	73,5
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	105,0	73,5
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	113,1	73,5
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	122,5	73,5
т/о-3%		
масса отварного картофеля		71,3
Молоко стерилизованное 3,2% жирности	28,0	28,0
Масло сливочное несоленое	2,5	2,5
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,25	0,25
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
2,17	3,12	5,36	36,72	15,56	54,67	0,49
Витамины мг.						Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	PP	C		
0,06	0,07	7,02	0,64	2,09	82,60	

Способ приготовления:

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем состоянии. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Требования: Цвет бело-кремовый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла. Не допускается: Цвет с синеватым оттенком, с темными глазками, кусочки непотертого картофеля, запах подгорелого молока, вкус водянистый.

Капуста тушёная

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Капуста белокочанная	157,6	126,0
или капуста квашеная	154,3	108,0
Масло сливочное	5,4	5,4
Морковь красная	6,0	4,8
Лук репчатый	8,52	7,2
Томат	9,6	9,6

Мука пшеничная	1,4	1,4
Сахар	3,6	3,6
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,35	0,3
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
3,27	4,11	5,82	25,9	10,80	21,56	0,31
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,01	0,03	0,02	0,36	9,87	69,16	

Способ приготовления:

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), растопленное сливочное масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассированные, нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат до готовности 40-45 минут. За 10 минут до конца тушения капусту заправляют солью, сахаром, подсушенной мукой, растертой со сливочным маслом и разведенной в небольшом количестве воды.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 53

Вареники с картошкой

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Вареники для питания детей из п/ф промышленного производства ТУ 9214-734-00419779-03 или ТУ 9214-345-23476804-02	100,0	100,0
Выход		100

В 100 г. данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
4,2	1,9	29,4	20,88	27,72	124,80	1,87
Витамины мг.					Энергетическая ценность(ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,01	0,18	0,10	2,40	0,28	148,2	

Готовый продукт промышленного производства

Способ приготовления:

Вареники, не размораживая, опустить в кипящую воду, довести до кипения и варить в течение 7-10 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 54

Суп гречневый с мясом птицы

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	14,0	10,5
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	15,0	10,5
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	16,2	10,5
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	17,5	10,5
или		
Картофель быстрозамороженный	10,5	10,5
Морковь красная		
до 01.01 х/о – 20%	8,0	6,4
с 01.01 х/о – 25%	8,5	6,4
или		
Морковь красная быстрозамороженная	6,4	6,4
Лук репчатый (х/о-16%)	5,0	4,2
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	4,2	4,2
Крупа гречневая	9,0	9,0
Масло растительное	1,25	1,25
Куры	22,0	22,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,35	0,35
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
4,7	4,63	19,32	17,95	0,00	0,00	1,92

Витамины мг.				Энергетическая ценность (ккал)
A	B1	B2	C	
0,01	0,171	0,118	14,87	134,29

Способ приготовления:

Овощи предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде. Очищенный картофель - кубиками или брусочками, репчатый лук и морковь шинкуют. В кипящий бульон закладывают картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая) и варят до готовности. Затем добавляют лук, морковь (замороженные овощи - не размораживая), в кипящий бульон кладут подготовленную крупу, соль и варят до готовности 10-15 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 55

Борщ из свежей капусты с мясом птицы со сметаной и фасолью

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Свекла		
до 01.01 х/о -20%	14,0	11,2
с 01.01 х/о-25%	15,0	11,2
или		
Свекла быстрозамороженная	11,2	11,2
Картофель		
с 01.09 по 31.10 х/о -25%	13,0	9,8
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	14,0	9,8
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	15,0	9,8
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	16,3	9,8
или		
Картофель быстрозамороженный	9,8	9,8
Капуста белокочанная (х/о 20%)	20,0	16,0
Морковь красная		
до 01.01 х/о-20%	6,0	4,8
с 01.01 х/о-25%	6,5	4,8
или		
Морковь красная быстрозамороженная	4,8	4,8
Лук репчатый	4,0	3,2
Или		
Лук репчатый быстрозамороженный	3,2	3,2
Кислота лимонная пищевая	0,05	0,05
Сахар-песок	0,4	0,4
Фасоль	6,0	6,0
Сметана 15% жирности	4,0	4,0
Бульон мясной	120,0	120,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,2	0,2
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества г.			Минеральные вещества мг.			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
2,29	3,08	9,71	29,57	12,39	63,61	0,44
Витамины мг.					Энергетическая ценность (ккал)	
A	B1	B2	PP	C		
0,01	0,03	3,35	0,44	4,99	75,68	

Способ приготовления: В кипящий мясной бульон положить картофель, нарезанный брусками (быстрозамороженный картофель кладут не размораживая), варить минут 7-10. Свеклу очистить, промыть, мелко нарезать или натереть на крупной терке. Тушить (замороженную свеклу - не размораживая) в небольшом количестве бульона с добавлением лимонной кислоты в закрытой посуде в течение 30 минут, сначала на сильном огне, затем на тихом. Подготовленные мелко нарезанные овощи (замороженные овощи - не размораживая): белокочанную капусту, морковь, нашинкованные соломкой, мелко нарезанный репчатый лук, корень петрушки, соль, сахар положить в кипящий мясной бульон с картофелем и варить до готовности. За 10 мин до готовности добавить тушеную свеклу. Готовый суп заправить сметаной и прокипятить. Температура подачи блюда 45-50 С.

Требования: Цвет бульона малиново-красный. Овощи сохранили форму нарезки, консистенция овощей мягкая. Вкус и запах кисло-сладкий, аромат овощей

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 56

Молоко

Наименование продукта	Расход продукта на 1 изд.	
	Вес брутто, г	Вес нетто, г
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	100,0	100,0
Выход		100

В 100 г данного блюда содержится

Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг			
Белки	Жиры	Углеводы	Ca	Mg	P	Fe
4,35	3,75	7,2	180,0	0,0	0,0	0,15
Витамины, мг						Энергетическая ценность (ккал)
B1	B2	PP	C			
0,06	0,225	0,1	1,95			81,0

Готовый продукт промышленного производства.

Оглавление

1. Технологическая карта (Рецептура №1) «Бутерброд с маслом и сыром»
2. Технологическая карта (Рецептура №1а) «Бутерброд с маслом»
3. Технологическая карта (Рецептура №2) «Икра кабачковая»
4. Технологическая карта (Рецептура №3) «Свекла отварная»
5. Технологическая карта (Рецептура №4) «Рассольник с мясом птицы со сметаной»
6. Технологическая карта (Рецептура №5) «Зеленый горошек»
7. Технологическая карта (Рецептура №6) «Суп молочный с макаронными изделиями»
8. Технологическая карта (Рецептура №7) «Суп рыбный»
9. Технологическая карта (Рецептура №8) «Картофельное пюре»
10. Технологическая карта (Рецептура №9) «Каша молочная гречневая»
11. Технологическая карта (Рецептура №10) «Гречка рассыпчатая»
12. Технологическая карта (Рецептура №11) «Каша молочная геркулесовая»
13. Технологическая карта (Рецептура №12) «Каша молочная пшеничная»
14. Технологическая карта (Рецептура №13) «Омлет натуральный»
15. Технологическая карта (Рецептура №14) «Запеканка творожная»
16. Технологическая карта (Рецептура №15) «Котлета рыбная»
17. Технологическая карта (Рецептура №16) «Жаркое по-домашнему»
18. Технологическая карта (Рецептура №17) «Котлета мясная, паровая»
19. Технологическая карта (Рецептура №18) «Печень по-строгановски»
20. Технологическая карта (Рецептура №19) «Какао напиток с молоком»
21. Технологическая карта (Рецептура №20) «Кисель»
22. Технологическая карта (Рецептура №21) «Компот из сухофруктов»
23. Технологическая карта (Рецептура №22) «Кофейный напиток с молоком»
24. Технологическая карта (Рецептура №23) «Сок»
25. Технологическая карта (Рецептура №24) «Чай с сахаром»
26. Технологическая карта (Рецептура №25) «Яблоко»
27. Технологическая карта (Рецептура №26) «Каша молочная рисовая»
28. Технологическая карта (Рецептура №27) «Каша молочная манная»
29. Технологическая карта (Рецептура №28) «Макаронные изделия отварные»
30. Технологическая карта (Рецептура №29) «Гуляш из отварного мяса говядины»
31. Технологическая карта (Рецептура №30) «Рис отварной»
32. Технологическая карта (Рецептура №31) «Суп гороховый с мясом птицы»
33. Технологическая карта (Рецептура №32) «Тефтели мясо-крупяные паровые»
34. Технологическая карта (Рецептура №33) «Рыба, запеченная с овощами»
35. Технологическая карта (Рецептура №34) «Хлеб ржаной-пшеничный»
36. Технологическая карта (Рецептура №35) «Щи из свежей капусты с мясом птицы со сметаной»
37. Технологическая карта (Рецептура №36) «Голубцы ленивые с мясом говядины»
38. Технологическая карта (Рецептура №37) «Соус молочный сладкий»
39. Технологическая карта (Рецептура №38) «Каша молочная «Дружба»»
40. Технологическая карта (Рецептура №39) «Сосиска отварная»
41. Технологическая карта (Рецептура №40) «Соус томатный с маслом сливочным»
42. Технологическая карта (Рецептура №41) «Пельмени»
43. Технологическая карта (Рецептура №42) «Ленивые вареники»
44. Технологическая карта (Рецептура №43) «Плов с мясом говядины»
45. Технологическая карта (Рецептура №44) «Ватрушка с повидлом»
46. Технологическая карта (Рецептура №45) «Булка домашняя»
47. Технологическая карта (Рецептура №46) «Суп свекольный с мясом птицы со сметаной»
48. Технологическая карта (Рецептура №47) «Каша молочная пшеничная»

49. Технологическая карта (Рецептура №48) «Суп с фрикадельками картофельный»
50. Технологическая карта (Рецептура №49) «Суп картофельный с клёцками»
51. Технологическая карта (Рецептура №50) «Суфле из печени»
52. Технологическая карта (Рецептура №51) «Суп Дальневосточный со сметаной»
53. Технологическая карта (Рецептура №52) «Сложный гарнир: картофельное пюре + капуста тушеная»
54. Технологическая карта (Рецептура №53) «Вареники с картошкой»
55. Технологическая карта (Рецептура №54) «Суп гречневый с мясом птицы»
56. Технологическая карта (Рецептура №55) «Борщ из свежей капусты с мясом птицы со сметаной и фасолью»
57. Технологическая карта (Рецептура №56) «Молоко»