

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАТОН**
Номер рецептуры:
Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,25	С, мг	0,00	Са, мг	5,70
Жиры, г	0,87	В1, мг	0,03	Р, мг	19,50
Углеводы, г	15,42	В2, мг	0,01	Mg, мг	3,90
Энергетическая ценность, ккал	78,60	А, мг	0,00	Fe, мг	0,30
		Д, мкг	0,00	К, мг	27,60
				І, мкг	0,00
				Se, мг	0,00
				F, мг	0,00

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 78

Наименование изделия: **БОРЩ С ФАСОЛЮ**

Номер рецептуры: **78**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	45,08	29,3
с 01.03 по 31.07	48,83	29,3
с 01.08 по 31.08	36,63	29,3
с 01.09 по 31.10	39,07	29,3
с 01.11 по 31.12	41,86	29,3
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	26,27	19,7
с 01.09 по 31.12	24,63	19,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	22,5	18
ФАСОЛЬ	6	6
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,3	5,3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,44
Жиры, г	6,07
Углеводы, г	11,80
Энергетическая ценность, ккал	124,23

С, мг	7,99
В1, мг	0,07
В2, мг	0,09
А, мг	0,19
Д, мкг	0,05

Са, мг	42,42
Р, мг	85,80
Mg, мг	26,59
Fe, мг	1,39
К, мг	412,94
I, мкг	5,63
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками, остальные овощи — ломтиками. Борщ варят обычным способом, как в ТК№75. Фасоль, предварительно сваренную, кладут в борщ за 10-15 мин до окончания варки.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 479

Наименование изделия: **БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"**

Номер рецептуры: **479**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37	37
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	15	15
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,11 шт.	4,4
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5
ДРОЖЖИ	1,3	1,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
ВАНИЛИН	0,03	0,03
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,49
Жиры, г	3,84
Углеводы, г	30,12
Энергетическая ценность, ккал	185,26

С, мг	0,08
В1, мг	0,07
В2, мг	0,07
А, мг	0,03
Д, мкг	0,12

Са, мг	40,64
Р, мг	74,05
Mg, мг	10,28
Fe, мг	0,53
К, мг	90,68
І, мкг	2,39
Se, мг	0,01
F, мг	0,01

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто готовят безопасным способом.

В дежу тестомесильной машины загружают подготовленный творог. Приливая молоко температурой 70-100° С (40-50% рецептурного количества), доводят температуру смеси до 35-40° С, добавляют сахар (15-20% рецептурного количества), муку (2-4% рецептурного количества), подготовленные дрожжи. Смесь перемешивают и выдерживают при температуре 35-40° С до увеличения объема в 1,5-2 раза в течение 30-40 мин.

В подготовленную смесь добавляют оставшиеся по рецептуре молоко (35-40° С), сахар, соль, ванилин, яйца, муку и перемешивают в течение 7-8 мин. Затем вводят растопленное сливочное масло и замешивают тесто до однородной консистенции и легкого отделения его от стенок дежи.

Тесто ставят для брожения на 1,5-2 ч при температуре 35-40° С. Первую обминку производят через 50-60 мин. В процессе брожения тесто обминают 2 раза.

Разделку производят машинным способом или вручную.

Из теста формируют жгутики массой 59 г, заготовки сворачивают с обеих концов к середине в виде улиток, укладывают на смазанные жиром листы, расстаивают в течение 30-35 мин, поверхность мазывают яично-молочной смазкой, выпекают при температуре 200-220° С в течение 10-12 мин.

технолог

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 472

Наименование изделия: **БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ**

Номер рецептуры: **472**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37	37
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
ДРОЖЖИ	0,4	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20,1	20,1
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,41
Жиры, г	0,93
Углеводы, г	29,18
Энергетическая ценность, ккал	142,61

С, мг	0,05
В1, мг	0,05
В2, мг	0,02
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	19,45
Р, мг	39,16
Mg, мг	7,20
Fe, мг	0,39
К, мг	64,60
І, мкг	1,51
Se, мг	0,01
F, мг	0,01

Технология приготовления:

Из дрожжевого теста (рец. №453) формуют шарики, кладут их швом вниз на смазанные жиром листы на расстоянии 10 мм один от другого и ставят в теплое место для расстойки на 40-50 мин. Выпекают в увлажненной камере 21-23 мин при температуре 170-200 °С.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 11

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ**

Номер рецептуры: **11**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9
Выход: 40		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,85
Жиры, г	7,29
Углеводы, г	10,62
Энергетическая ценность, ккал	124,14

С, мг	0,07
В1, мг	0,02
В2, мг	0,05
А, мг	0,06
Д, мкг	0,05

Са, мг	90,77
Р, мг	63,40
Mg, мг	6,36
Fe, мг	0,32
К, мг	36,71
І, мкг	0,81
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Хлеб пшеничный нарезают тонкими ломтиками, укладывают на них кусочки сливочного масла, посыпают тертым сыром и запекают в жарочном шкафу до образования румяной корочки.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 2

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ**

Номер рецептуры: **2**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ДЖЕМ	12	12
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30
Выход: 40		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,35
Жиры, г	5,01
Углеводы, г	24,21
Энергетическая ценность, ккал	150,08

С, мг	4,80
В1, мг	0,03
В2, мг	0,02
А, мг	0,04
Д, мкг	0,08

Са, мг	8,94
Р, мг	22,37
Mg, мг	5,58
Fe, мг	0,37
К, мг	45,15
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Хлеб намазывают маслом, а потом джемом.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 453

Наименование изделия: **ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ**

Номер рецептуры: **453**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ СДОБНОЕ		39
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37	37
САХАР ПЕСОК	1,8	1,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
ДРОЖЖИ	0,9	0,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6,5	6,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,1
ПОВИДЛО	12	12
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,1
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,07
Жиры, г	4,57
Углеводы, г	35,86
Энергетическая ценность, ккал	208,63

С, мг	0,07
В1, мг	0,07
В2, мг	0,07
А, мг	0,03
Д, мкг	0,33

Са, мг	25,82
Р, мг	61,77
Mg, мг	9,16
Fe, мг	0,77
К, мг	100,83
І, мкг	4,16
Se, мг	0,01
F, мг	0,02

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто для ватрушек готовят опарным способом. Из теста формируют шарики массой 58 г, укладывают на лист, смазанный жиром, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см делают в них углубление, которое заполняют начинкой по 30 г соответственно.

После полной расстойки ватрушки смазывают смесью яйца и выпекают при температуре 230-240° С 6-8 мин.

При приготовлении ватрушек с повидлом яйцом смазывают только края теста, при этом смазывать края теста следует до заполнения лепешек повидлом.

Тесто дрожжевое сдобное

Дрожжевое тестоприготавливают двумя способами - опарным и безопарным.

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

Безопарный способ.

В дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35-40° С воду, предварительно разведенные в воде с температурой не выше 40° С и процеженные дрожжи, сахар, соль, добавляют яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят размягченное масло и замешивают тесто до тех пор, пока оно 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 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз.

Опарный способ.

В дежу вливают подогретую до температуры 35-40° С воду (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 крышкой 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 и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют размягченное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 ч для брожения. За время брожения тесто обминают 2-3 раза.

технолог

_____/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 45

Наименование изделия: **ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ**

Номер рецептуры: **45**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	70	45,5
с 01.03 по 31.07	75,83	45,5
с 01.08 по 31.08	56,88	45,5
с 01.09 по 31.10	60,67	45,5
с 01.11 по 31.12	65	45,5
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	45	33,75
с 01.09 по 31.12	42,19	33,75
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	20	15
с 01.09 по 31.12	18,75	15
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	18	18
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	16	10,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,2	7,2
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,13
Жиры, г	7,25
Углеводы, г	12,72
Энергетическая ценность, ккал	125,27

С, мг	6,41
В1, мг	0,07
В2, мг	0,06
А, мг	0,30
Д, мкг	0,00

Са, мг	30,17
Р, мг	58,45
Mg, мг	26,53
Fe, мг	1,20
К, мг	436,02
I, мкг	5,64
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

Отварные очищенные картофель, свеклу и морковь, очищенные соленые огурцы нарезают мелкими ломтиками. Зеленый лук нарезают длиной до 1 см; если используют репчатый лук, то его мелко шинкуют и бланшируют кипящей водой, откидывают на дуршлаг. Подготовленные овощи соединяют, добавляют растительное масло, перемешивают. В винегрет можно добавлять от 50 до 100 г припущенного зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 298

Наименование изделия: **ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ**

Номер рецептуры: **298**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	50	45
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55	44
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9	9
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	11,33
Жиры, г	10,38
Углеводы, г	21,11
Энергетическая ценность, ккал	223,67

С, мг	9,33
В1, мг	0,07
В2, мг	0,10
А, мг	0,18
Д, мкг	0,06

Са, мг	33,28
Р, мг	120,74
Mg, мг	28,32
Fe, мг	1,88
К, мг	328,02
І, мкг	6,05
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

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

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 115

Наименование изделия: ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА

Номер рецептуры: 115

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	31,5	31,5
Выход: 20		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,29
Жиры, г	0,88
Углеводы, г	15,70
Энергетическая ценность, ккал	80,05

С, мг	0,00
В1, мг	0,02
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	5,39
Р, мг	18,43
Mg, мг	3,69
Fe, мг	0,29
К, мг	28,98
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Хлеб очищают от корок (корки хлеба используют для приготовления панировочных сухарей), нарезают кубиками (10х10 мм) и подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 259

Наименование изделия: ГУЛЯШ

Номер рецептуры: 259

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	52	46,8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,23
Жиры, г	11,23
Углеводы, г	4,48
Энергетическая ценность, ккал	155,85

С, мг	1,07
В1, мг	0,03
В2, мг	0,07
А, мг	0,16
Д, мкг	0,00

Са, мг	10,60
Р, мг	83,61
Mg, мг	13,89
Fe, мг	1,25
К, мг	215,15
І, мкг	4,35
Se, мг	0,00
F, мг	0,02

Технология приготовления:

Нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассерованной томатной пасты 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 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. Гуляш можно готовить со сметаной (10-15 г на порцию).

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 258

Наименование изделия: **ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ**

Номер рецептуры: **258**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	55	49,5
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	140	91
с 01.03 по 31.07	151,67	91
с 01.08 по 31.08	113,75	91
с 01.09 по 31.10	121,33	91
с 01.11 по 31.12	130	91
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	10,96
Жиры, г	11,93
Углеводы, г	15,61
Энергетическая ценность, ккал	213,83

С, мг	8,16
В1, мг	0,10
В2, мг	0,11
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	14,86
Р, мг	128,24
Mg, мг	29,96
Fe, мг	2,02
К, мг	719,20
І, мкг	8,63
Se, мг	0,00
F, мг	0,05

Технология приготовления:

Мясо нарезают по 2-4 куса на порцию массой по 30-40 г, картофель и лук — дольками, затем мясо и овощи обжаривают по отдельности.

Обжаренное мясо и овощи кладут в посуду слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют томатную пасту, соль, перец и бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат 40-50 мин. За 5-10 мин до окончания тушения кладут лавровый лист. Блюдо можно готовить без томатной пасты.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 234

Наименование изделия: **ЗАНЕКАНКИ ИЗ ТВОРОГА С КРУПОЙ**

Номер рецептуры: **234**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	120	120
ПШЕНО	7,47	7,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,23 шт.	9,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
САХАР ПЕСОК	6	6
ВАНИЛИН	0,01	0,01
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	23,09
Жиры, г	14,97
Углеводы, г	14,68
Энергетическая ценность, ккал	290,54

С, мг	0,25
В1, мг	0,06
В2, мг	0,26
А, мг	0,09
Д, мкг	0,24

Са, мг	180,27
Р, мг	245,06
Mg, мг	29,04
Fe, мг	0,79
К, мг	171,30
І, мкг	2,82
Se, мг	0,03
F, мг	0,04

Технология приготовления:

В протертый творог добавляют манную крупу, яичные желтки, растертые с сахаром, перебранный, ванилин, соль и перемешивают. Затем вводят в массу взбитые яичные белки, помещают в емкость, смазанную сливочным маслом, и варят на пару 20-30 мин.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 146

Наименование изделия: **ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ**

Номер рецептуры: **146**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	150	97,5
с 01.03 по 31.07	162,5	97,5
с 01.08 по 31.08	121,88	97,5
с 01.09 по 31.10	130	97,5
с 01.11 по 31.12	139,29	97,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,4	3,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,7	5,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,7	5,7
ГОВЯДИНА Б/К	52	46,8
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	11,27
Жиры, г	20,48
Углеводы, г	19,74
Энергетическая ценность, ккал	308,25

С, мг	8,14
В1, мг	0,13
В2, мг	0,13
А, мг	0,03
Д, мкг	0,14

Са, мг	18,22
Р, мг	146,31
Mg, мг	35,00
Fe, мг	2,41
К, мг	742,24
І, мкг	8,50
Se, мг	0,00
F, мг	0,05

Технология приготовления:

Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают горячим. Протертый картофель охлаждают до 45-50° С, массу перемешивают, из нее фврмуют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в сухарях или муке. На середину лепешки кладут фарш и соединяют ее края так, чтобы фарш был внутри из-делия. Затем изделие панируют в сухарях или муке, придавая форму кирпичика с овальными краями, обжаривают с обеих сторон и доводят до готовности в жарочном шкафу 5-7 мин. Для фарша: лук репчатый нарезают соломкой и пассеруют,. Лук смешивают с ФАРШЕМ, солят.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 53

Наименование изделия: **ИКРА КАБАЧКОВАЯ**

Номер рецептуры: **53**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАБАЧКИ	45,1	33,8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3,3	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,53
Жиры, г	1,59
Углеводы, г	3,05
Энергетическая ценность, ккал	28,96

С, мг	2,86
В1, мг	0,01
В2, мг	0,02
А, мг	0,16
Д, мкг	0,00

Са, мг	10,94
Р, мг	13,86
Mg, мг	7,74
Fe, мг	0,20
К, мг	132,25
І, мкг	0,63
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Очищенные от кожицы кабачки, нарезанные кружочками, припускают, измельчают, добавляют припущенный с томатом шинкованный репчатый лук и тушат до готовности в течение 15-20 мин.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 397

Наименование изделия: **КАКАО С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **397**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАКАО-ПОРОШОК	2	2
САХАР ПЕСОК	5	5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,65
Жиры, г	2,24
Углеводы, г	9,91
Энергетическая ценность, ккал	71,17

С, мг	0,37
В1, мг	0,02
В2, мг	0,09
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	85,32
Р, мг	68,10
Mg, мг	17,13
Fe, мг	0,47
К, мг	143,72
I, мкг	6,51
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают до однородной массы, затем вливают при постоянном помешивании кипяченое горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 132

Наименование изделия: **КАПУСТА ТУШЕНАЯ**

Номер рецептуры: **132**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	80	64
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	5	3,75
с 01.09 по 31.12	4,69	3,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2
Выход: 55		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,23
Жиры, г	2,20
Углеводы, г	3,50
Энергетическая ценность, ккал	39,51

С, мг	11,77
В1, мг	0,02
В2, мг	0,03
А, мг	0,07
Д, мкг	0,00

Са, мг	30,54
Р, мг	21,95
Mg, мг	11,04
Fe, мг	0,66
К, мг	133,25
І, мкг	2,24
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

Технология приготовления:

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), масло, прогретое томатное пюре и тушат до полуготовности, периодически помешивая. Затем добавляют припущенные, нарезанные соломкой морковь, лук, и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют подсушенной мукой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 185

Наименование изделия: **КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ**

Номер рецептуры: **185**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПШЕНО	15	14,85
ТЫКВА СВЕЖАЯ	73,3	51,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,8	36,8
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,1	7,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,37
Жиры, г	8,07
Углеводы, г	20,07
Энергетическая ценность, ккал	171,10

С, мг	2,01
В1, мг	0,09
В2, мг	0,14
А, мг	0,17
Д, мкг	0,11

Са, мг	99,10
Р, мг	100,49
Mg, мг	26,77
Fe, мг	0,70
К, мг	250,45
І, мкг	7,69
Se, мг	0,00
F, мг	0,04

Технология приготовления:

Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена и семенную мякоть, нарезают мелкими кубиками, закладывают в кипящее молоко или воду с молоком, добавляют соль, сахар и нагревают до кипения. Затем засыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 185

Наименование изделия: КАША РИСОВАЯ С ТЫКВОЙ

Номер рецептуры: 185

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85
ТЫКВА СВЕЖАЯ	73,3	51,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	36,8	36,8
САХАР ПЕСОК	2,9	2,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,1	7,1
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,72
Жиры, г	7,83
Углеводы, г	20,59
Энергетическая ценность, ккал	168,37

С, мг	2,01
В1, мг	0,05
В2, мг	0,14
А, мг	0,17
Д, мкг	0,11

Са, мг	96,56
Р, мг	89,40
Mg, мг	22,36
Fe, мг	0,43
К, мг	233,97
I, мкг	7,23
Se, мг	0,00
F, мг	0,05

Технология приготовления:

Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена и семенную мякоть, нарезают мелкими кубиками, закладывают в кипящее молоко или воду с молоком, добавляют соль, сахар и нагревают до кипения. Затем засыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 190

Наименование изделия: **КАША "ДРУЖБА"**

Номер рецептуры: **190**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА РИСОВАЯ	9	8,91
ПШЕНО	9	8,91
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,79
Жиры, г	5,87
Углеводы, г	21,75
Энергетическая ценность, ккал	155,48

С, мг	0,37
В1, мг	0,06
В2, мг	0,09
А, мг	0,03
Д, мкг	0,07

Са, мг	85,09
Р, мг	87,98
Mg, мг	19,67
Fe, мг	0,41
К, мг	141,77
І, мкг	7,03
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду закладывают подготовленную пшеничную крупу и варят 10-15 мин, помешивая. Затем всыпают подготовленную рисовую крупу и варят 5-10 мин, потом добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, периодически помешивая, до готовности.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 413

Наименование изделия: **КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ**

Номер рецептуры: **413**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	15	15
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	87,1	87,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,99
Жиры, г	6,69
Углеводы, г	13,91
Энергетическая ценность, ккал	132,25

С, мг	0,37
В1, мг	0,07
В2, мг	0,11
А, мг	0,03
Д, мкг	0,07

Са, мг	90,73
Р, мг	101,32
Mg, мг	26,96
Fe, мг	0,62
К, мг	163,63
І, мкг	7,41
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

Технология приготовления:

Подготовленную крупу засыпают в кипящую смесь молока с водой. Сухую смесь «Нутринор» разводят до полного растворения в 20 мл теплой кипяченой воды (20 мл воды входит в общее количество воды по рецептуре). Варят на медленном огне с закрытой крышкой до готовности, не допуская слипания хлопьев. За 3 минуты до готовности вводят подготовленную сухую смесь «Нутринор». Время варки - 8-10 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 324

Наименование изделия: **КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ**

Номер рецептуры: **324**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15	14,85
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,02
Жиры, г	6,44
Углеводы, г	14,61
Энергетическая ценность, ккал	132,67

С, мг	0,37
В1, мг	0,07
В2, мг	0,13
А, мг	0,03
Д, мкг	0,08

Са, мг	87,87
Р, мг	97,92
Mg, мг	35,79
Fe, мг	1,06
К, мг	170,52
I, мкг	7,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупу перебирают и промывают в теплой, а затем в горячей воде. Гречневую крупу промывают теплой водой 2-3 раза. Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Затем добавляют часть масла (50%), выравнивают поверхность, закрывают крышкой и распаривают кашу до готовности.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 181

Наименование изделия: **КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: **181**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40	39,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2
Выход: 110		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,86
Жиры, г	4,64
Углеводы, г	21,96
Энергетическая ценность, ккал	148,79

С, мг	0,00
В1, мг	0,13
В2, мг	0,07
А, мг	0,02
Д, мкг	0,06

Са, мг	14,30
Р, мг	107,60
Mg, мг	72,18
Fe, мг	2,53
К, мг	151,44
І, мкг	1,31
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

Технология приготовления:

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая.

Масло сливочное можно добавлять во время варки или использовать его, предварительно прокипятив, поливая кашу при отпуске. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 184

Наименование изделия: **КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ**

Номер рецептуры: **184**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	15	14,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	47,4	47,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	71,6	71,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,70
Жиры, г	6,01
Углеводы, г	15,88
Энергетическая ценность, ккал	132,76

С, мг	0,38
В1, мг	0,05
В2, мг	0,10
А, мг	0,03
Д, мкг	0,07

Са, мг	97,10
Р, мг	104,58
Mg, мг	16,21
Fe, мг	0,37
К, мг	146,91
І, мкг	6,65
Se, мг	0,01
F, мг	0,01

Технология приготовления:

Кукурузную крупу засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности. Соотношение молока и воды принимается следующее: 60% молока, 40% воды.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 184

Наименование изделия: **КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ**

Номер рецептуры: **184**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА МАННАЯ	15	15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	47,4	47,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	71,6	71,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	4,8	4,8
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,75
Жиры, г	5,98
Углеводы, г	16,73
Энергетическая ценность, ккал	135,54

С, мг	0,38
В1, мг	0,04
В2, мг	0,10
А, мг	0,03
Д, мкг	0,07

Са, мг	89,11
Р, мг	70,21
Mg, мг	11,95
Fe, мг	0,24
К, мг	135,97
І, мкг	6,65
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90-95° С почти полностью набухает и быстро разваривается. Поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.
Соотношение молока и воды принимается следующее: 60% молока, 40% воды.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 181

Наименование изделия: **КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: **181**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	40	39,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	84,6	84,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2
Выход: 110		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,59
Жиры, г	3,80
Углеводы, г	25,73
Энергетическая ценность, ккал	151,48

С, мг	0,00
В1, мг	0,04
В2, мг	0,02
А, мг	0,02
Д, мкг	0,06

Са, мг	21,06
Р, мг	116,51
Mg, мг	15,25
Fe, мг	0,75
К, мг	69,09
І, мкг	0,00
Se, мг	0,02
F, мг	0,02

Технология приготовления:

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая.

Масло сливочное можно добавлять во время варки или использовать его, предварительно прокипятив, поливая кашу при отпуске. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 184

Наименование изделия: **КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ**

Номер рецептуры: **184**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	15	14,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,5	46,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,86
Жиры, г	5,97
Углеводы, г	16,16
Энергетическая ценность, ккал	134,23

С, мг	0,37
В1, мг	0,05
В2, мг	0,10
А, мг	0,03
Д, мкг	0,07

Са, мг	90,09
Р, мг	92,46
Mg, мг	17,36
Fe, мг	0,69
К, мг	148,29
І, мкг	6,51
Se, мг	0,01
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Соотношение молока и воды принимается следующее: 60% молока, 40% воды.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 184

Наименование изделия: **КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ**

Номер рецептуры: **184**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПШЕНО	15	14,85
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,5	46,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
САХАР ПЕСОК	3	3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,86
Жиры, г	6,18
Углеводы, г	17,96
Энергетическая ценность, ккал	143,34

С, мг	0,37
В1, мг	0,07
В2, мг	0,10
А, мг	0,03
Д, мкг	0,07

Са, мг	88,37
Р, мг	88,72
Mg, мг	20,44
Fe, мг	0,51
К, мг	145,50
І, мкг	7,18
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено — не более 10 мин), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Соотношение молока и воды принимается следующее: 60% молока, 40% воды.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 401

Наименование изделия: КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА, АЙРАН

Номер рецептуры: 401

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	150	150
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,22
Жиры, г	3,64
Углеводы, г	5,82
Энергетическая ценность, ккал	77,12

С, мг	0,42
В1, мг	0,04
В2, мг	0,18
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00

Са, мг	153,00
Р, мг	114,00
Mg, мг	16,80
Fe, мг	0,12
К, мг	219,00
І, мкг	13,50
Se, мг	0,00
F, мг	0,02

Технология приготовления:

Кисломолочные продукты наливают непосредственно в стакан.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 378

Наименование изделия: **КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ**

Номер рецептуры: **378**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КЛЮКВА	15,31	15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	139,5	139,5
САХАР ПЕСОК	5	5
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	6,75	6,75
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,09
Жиры, г	0,03
Углеводы, г	10,50
Энергетическая ценность, ккал	43,92

С, мг	0,90
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	10,06
Р, мг	6,17
Mg, мг	3,35
Fe, мг	0,08
К, мг	19,43
I, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Клюкву, или бруснику, или чернику, или смородину, или вишню перебирают, удаляют плодоножки и моют; у вишни удаляют косточки. Плоды и ягоды протирают. Сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть мезги 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипении 10-15 мин, 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 предварительно разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают. Алычу или сливу, или крыжовник варят с небольшим количеством воды в течение 7-10 мин, отвар сливают, ягоды и плоды протирают. В отвар добавляют сахар, пюре, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 372

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ**

Номер рецептуры: **372**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	15	13,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129
ВИШНЯ	15	12,75
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,5	124,5
САХАР ПЕСОК	6	6
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,15
Жиры, г	0,08
Углеводы, г	8,37
Энергетическая ценность, ккал	35,66

С, мг	1,29
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	16,53
Р, мг	4,76
Mg, мг	6,23
Fe, мг	0,31
К, мг	70,28
І, мкг	0,52
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Яблоки, груши или айву, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят на слабом огне не более 6-8 мин. Быстро разваривающиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения. Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; сливы, персики или абрикосы перебирают, моют, разрезают пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 376

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ**

Номер рецептуры: **376**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15
САХАР ПЕСОК	7	7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,25	152,25
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	6,78
Энергетическая ценность, ккал	27,09

С, мг	0,00
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	6,30
Р, мг	0,00
Mg, мг	1,37
Fe, мг	0,00
К, мг	0,67
I, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Подготовленные сушеные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности. Груши сушеные в зависимости от величины и вида варят 1-2 ч, яблоки - 20-30 мин, урюк, курагу - 10-20 мин, изюм - 5-10 мин. Компот из плодов или ягод сушеных готовят накануне, для того чтобы он настоялся.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 255

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ**

Номер рецептуры: **255**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	90	86,61
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9,2	9,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	15,23
Жиры, г	3,68
Углеводы, г	5,34
Энергетическая ценность, ккал	115,09

С, мг	0,69
В1, мг	0,08
В2, мг	0,08
А, мг	0,04
Д, мкг	0,22

Са, мг	27,44
Р, мг	186,20
Mg, мг	26,30
Fe, мг	0,71
К, мг	329,28
І, мкг	118,78
Se, мг	0,02
F, мг	0,55

Технология приготовления:

Из рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, выкладывают на смазанный маслом противень, запекают в жарочном шкафу 12-15 минут до готовности. Отпускают с прокипяченным маслом или соусом томатным, молочным, сметанным, сметанным с томатом и луком.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 282

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ**

Номер рецептуры: **282**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	52	46,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9,2	9,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,7	11,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,36 шт.	14,49
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	11,67
Жиры, г	11,81
Углеводы, г	8,38
Энергетическая ценность, ккал	186,18

С, мг	0,34
В1, мг	0,06
В2, мг	0,10
А, мг	0,04
Д, мкг	0,37

Са, мг	17,25
Р, мг	118,88
Mg, мг	16,47
Fe, мг	1,82
K, мг	213,06
I, мкг	6,52
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

Из котлетной массы формуют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 мм (биточки), или плоскоовальной формы толщиной 1 см (шницели). Котлеты, биточки и шницели можно приготовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто) и чеснока (0,5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды. Подготовленные изделия кладут на противень, смазанный маслом, и запекают при температуре 180-200 °С до готовности (12-15 мин). Отпускают с прокипяченным маслом или соусом сметанным. Гарниры - каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, картофель отварной, овощи отварные, капуста тушенная.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 395

Наименование изделия: **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **395**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3
САХАР ПЕСОК	4	4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,48
Жиры, г	1,95
Углеводы, г	10,31
Энергетическая ценность, ккал	69,14

С, мг	0,37
В1, мг	0,03
В2, мг	0,09
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	86,64
Р, мг	65,84
Mg, мг	13,78
Fe, мг	0,26
К, мг	127,18
I, мкг	6,51
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 317

Наименование изделия: **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ**

Номер рецептуры: **317**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6
Выход: 110		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,29
Жиры, г	4,19
Углеводы, г	27,39
Энергетическая ценность, ккал	164,52

С, мг	0,00
В1, мг	0,05
В2, мг	0,02
А, мг	0,02
Д, мкг	0,07

Са, мг	7,31
Р, мг	32,02
Mg, мг	5,76
Fe, мг	0,73
К, мг	49,89
І, мкг	0,60
Se, мг	0,01
F, мг	0,01

Технология приготовления:

Способ приготовления - см. блюда из макаронных изделий.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 206

Наименование изделия: **МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ**

Номер рецептуры: **206**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48	48
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,09
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,34
Жиры, г	6,30
Углеводы, г	27,38
Энергетическая ценность, ккал	192,26

С, мг	0,02
В1, мг	0,05
В2, мг	0,04
А, мг	0,04
Д, мкг	0,06

Са, мг	85,13
Р, мг	69,91
Mg, мг	9,21
Fe, мг	0,86
К, мг	58,16
І, мкг	0,60
Se, мг	0,01
F, мг	0,01

Технология приготовления:

Макароны отваривают (рец. №204), заправляют прокипяченным сливочным маслом, посылают тертым сыром непосредственно перед подачей.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 13

Наименование изделия: **МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры: **13**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
Выход: 3		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,03
Жиры, г	2,49
Углеводы, г	0,03
Энергетическая ценность, ккал	22,50

С, мг	0,00
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00

Са, мг	0,30
Р, мг	0,60
Mg, мг	0,00
Fe, мг	0,00
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 400

Наименование изделия: **МОЛОКО**

Номер рецептуры: **400**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,22
Жиры, г	3,64
Углеводы, г	6,98
Энергетическая ценность, ккал	78,57

С, мг	0,78
В1, мг	0,04
В2, мг	0,16
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00

Са, мг	153,00
Р, мг	108,00
Mg, мг	16,80
Fe, мг	0,12
К, мг	219,00
І, мкг	13,50
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Молоко кипятят в посуде, предназначенной для этой цели, а затем охлаждают и разливают в стаканы.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ
Номер рецептуры:
Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,49
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	9,80
Энергетическая ценность, ккал	41,71

С, мг	0,80
В1, мг	0,01
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	8,55
Р, мг	6,30
Mg, мг	4,10
Fe, мг	1,26
К, мг	120,15
І, мкг	1,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 398

Наименование изделия: НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА

Номер рецептуры: 398

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ШИПОВНИК СУХОЙ	15	15
САХАР ПЕСОК	7	7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,49
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	13,81
Энергетическая ценность, ккал	68,41

С, мг	60,00
В1, мг	0,01
В2, мг	0,04
А, мг	0,12
Д, мкг	0,00

Са, мг	14,31
Р, мг	2,30
Mg, мг	3,65
Fe, мг	0,41
К, мг	8,16
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Плоды шиповника промывают холодной водой, кладут в посуду из неокисляющегося материала, заливают кипятком и варят при закрытой крышке и слабом кипении 10 мин. Добавляют сахар, затем оставляют для настаивания на 2-4 часа. После этого отвар процеживают.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ
Номер рецептуры:
Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	32,1	29,9
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,24
Жиры, г	0,03
Углеводы, г	0,75
Энергетическая ценность, ккал	4,19

С, мг	2,99
В1, мг	0,01
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	6,88
Р, мг	12,56
Mg, мг	4,19
Fe, мг	0,30
К, мг	42,16
І, мкг	0,90
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

Технология приготовления:
Вымыть, очистить, нарезать на порции.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 290

Наименование изделия: **ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ**

Номер рецептуры: **290**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	52	48,36
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8	8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9	9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	10,92
Жиры, г	4,58
Углеводы, г	10,17
Энергетическая ценность, ккал	135,84

С, мг	6,38
В1, мг	0,14
В2, мг	0,77
А, мг	3,05
Д, мкг	0,21

Са, мг	10,50
Р, мг	145,80
Mg, мг	9,98
Fe, мг	3,02
К, мг	163,87
І, мкг	4,80
Se, мг	0,02
F, мг	0,09

Технология приготовления:

Подготовленную печень пропускают через мясорубку, соединяют с натертым черствым хлебом, добавляют соль. Жарят 15-20 мин с маслом растительным, нагретым до 150-180° С, до образования корочки и температуры внутри готового изделия не ниже 85° С.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 449

Наименование изделия: ОЛАДЫ

Номер рецептуры: 449

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,2	46,2
ДРОЖЖИ	1,3	1,3
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,8	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,70
Жиры, г	10,37
Углеводы, г	35,54
Энергетическая ценность, ккал	258,05

С, мг	0,00
В1, мг	0,08
В2, мг	0,04
А, мг	0,03
Д, мкг	0,12

Са, мг	14,87
Р, мг	48,37
Mg, мг	8,60
Fe, мг	0,58
К, мг	72,88
І, мкг	1,26
Se, мг	0,02
F, мг	0,01

Технология приготовления:

Оладьи выпекают на разогретых (чугунных) сковородах, толстостенных противнях (по 2-3 шт. на порцию). Толщина готовых оладий должна быть не менее 5-6 мм. Отпускают с маслом, джемом, повидлом, вареньем.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 220

Наименование изделия: ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ

Номер рецептуры: 220

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,6 шт.	64,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	40	20,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,5	5,5
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,59
Жиры, г	12,62
Углеводы, г	3,18
Энергетическая ценность, ккал	164,99

С, мг	6,20
В1, мг	0,04
В2, мг	0,25
А, мг	0,16
Д, мкг	1,50

Са, мг	71,47
Р, мг	128,56
Mg, мг	10,66
Fe, мг	1,33
К, мг	223,23
І, мкг	16,48
Se, мг	0,02
F, мг	0,03

Технология приготовления:

Мелко шинкованную капусту припускают до готовности, выкладывают на смазанный маслом противень, заливают омлетной смесью; запекают в жарочном шкафу в течение 10-15 мин. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ОМЛЕТ С СЫРОМ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	80,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1
СЫР РОССИЙСКИЙ	10	9,09
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	13,43	С, мг	0,28	Са, мг	160,96
Жиры, г	20,81	В1, мг	0,05	Р, мг	198,21
Углеводы, г	2,95	В2, мг	0,35	Mg, мг	16,07
Энергетическая ценность, ккал	253,45	А, мг	0,23	Fe, мг	1,77
		Д, мкг	1,93	К, мг	195,29
				І, мкг	20,60
				Se, мг	0,02
				F, мг	0,03

Технология приготовления:

К яйцам добавляют молоко (или воду) и соль, смесь тщательно размешивают. Омлетную смесь смешивают с тертым сыром, выливают в емкость, смазанную маслом сливочным, слоем не более 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-220° С в течение 8-10 мин.
Готовый омлет нарезают на порции, при подаче поливают растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ПЕЧЕНЬЕ
Номер рецептуры:
Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	12	12
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	0	0
Выход: 12		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,90
Жиры, г	1,18
Углеводы, г	8,93
Энергетическая ценность, ккал	50,04

С, мг	0,00
В1, мг	0,01
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	3,48
Р, мг	10,80
Mg, мг	2,40
Fe, мг	0,25
К, мг	13,20
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 266

Наименование изделия: **ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ**

Номер рецептуры: **266**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	52	46,8
КРУПА РИСОВАЯ	40	39,6
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	11,3	11,3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	11,35
Жиры, г	18,64
Углеводы, г	29,59
Энергетическая ценность, ккал	331,30

С, мг	0,49
В1, мг	0,04
В2, мг	0,08
А, мг	0,15
Д, мкг	0,00

Са, мг	12,22
Р, мг	132,15
Mg, мг	29,69
Fe, мг	1,51
К, мг	221,87
І, мкг	4,55
Se, мг	0,01
F, мг	0,04

Технология приготовления:

Перебранный и промытый рис замачивают на 1,5-2 ч в подсоленной воде.

Мясо, нарезанное на куски массой 1-1,5 кг, обжаривают на растительном масле, нагретом до температуры 160-170° С, до образования поджаристой корочки, затем кладут нарезанный полукольцами обжаренный репчатый лук, нарезанную соломкой морковь, добавляют соль, воду (соотношение воды и риса 1:1), специи и тушат 15-20 мин. Ровным слоем по всей поверхности котла закладывают рис и варят до полного поглощения жидкости 40-45 мин. Затем рис перемешивают, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 30-40 мин.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 312

Наименование изделия: **ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: **312**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРИНАЯ ГРУДКА ФИЛЕ	52	47,32
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4
СОУС СМЕТАННЫЙ №371		50
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	38	38
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	13	13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
Выход: 50/50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,05
Жиры, г	14,33
Углеводы, г	3,20
Энергетическая ценность, ккал	178,12

С, мг	0,34
В1, мг	0,03
В2, мг	0,05
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00

Са, мг	18,43
Р, мг	73,53
Mg, мг	8,82
Fe, мг	0,68
К, мг	91,80
І, мкг	2,84
Se, мг	0,01
F, мг	0,05

Технология приготовления:

Подготовленные тушки птицы нарубают на порционные куски, посыпают солью и обжаривают. Обжаренные куски птицы кладут в сотейник, заливают сметанным соусом, закрывают крышкой и тушат до готовности 30-35 мин.

Соус сметанный №371

Пшеничную муку просеивают, слегка пассеруют без масла, охлаждают до 60-70° С, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду и кипятят 10-15 мин. Затем соединяют с прокипяченной сметаной, солят и проваривают 3-5 мин. Процеживают и доводят до кипения.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 321

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: **321**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	150	97,5
с 01.03 по 31.07	162,5	97,5
с 01.08 по 31.08	121,88	97,5
с 01.09 по 31.10	130	97,5
с 01.11 по 31.12	139,29	97,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9
Выход: 110		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,19
Жиры, г	3,74
Углеводы, г	15,91
Энергетическая ценность, ккал	106,36

С, мг	7,85
В1, мг	0,09
В2, мг	0,07
А, мг	0,02
Д, мкг	0,06

Са, мг	19,38
Р, мг	58,69
Mg, мг	21,31
Fe, мг	0,90
К, мг	568,99
І, мкг	5,78
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

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

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 321

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: **321**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	80	52
с 01.03 по 31.07	86,67	52
с 01.08 по 31.08	65	52
с 01.09 по 31.10	69,33	52
с 01.11 по 31.12	74,29	52
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,3	8,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9
Выход: 55		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,25
Жиры, г	1,92
Углеводы, г	8,64
Энергетическая ценность, ккал	56,97

С, мг	4,20
В1, мг	0,05
В2, мг	0,04
А, мг	0,01
Д, мкг	0,03

Са, мг	13,35
Р, мг	33,41
Mg, мг	11,69
Fe, мг	0,48
К, мг	307,77
І, мкг	3,35
Se, мг	0,00
F, мг	0,02

Технология приготовления:

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

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 342

Наименование изделия: **РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ**

Номер рецептуры: **342**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	70	45,5
с 01.03 по 31.07	75,83	45,5
с 01.08 по 31.08	56,88	45,5
с 01.09 по 31.10	60,67	45,5
с 01.11 по 31.12	65	45,5
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	32	16,6
КАПУСТА БРОККОЛИ	32	32
КАПУСТА БРЮССЕЛЬСКАЯ	32	32
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,3	12
ГОВЯДИНА Б/К	50	45
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,14
Жиры, г	11,89
Углеводы, г	11,55
Энергетическая ценность, ккал	202,12

С, мг	31,69
В1, мг	0,07
В2, мг	0,09
А, мг	0,05
Д, мкг	0,07

Са, мг	17,88
Р, мг	101,09
Mg, мг	19,59
Fe, мг	1,82
К, мг	719,87
І, мкг	6,33
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

Нарезанные дольками или кубиками картофель, коренья (морковь, петрушка) и лук репчатый припускают. Цветную капусту разбирают на отдельные кочешки и варят. Затем картофель и овощи соединяют с томатным или сметанным соусом и тушат 10-15 минут. После этого добавляют нарезанную сырую тыкву или кабачки, очищенные от кожицы и семян, вареную цветную капусту и продолжают тушить 15- 20 минут. За 10-15 минут до готовности кладут горошек зеленый консервированный.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 315

Наименование изделия: **РИС С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: **315**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА РИСОВАЯ	40	39,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
Выход: 110		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,94
Жиры, г	7,34
Углеводы, г	29,63
Энергетическая ценность, ккал	196,24

С, мг	0,49
В1, мг	0,02
В2, мг	0,04
А, мг	0,17
Д, мкг	0,08

Са, мг	9,15
Р, мг	62,37
Mg, мг	21,45
Fe, мг	0,51
К, мг	70,05
І, мкг	1,18
Se, мг	0,01
F, мг	0,02

Технология приготовления:

Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды, 60 г соли на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой И ДОБАВЛЯЮТ ПАССИРОВАННЫЕ ОВОЩИ. После заправляют маслом, перемешивают и прогревают.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 61

Наименование изделия: **РЫБА ПОД МАРИНАДОМ**

Номер рецептуры: **61**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ	100	96,23
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ		24
МОРКОВЬ	10	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,005	0,005
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,9	2,9
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	15,57
Жиры, г	4,80
Углеводы, г	3,34
Энергетическая ценность, ккал	118,65

С, мг	1,75
В1, мг	0,07
В2, мг	0,08
А, мг	0,17
Д, мкг	0,00

Са, мг	31,34
Р, мг	197,50
Mg, мг	32,29
Fe, мг	0,72
К, мг	399,57
І, мкг	131,08
Se, мг	0,02
F, мг	0,60

Технология приготовления:

Рыбу разделывают на филе с кожей без реберных костей, нарезают на порционные куски, солят. Подготовленные куски рыбы панируют в муке, доводят до полуготовности в жарочном шкафу, заливают маринадом и тушат до готовности. рыбу укладывают в салатник или на тарелку, заливают маринадом и охлаждают.

Маринад овощной с томатом

Морковь промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Лук перебирают, очищают, промывают в холодной проточной воде. Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Овощи нарезают соломкой, пассеруют на растительном масле, затем добавляют томатное пюре и пассеруют еще 7-10 мин. После этого вводят воду, лимонную кислоту и кипятят 15-20 мин. В конце варки добавляют лавровый лист, соль, сахар.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО**

Номер рецептуры:

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	43,8	28,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,86
Жиры, г	1,52
Углеводы, г	1,81
Энергетическая ценность, ккал	24,30

С, мг	1,32
В1, мг	0,02
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	5,80
Р, мг	16,19
Mg, мг	5,62
Fe, мг	0,19
К, мг	30,62
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Консервированный горошек прогревают в собственном соку, затем отвар сливают и отпускают с растительным маслом и мелко рубленой зеленью петрушки. Рекомендуется для детей старшей возрастной группы.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ПОМИДОРАМИ**
Номер рецептуры:
Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	30	19,5
с 01.03 по 31.07	32,5	19,5
с 01.08 по 31.08	24,38	19,5
с 01.09 по 31.10	26	19,5
с 01.11 по 31.12	27,86	19,5
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20	19,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5
УКРОП	0,8	0,6
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,61	С, мг	3,78	Ca, мг	5,46
Жиры, г	1,58	B1, мг	0,03	P, мг	15,35
Углеводы, г	3,85	B2, мг	0,02	Mg, мг	7,98
Энергетическая ценность, ккал	32,50	A, мг	0,03	Fe, мг	0,37
		D, мкг	0,00	K, мг	170,19
				I, мкг	1,38
				Se, мг	0,00
				F, мг	0,01

Технология приготовления:

Картофель отваривают в кожуре, охлаждают, очищают и нарезают мелкими ломтиками. Помидоры нарезают мелкими ломтиками. Картофель соединяют с помидорами, перемешивают, заправляют растительным маслом, посыпают мелко нарезанной зеленью укропа.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 40

Наименование изделия: САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

Номер рецептуры: 40

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	40	40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,76
Жиры, г	1,55
Углеводы, г	2,95
Энергетическая ценность, ккал	29,91

С, мг	12,30
В1, мг	0,01
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	20,16
Р, мг	14,17
Mg, мг	6,82
Fe, мг	0,27
К, мг	125,30
I, мкг	1,29
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

Технология приготовления:

Квашеную капусту перебирают, крупные части измельчают. Добавляют шинкованный лук, сахар и заправляют растительным маслом.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)**

Номер рецептуры:

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	39,9	27,9
САХАР ПЕСОК	0,6	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,83
Жиры, г	1,81
Углеводы, г	2,34
Энергетическая ценность, ккал	28,84

С, мг	1,12
В1, мг	0,02
В2, мг	0,01
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	5,03
Р, мг	15,61
Mg, мг	5,27
Fe, мг	0,18
К, мг	27,64
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Консервированную кукурузу прогревают в собственном соку, затем отвар сливают, заправляют сахаром и растительным маслом.Рекомендуется для детей старшей возрастной группы.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 34

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КУКУРУЗОЙ**

Номер рецептуры: **34**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	50	37,5
с 01.09 по 31.12	46,88	37,5
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	10,7	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,2	1,2
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,72
Жиры, г	1,22
Углеводы, г	3,11
Энергетическая ценность, ккал	26,72

С, мг	1,11
В1, мг	0,03
В2, мг	0,03
А, мг	0,74
Д, мкг	0,00

Са, мг	18,99
Р, мг	23,56
Mg, мг	14,44
Fe, мг	0,41
К, мг	85,06
І, мкг	1,93
Se, мг	0,00
F, мг	0,02

Технология приготовления:

Подготовленную морковь отваривают, затем очищают и нарезают мелкой соломкой. Добавляют нарезанный соломкой репчатый бланшированный лук, прогретую кукурузу. При отпуске салат заправляют маслом растительным.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ**

Номер рецептуры:

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	20	19,8
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	20	19,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,49
Жиры, г	1,83
Углеводы, г	1,89
Энергетическая ценность, ккал	26,33

С, мг	3,11
В1, мг	0,02
В2, мг	0,02
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00

Са, мг	8,93
Р, мг	16,55
Mg, мг	7,11
Fe, мг	0,43
К, мг	100,04
І, мкг	1,24
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

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

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 36

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ**

Номер рецептуры: **36**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	50	37,5
с 01.09 по 31.12	46,88	37,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,8	1,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	25	16,25
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,05
Жиры, г	1,82
Углеводы, г	4,35
Энергетическая ценность, ккал	37,88

С, мг	2,21
В1, мг	0,03
В2, мг	0,03
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	15,84
Р, мг	24,41
Mg, мг	10,69
Fe, мг	0,60
К, мг	126,72
І, мкг	2,68
Se, мг	0,00
F, мг	0,01

Технология приготовления:

Подготовленную свеклу отваривают, затем очищают и нарезают мелкой соломкой. Огурцы нарезают тонкими ломтиками, добавляют нарезанный соломкой припущенный репчатый лук и прогретый зеленый горошек. При отпуске салат перемешивают и заправляют растительным маслом.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 64

Наименование изделия: **СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **64**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	40	30
с 01.09 по 31.12	37,5	30
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	70	45,5
с 01.03 по 31.07	75,83	45,5
с 01.08 по 31.08	56,88	45,5
с 01.09 по 31.10	60,67	45,5
с 01.11 по 31.12	65	45,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,39
Жиры, г	6,73
Углеводы, г	11,72
Энергетическая ценность, ккал	125,33

С, мг	5,98
В1, мг	0,06
В2, мг	0,08
А, мг	0,18
Д, мкг	0,00

Са, мг	31,76
Р, мг	67,72
Mg, мг	23,81
Fe, мг	1,18
К, мг	436,68
І, мкг	6,77
Se, мг	0,00
F, мг	0,04

Технология приготовления:

Коренья и лук нарезают ломтиками, картофель - крупными кубиками или брусочками, листья и черешки ботвы разрезают на части. Черешки ботвы свеклы предварительно отваривают, морковь и лук припускают. За 5-10 мин до окончания варки добавляют подготовленные черешки ботвы, нарезанные дольками помидоры, соль, специи. В кипящий бульон или воду закладывают припущенные морковь и лук, листья ботвы, картофель и варят до готовности.

Примечание:

1. Норма масла сливочного указана в рецептурах вегетарианских супов.

При приготовлении супов на бульоне (количество бульона равно норме воды, указанной в рецептурах) норма вложения масла сливочного, указанная в рецептуре, не должна превышать 10 г на 1000 г супа. Масло сливочное используется для припускания овощей.

2. В рецептурах горячих супов не указана норма закладки сметаны, используемой при отпуске блюд. Норма закладки сметаны 20 г на 1000 г супа. Сметану перед использованием кипятят. Рекомендуется использовать сметану 10% жирности в прокипяченном виде.

3. Нормы закладки основных овощей (картофеля, капусты, свеклы и т. п.), указанные в рецептурах, могут быть изменены (увеличены или уменьшены), но не более чем на 10-15% при условии сохранения общей массы закладываемых овощей.

4. Соль в рецептурах не указана, но ее следует вводить во все супы, кроме молочных, в количестве 0,6-1,0 г на 1000 г супа. Норма закладки соли в молочные супы - 0,6 г

на 1000 г супа. Соль кладут в суп за 5-10 мин до окончания варки. Рекомендуется использовать йодированную соль.

5. Зелень (петрушка, укроп) также не указана в рецептуре, но ее следует добавлять мелко нарезанной во все супы (кроме молочных) в котел перед отправкой его на раздачу для улучшения их вкуса в количестве 1-2 г нетто на порцию.

технолог

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 399

Наименование изделия: **СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ**

Номер рецептуры: **399**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,73
Жиры, г	0,15
Углеводы, г	14,70
Энергетическая ценность, ккал	62,57

С, мг	1,20
В1, мг	0,02
В2, мг	0,02
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	9,45
Р, мг	9,45
Mg, мг	5,40
Fe, мг	1,89
К, мг	180,00
І, мкг	1,50
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями по 150-180 мл непосредственно перед отпуском.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 351

Наименование изделия: СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)

Номер рецептуры: 351

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,25	2,25
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,25	2,25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25
САХАР ПЕСОК	4	4
ВАНИЛИН	0	0
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,95
Жиры, г	2,44
Углеводы, г	6,57
Энергетическая ценность, ккал	52,20

С, мг	0,13
В1, мг	0,01
В2, мг	0,03
А, мг	0,02
Д, мкг	0,03

Са, мг	27,19
Р, мг	20,09
Mg, мг	3,35
Fe, мг	0,04
К, мг	39,79
І, мкг	2,28
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу, не допуская пригорания до слегка кремового цвета. Муку охлаждают и разводят горячим молоком с растопленным сливочным маслом. Вымешивают до образования однородной массы и варят 7-10 мин при слабом кипении. В соус молочный в конце варки добавляют сахар и ванилин, предварительно растворенный в горячей кипяченой воде. Подают соус к пудингам, запеканкам, крупяным и овощным блюдам.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 103

Наименование изделия: СУП ОВОЩНОЙ

Номер рецептуры: 103

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ	45	23,4
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	70	45,5
с 01.03 по 31.07	75,83	45,5
с 01.08 по 31.08	56,88	45,5
с 01.09 по 31.10	60,67	45,5
с 01.11 по 31.12	65	45,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	21	13,65
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,50
Жиры, г	7,23
Углеводы, г	10,51
Энергетическая ценность, ккал	129,28

С, мг	11,56
В1, мг	0,07
В2, мг	0,08
А, мг	0,18
Д, мкг	0,05

Са, мг	26,31
Р, мг	68,00
Mg, мг	19,83
Fe, мг	0,90
К, мг	430,24
І, мкг	4,80
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

Капусту белокочанную или свекольную ботву нарезают соломкой, закладывают в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, нарезанный брусочками, и варят. Морковь, нарезанную соломкой, и лук репчатый, нарезанный полукольцами, пассеруют. За 10-15 мин до окончания варки кладут горох или фасоль, пассерованные овощи, соль. В конце варки в суп при непрерывном помешивании вводят взбитые яйца.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 99

Наименование изделия: СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ

Номер рецептуры: 99

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	70	45,5
с 01.03 по 31.07	75,83	45,5
с 01.08 по 31.08	56,88	45,5
с 01.09 по 31.10	60,67	45,5
с 01.11 по 31.12	65	45,5
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12,5	12,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,1	3,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,1	112,1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,45
Жиры, г	5,44
Углеводы, г	14,22
Энергетическая ценность, ккал	131,87

С, мг	4,23
В1, мг	0,13
В2, мг	0,07
А, мг	0,17
Д, мкг	0,05

Са, мг	26,72
Р, мг	76,76
Mg, мг	26,03
Fe, мг	1,53
K, мг	408,27
I, мкг	4,41
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками. Морковь нарезают мелкими кубиками, лук мелко рубят и пассеруют. Подготовленный фасоль, горох, кладут в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные овощи и варят до готовности.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 85

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ**

Номер рецептуры: **85**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	70	45,5
с 01.03 по 31.07	75,83	45,5
с 01.08 по 31.08	56,88	45,5
с 01.09 по 31.10	60,67	45,5
с 01.11 по 31.12	65	45,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	1,5	1,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,8	21,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,54
Жиры, г	5,91
Углеводы, г	11,13
Энергетическая ценность, ккал	115,84

С, мг	4,23
В1, мг	0,06
В2, мг	0,06
А, мг	0,18
Д, мкг	0,10

Са, мг	21,18
Р, мг	60,33
Mg, мг	17,37
Fe, мг	0,86
К, мг	326,96
І, мкг	4,59
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют припущенные 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.

Примечание:

1. Норма масла сливочного указана в рецептурах вегетарианских супов.

При приготовлении супов на бульоне (количество бульона равно норме воды, указанной в рецептурах) норма вложения масла сливочного, указанная в рецептуре, не должна превышать 10 г на 1000 г супа. Масло сливочное используется для припускания овощей.

2. В рецептурах горячих супов не указана норма закладки сметаны, используемой при отпуске блюд. Норма закладки сметаны 20 г на 1000 г супа. Сметану перед использованием кипятят. Рекомендуется использовать сметану 10% жирности в прокипяченном виде.

3. Нормы закладки основных овощей (картофеля, капусты, свеклы и т. п.), указанные в рецептурах, могут быть изменены (увеличены или уменьшены), но не более чем на 10-15% при условии сохранения общей массы закладываемых овощей.

4. Соль в рецептурах не указана, но ее следует вводить во все супы, кроме молочных, в количестве 0,6-1,0 г на 1000 г супа. Норма закладки соли в молочные супы - 0,6 г

на 1000 г супа. Соль кладут в суп за 5-10 мин до окончания варки. Рекомендуется использовать йодированную соль.

5. Зелень (петрушка, укроп) также не указана в рецептуре, но ее следует добавлять мелко нарезанной во все супы (кроме молочных) в котел перед отправкой его на раздачу для улучшения их вкуса в количестве 1-2 г нетто на порцию.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 87

Наименование изделия: СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ

Номер рецептуры: 87

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	80	53,6
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	70	45,5
с 01.03 по 31.07	75,83	45,5
с 01.08 по 31.08	56,88	45,5
с 01.09 по 31.10	60,67	45,5
с 01.11 по 31.12	65	45,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
ПШЕНО	5	4,95
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,3	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,36
Жиры, г	5,55
Углеводы, г	11,85
Энергетическая ценность, ккал	146,77

С, мг	4,98
В1, мг	0,14
В2, мг	0,12
А, мг	0,19
Д, мкг	0,03

Са, мг	28,28
Р, мг	140,01
Mg, мг	33,15
Fe, мг	1,00
К, мг	487,65
І, мкг	29,93
Se, мг	0,02
F, мг	0,22

Технология приготовления:

В кипящий рыбный бульон закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи. соль, зелень. Доводят до готовности.

Примечание:

1. Норма масла сливочного указана в рецептурах вегетарианских супов.

При приготовлении супов на бульоне (количество бульона равно норме воды, указанной в рецептурах) норма вложения масла сливочного, указанная в рецептуре, не должна превышать 10 г на 1000 г супа. Масло сливочное используется для припускания овощей.

2. В рецептурах горячих супов не указана норма закладки сметаны, используемой при отпуске блюд. Норма закладки сметаны 20 г на 1000 г супа. Сметану перед использованием кипятят. Рекомендуется использовать сметану 10% жирности в прокипяченном виде.

3. Нормы закладки основных овощей (картофеля, капусты, свеклы и т. п.), указанные в рецептурах, могут быть изменены (увеличены или уменьшены), но не более чем на 10-15% при условии сохранения общей массы закладываемых овощей.

4. Соль в рецептурах не указана, но ее следует вводить во все супы, кроме молочных, в количестве 0,6-1,0 г на 1000 г супа. Норма закладки соли в молочные супы - 0,6 г

на 1000 г супа. Соль кладут в суп за 5-10 мин до окончания варки. Рекомендуется использовать йодированную соль.

5. Зелень (петрушка, укроп) также не указана в рецептуре, но ее следует добавлять мелко нарезанной во все супы (кроме молочных) в котел перед отправкой его на раздачу для улучшения их вкуса в количестве 1-2 г нетто на порцию.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 94

Наименование изделия: СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ

Номер рецептуры: 94

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	70	45,5
с 01.03 по 31.07	75,83	45,5
с 01.08 по 31.08	56,88	45,5
с 01.09 по 31.10	60,67	45,5
с 01.11 по 31.12	65	45,5
ПШЕНО	4	3,96
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,22
Жиры, г	6,52
Углеводы, г	11,25
Энергетическая ценность, ккал	120,56

С, мг	4,24
В1, мг	0,07
В2, мг	0,06
А, мг	0,17
Д, мкг	0,00

Са, мг	21,82
Р, мг	61,62
Mg, мг	19,59
Fe, мг	0,85
К, мг	330,29
І, мкг	4,40
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

Крупу промывают сначала в теплой, затем в горячей воде, закладывают в кипящую воду (3 л на 1 кг) и варят до полуготовности, воду сливают. В кипящую воду кладут подготовленную крупу, свежую белокочанную капусту, нарезанную шашками, картофель и варят до готовности. За 10-15 мин до окончания варки кладут пассерованные овощи. Крупу закладывают одновременно с овощами.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 93

Наименование изделия: СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ

Номер рецептуры: 93

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	70	45,5
с 01.03 по 31.07	75,83	45,5
с 01.08 по 31.08	56,88	45,5
с 01.09 по 31.10	60,67	45,5
с 01.11 по 31.12	65	45,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	4	3,96
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,31
Жиры, г	5,12
Углеводы, г	10,81
Энергетическая ценность, ккал	106,69

С, мг	4,24
В1, мг	0,07
В2, мг	0,07
А, мг	0,18
Д, мкг	0,02

Са, мг	23,30
Р, мг	65,07
Mg, мг	23,92
Fe, мг	0,99
К, мг	339,40
I, мкг	4,53
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

В разогретое до температуры 130-140° С масло закладывают нарезанные кубиками овощи (морковь, лук) слоем 5-7 см и пассеруют при температуре не выше 110 ° С в течение: лука — 5-8 мин, моркови — 10-15 мин.

Гречневую крупу перебирают, поджаривают до золотистого цвета и варят в небольшом количестве воды до полуготовности. В кипящую воду закладывают картофель, нарезанный кубиками, варят до полуготовности, затем добавляют пассерованные овощи, гречневую крупу, варят до готовности.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 93

Наименование изделия: **СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ**

Номер рецептуры: **93**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	70	70
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45
САХАР ПЕСОК	1,2	1,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,79
Жиры, г	3,34
Углеводы, г	16,31
Энергетическая ценность, ккал	110,92

С, мг	0,37
В1, мг	0,04
В2, мг	0,10
А, мг	0,02
Д, мкг	0,02

Са, мг	84,26
Р, мг	68,29
Mg, мг	11,33
Fe, мг	0,34
К, мг	132,01
І, мкг	6,74
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны -15-20 мин, лапшу 10-12 мин, вермишель5—7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности. Заправляют солью, сахаром, сливочным маслом.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 111

Наименование изделия: **СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ**

Номер рецептуры: **111**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ		25
ГОВЯДИНА Б/К	31,3	28,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,6
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	85	55,25
с 01.03 по 31.07	92,08	55,25
с 01.08 по 31.08	69,06	55,25
с 01.09 по 31.10	73,67	55,25
с 01.11 по 31.12	78,93	55,25
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,9	1,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,7	152,7
Выход: 150/25		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,69
Жиры, г	6,32
Углеводы, г	10,61
Энергетическая ценность, ккал	126,12

С, мг	5,25
В1, мг	0,06
В2, мг	0,08
А, мг	0,17
Д, мкг	0,07

Са, мг	22,49
Р, мг	86,34
Mg, мг	22,63
Fe, мг	1,35
К, мг	452,83
І, мкг	5,98
Se, мг	0,00
F, мг	0,04

Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают подготовленный картофель, за 5-15 мин до ее готовности добавляют пассерованные овощи. Фрикадельки припускают отдельно и кладут в суп при отпуске.

Фрикадельки мясные

Мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо перемешивают. Сформованные шарики массой 8-10 г припускают в бульоне до готовности.

Хранят фрикадельки на мармите в бульоне не более 1 ч.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **СЫР (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫР РОССИЙСКИЙ	10,31	10
Выход: 10		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,25
Жиры, г	2,86
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	35,31

С, мг	0,03
В1, мг	0,00
В2, мг	0,02
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00

Са, мг	74,80
Р, мг	40,00
Mg, мг	2,80
Fe, мг	0,08
К, мг	8,80
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

Сыр нарезают тонкими ломтиками толщиной 2-3 мм за 30^40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике. Не допускается подсыхание.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 219

Наименование изделия: **СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА**

Номер рецептуры: **219**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	140	140
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	22	22
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,08 шт.	3,2
САХАР ПЕСОК	5	5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6	6
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	27,15
Жиры, г	18,67
Углеводы, г	23,85
Энергетическая ценность, ккал	377,32

С, мг	0,28
В1, мг	0,07
В2, мг	0,29
А, мг	0,07
Д, мкг	0,07

Са, мг	204,29
Р, мг	269,26
Mg, мг	29,46
Fe, мг	0,74
К, мг	188,38
І, мкг	0,97
Se, мг	0,04
F, мг	0,03

Технология приготовления:

Творог протирают, муку просеивают, яйца обрабатывают в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

В протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, сахар, соль. Можно добавить ванилин 0,02 г на порцию, предварительно растворив его в горячей воде.

Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см, укладывают на лист толщиной 1,5 см, после чего ставят в жарочный шкаф на 5-7 мин.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 283

Наименование изделия: **ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)**

Номер рецептуры: **283**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	52	46,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	7,1	7,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,7	10,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7
СОУС ТОМАТНЫЙ №364		27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,3	22,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,1	1,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1
МОРКОВЬ	10	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,7	2,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
САХАР ПЕСОК	0,5	0,5
Выход: 50/30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	10,95
Жиры, г	15,28
Углеводы, г	9,89
Энергетическая ценность, ккал	220,66

С, мг	1,32
В1, мг	0,05
В2, мг	0,09
А, мг	0,18
Д, мкг	0,18

Са, мг	20,35
Р, мг	105,35
Mg, мг	16,86
Fe, мг	1,55
К, мг	244,77
І, мкг	6,18
Se, мг	0,00
F, мг	0,02

Технология приготовления:

В котлетную массу добавляют измельченный пассерованный репчатый лук (можно добавлять зеленый лук), перемешивают и формуют в виде шариков по 2-3 шт. на порцию, панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом, в который добавляют 10-20 г воды, и тушат 8-10 мин. Температура внутри готового изделия не ниже 85° С.
Соусы — томатный, сметанный с томатом.

Соус томатный №364

Морковь перебирают, промывают, очищают и повторно промывают в проточной воде, шинкуют. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде, шинкуют. Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Нарезанные овощи пассеруют, добавляют томатное пюре, продолжают пассерование еще 15-20 мин.

Готовят белый соус, как в ТК № 360.

Белый соус соединяют с пассерованными овощами и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, сахар. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов. При использовании его как самостоятельного соус заправляют лимонной кислотой (0,03 г) и маслом (1,5 г).

технолог

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ХЛЕБ РЖАНОЙ
Номер рецептуры:
Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40
Выход: 40		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,65
Жиры, г	0,35
Углеводы, г	16,96
Энергетическая ценность, ккал	81,58

С, мг	0,00
В1, мг	0,07
В2, мг	0,03
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	7,20
Р, мг	34,80
Mg, мг	7,60
Fe, мг	1,60
К, мг	54,40
I, мкг	2,24
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 393

Наименование изделия: **ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

Номер рецептуры: **393**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ-ЗАВАРКА		20
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,6	21,6
САХАР ПЕСОК	5	5
ЛИМОН	5,83	3,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130	130
Выход: 150/7/3		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,07
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	5,03
Энергетическая ценность, ккал	20,99

С, мг	0,57
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	8,38
Р, мг	2,18
Mg, мг	2,54
Fe, мг	0,18
К, мг	11,27
I, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

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.

Чай-заварка

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определенное количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема чайника. Настаивают 5-10 мин. и доливают кипятком.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 394

Наименование изделия: **ЧАЙ С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **394**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ-ЗАВАРКА		30
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,4	32,4
САХАР ПЕСОК	3	3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	3	3
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,40
Жиры, г	1,22
Углеводы, г	6,51
Энергетическая ценность, ккал	42,82

С, мг	0,23
В1, мг	0,01
В2, мг	0,05
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00

Са, мг	56,65
Р, мг	36,93
Mg, мг	7,96
Fe, мг	0,27
К, мг	77,34
І, мкг	3,81
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко или сливки.

Чай-заварка

Чайник ополаскивают кипятком, кладут в него чай по норме на определенное количество порций и заливают его свежеприготовленным кипятком на 1/3 объема чайника. Настаивают 5-10 мин. и доливают кипятком.

технолог _____

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 430

Наименование изделия: **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры: **430**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ-ЗАВАРКА		41,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,8	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,1	46,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	111,4	111,4
САХАР ПЕСОК	7	7
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	6,78
Энергетическая ценность, ккал	27,09

С, мг	0,00
В1, мг	0,00
В2, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00

Са, мг	4,64
Р, мг	0,00
Mg, мг	1,00
Fe, мг	0,00
К, мг	0,54
I, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком.

По второму варианту воду соединяют с сахаром и доводят до кипения. Чай-заварку наливают в стаканы или чашки и доливают кипятком с сахаром (вареньем, джемом, повидлом).

Чай также отпускается как прохладительный напиток. Чай процеживают, добавляют сахар и охлаждают до 8-10° С.

Чай-заварка

Чай заваривают в фарфоровом чайнике. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема чайника, настаивают 5-10 мин, накрыв салфеткой, после чего доливают кипятком.

технолог

/Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 84

Наименование изделия: **ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ**

Номер рецептуры: **84**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	70	45,5
с 01.03 по 31.07	75,83	45,5
с 01.08 по 31.08	56,88	45,5
с 01.09 по 31.10	60,67	45,5
с 01.11 по 31.12	65	45,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,58
Жиры, г	6,52
Углеводы, г	10,71
Энергетическая ценность, ккал	120,52

С, мг	10,54
В1, мг	0,06
В2, мг	0,08
А, мг	0,19
Д, мкг	0,05

Са, мг	37,96
Р, мг	66,41
Mg, мг	22,74
Fe, мг	1,11
К, мг	412,15
I, мкг	5,81
Se, мг	0,00
F, мг	0,03

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками, картофель — дольками. В кипящую воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель. В остальном готовят как указано в ТК № 83. При приготовлении щей из ранней капусты ее закладывают после картофеля. Щи можно готовить с томатным пюре (3 г на 250 г супа).

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ЯБЛОКО**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	113,6	100
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,40	С, мг	10,00	Са, мг	16,00
Жиры, г	0,40	В1, мг	0,03	Р, мг	11,00
Углеводы, г	9,80	В2, мг	0,02	Mg, мг	8,00
Энергетическая ценность, ккал	47,00	А, мг	0,01	Fe, мг	2,20
		Д, мкг	0,00	К, мг	278,00
				І, мкг	2,00
				Se, мг	0,00
				F, мг	0,01

Технология приготовления:

Яблоки перебирают, промывают, удаляют семенное гнездо. Нарезают кусочком.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 213

Наименование изделия: **ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ**

Номер рецептуры: **213**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,1
Выход: 20		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,55
Жиры, г	2,30
Углеводы, г	0,15
Энергетическая ценность, ккал	31,46

С, мг	0,00
В1, мг	0,01
В2, мг	0,00
А, мг	0,05
Д, мкг	0,00

Са, мг	10,99
Р, мг	38,45
Mg, мг	2,50
Fe, мг	0,50
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
Se, мг	0,00
F, мг	0,00

Технология приготовления:

При варке в скорлупе обработанные яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50 г соли на 10 яиц) и варят вкрутую 8-10 мин. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

технолог _____ /Белаш Наталия Геннадьевна/