

**«ПРИНЯТО»**

общим собранием работников  
МАДОУ «Детский сад №5  
«Камыр Батыр» общеразвивающего вида»  
Протокол № 4  
«22» августа 2018 г.

**«УТВЕРЖДЕНО»**

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 5  
«Камыр Батыр» общеразвивающего вида»  
В.И. Марданшина  
Введено в действие приказом №108  
«03» сентября 2018 г.



# Технологические карты

(источник рецептур: Сборник методических рекомендаций  
по организации питания детей и подростков в учреждениях  
образования – СПб. Речь, 2008.-800с.)

*Утверждено*  
Зав. И. В. М. Марджанишвили

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №15**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Борщ на мясокостном бульоне со сметаной**

Номер рецептуры: \_\_\_\_\_ с 126 \_\_\_\_\_

Наименование сборника рецептур: «Организация рационального питания детей в ДОУ», 2008

	<b>1-3 года</b>		<b>3-7 лет</b>	
	Брутто г.	Нетто г.	Брутто г.	Нетто г.
Говядина I категории	31.2	23.4	31.2	23.4
Свекла до 01.01 х/о -20%	21.0	16.8	35.0	28.0
с 01.01 х/о-25%	22.5	16.8	37.5	28.0
Картофель				
с 01.09 по 31.10 х/о -25%	19.5	14.7	32.5	24.5
с 01.11 по 31.12 х/о - 30%	21.0	14.7	35.0	24.5
с 01.01 по 28-29.02 х/о - 35%	22.5	14.7	37.5	24.5
с 01.03 по 31.08 х/о - 40%	24.45	14.7	40.75	24.5
Капуста белокочанная (х/о 20%)	30.0	24.0	50.0	40.0
Морковь красная				
по 01.01 х/о-20%	9.0	7.2	15.0	12.0
с 01.01 х/о-25%	9.75	7.2	16.25	12.0
Лук репчатый	6.0	4.8	10.0	8.0
Кислота лимонная пищевая	0.075	0.075	0.125	0.125
Сахар-песок	0.6	0.6	1.0	1.0
Петрушка (корень) (х/о - 25%)	3.0	2.25	5.0	3.75
Сметана 15% жирности	9.0	9.0	11.0	11.0
Бульон мясной	180	180.0	300.0	300.0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0.3	0.3	0.5	0.5
масло растительное	2.0	2.0	3.3	3.3
<b>Выход</b>	<b>150</b>		<b>250</b>	

**1 – 3 года**

Наименование	Пищевые вещества			витамины			Минеральн. вещ.		энерг. ккал
	белки	жиры	углев.	B1	B2	C	Ca	Fe	
Борщ со сметаной	2.31	1.305	4.065	0.045	5.025	7.485	44.355	0.66	63.6

**3 – 7 лет**

Наименование	Пищевые вещества			витамины			Минеральн. вещ.		энерг. ккал
	белки	жиры	углев.	B1	B2	C	Ca	Fe	
Борщ со сметаной	3.85	2.175	6.775	0.075	8.375	12.475	73.925	1.1	106.0

**Технология приготовления:**

Овощи отсортировать, промыть и очистить. Очищенные овощи повторно промыть в проточной питьевой воде не менее 5 минут с использованием дуршлаков. Вымытые капусту, картофель нарезают, закладывают поочередно в кипящий мясной бульон и добавляют пассерованные морковь, свеклу, лук и томат-пасту. Перед снятием с огня добавить сметану и прокипятить в течении 5-10 минут. Блюдо при раздаче должно иметь температуру +60... +65\*С.

# Технологическая карта № 7

*Утверждено*  
*Зав. № 13 И. Маррашкин*

**Наименование изделия:** Свекольник со сметаной

**Наименования сборника рецептов:**

1. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Свекла	50,0	40,0
Картофель	100	70
Лук репка	5,0	4,0
Морковь	10	8,0
Томат	2	2
Масло растительное	3	3
Сметана	11	-11
<b>Выход</b>	<b>200г</b>	

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,72	3,2	-	43,6					
-	-	-	-					
0,75	0,05	5,0	21,0					
2,0	0,4	17,13	56					
0,056	-	0,364	1,64					
0,13	0,01	0,840	2,72					
0,096	-	0,38	1,98					
-	2,99	-	26,97					
0,308	2,2	0,352	22,66	44	1,3	0,15	0,15	5,3

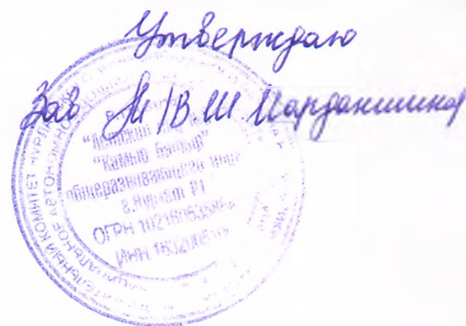
*7,06 8,85 24,07 176,6*

**Технология приготовления:**

Свеклу отваривают целиком в кожуре, охлаждают, чистят, шинкуют соломкой. Картофель очищают, нарезают брусочками. Морковь шинкуют тонкой соломкой, лук репчатый – полукольцами. Морковь и лук пассируют при температуре 110°C, затем припускают с добавлением бульона. В кипящий бульон закладывают пассированные морковь и лук, варят 10 минут. Затем кладут свеклу, варят до готовности. За 5 минут до готовности солят.

В готовый свекольник добавляют сметану, мелко нарубленную зелень, доводят до кипения. Температура подачи 65°C.

# Технологическая карта № 10



**Наименование изделия:** Щи из свежей капусты со сметаной

**Наименования сборника рецептов:**

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коля –М.: АРКТИ –МИКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Картофель	80	56
Морковь	20	16
Капуста б/кочанная	50	40
Лук репка	51	40
Масло сливочное	3	3
Сметана	11	11
<b>Выход</b>	<b>200г</b>	

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,72	3,2	-	43,6					
0,32	0,064	2,768	12,8					
0,26	0,02	1,68	6,8					
0,9	0,05	2,35	13,5					
0,14	-	0,828	4,1					
0,049	2,34	0,03	21,27					
0,308	2,2	0,352	22,66	52,6	1,72	0,17	0,12	15

**Технология приготовления:**

Белокочанную капусту нарезают соломкой, картофель – кубиками или брусочками. Репчатый лук шинкуют и пассируют в масле. В кипящий бульон закладывают капусту, доводят до кипения, вводят картофель и варят до полуготовности. Затем добавляют пассированную морковь, томат – пюре или кусочки свежих помидоров, соль и варят до готовности 7 – 10 минут.



*Университет*  
*Зав. № 10. III Маргаришвили*

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №23**

Наименование кулинарного изделия (блюда): Рассольник на мясокостном бульоне со сметаной

Номер рецептуры: с 128

Наименование сборника рецептур: «Организация рационального питания детей в ДОУ», 2008

	<b>1-3 года</b>		<b>3-7 лет</b>	
	Брутто г.	Нетто г.	Брутто г.	Нетто г.
Говядина I категории	31,2	23,4	31,2	23,4
Картофель				
с 01.09 по 31.10 х/о-25%	55,95	42,0	93,25	70,0
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	60,0	42,0	100,0	70,0
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	64,65	42,0	107,75	70,0
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	79,05	42,0	116,75	70,0
Огурцы соленые (х/о-20%)	18,0	14,4	30,0	24,0
Морковь красная				
до 01.01 х/о-20%	12,0	9,6	20,0	16,0
с 01.01 х/о-25%	12,75	9,6	21,25	16,0
Лук репчатый	6,0	5,1	10,0	8,5
Крупа перловая (рисовая)	4,5	4,5	7,5	7,5
Петрушка (зелень)	1,8	1,35	3,0	2,25
Бульон мясной	180,0	180,0	300,0	300,0
Сметана 15% жирности	9,0	9,0	11,0	11,0
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия				
	0,3	0,3	0,5	0,5
<b>Выход</b>	<b>150</b>		<b>250</b>	

**1 – 3 года**

Наименование	Пищевые вещества			витамины			Минеральн. вещ.		энерг.
	белки	жиры	углев.	B1	B2	C	Ca	Fe	ккал
Рассольник	2,535	1,425	9,18	0,075	0,06	5,475	31,95	0,66	98,025

**3 – 7 лет**

Наименование	Пищевые вещества			витамины			Минеральн. вещ.		энерг.
	белки	жиры	углев.	B1	B2	C	Ca	Fe	ккал
Рассольник	4,225	2,375	15,3	0,125	0,1	9,125	53,25	1,1	163,375

**Способ приготовления:**

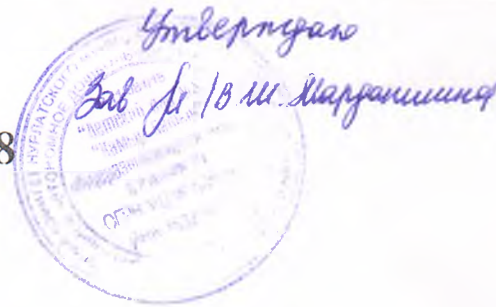
Овощи предварительно промывают, тщательно перебирают и очищают. Повторно промывают в проточной питьевой воде. Крупу перебирают, промывают. Перловую крупу кладут в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают, крупу промывают. Соленые огурцы зачищают от кожицы, удаляют крупные зерна, нарезают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

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

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



## Технологическая карта № 8



**Наименование изделия:** Суп гороховый с гренками

**Наименования сборника рецептов:**

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Картофель	50	40
Морковь	10	8
Горох	20	17
Лук репка	10	8
Масло растительное	3	3
Хлеб пшеничный	30	15
<b>Выход</b>	<b>200г</b>	

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3.72	3.2	-	43.6					
-	-	-	-					
0.7	-	6.9	29.05					
0.1	-	0.56	2.64					
4.6	0.32	11.54	64.6					
0.15	-	0.86	3.87					
-	2.79	-	26.19					
1.15	0.45	7.47	39.3	0,07	0,02	0,16	0,12	0,8

*10,42    6,76    27,33    209,3*

**Технология приготовления:**

Горох перебрать, промыть, заложить в кипящий мясной бульон и варить до готовности. В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный брусочками, лук, морковь мелко нарезать, слегка пассировать в масле и за 10 – 15 минут до конца варки положить в суп, добавить соль.

Подают суп с гренками.



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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
19,84	31,43	37,07	471,05	35,2	1,81	0,3	0,2	0

Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
24,8	39,29	46,34	588,81	44	2,26	0,38	0,25	0

**Технология приготовления**

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

Пельмени варят в подсоленной воде или бульоне. ( на 1 кг пельменей берут 4 л. воды и 15 г соли)

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

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

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

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

Готовые отварные пельмени отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным или с бульоном.

Температура подачи не ниже 75° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* форма сохранена.

*Консистенция:* оболочки - мягкая, плотная, фарша - сочная, мягкая.

*Цвет:* оболочки - от светло-кремового до светло-желтого, фарша - коричневый.

*Вкус:* умеренно соленые с запахом мяса и репчатого лука.

*Запах:* мяса и репчатого лука.



## Технологическая карта № 14



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

**Наименования сборника рецептов:**

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель И.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня – М.: АРКТИ – МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	20	20
Вода	200	200
Котлетное мясо	25	25
Картофель	100	70
Морковь	20	16
Лук репка	10	8
Масло растительное	3	3
Яйцо	01. июн	01. июл
Хлеб белый	5	5
<b>Выход</b>	<b>200г</b>	

**Химический состав данного блюда**

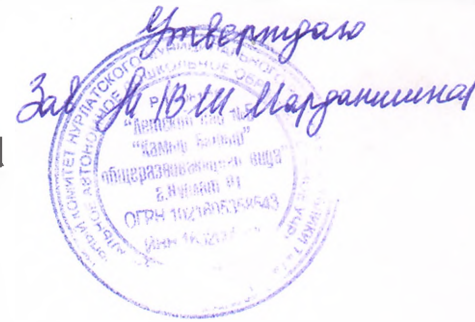
Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,72	3,2	-	43,6					
-	-	-	-					
2,79	2,4	-	32,7					
1,4	0,28	12,11	56					
0,208	-	1,244	5,44					
0,112	-	0,728	3,28					
0,049	2,34	0,03	21,27					
0,22	0,19	0,12	2,67					
0,38	0,15	2,49	13,1					

**Технология приготовления:**

Картофель нарезают кубиками или дольками, корни и лук – мелкими кубиками, зелень петрушки или укропа мелко рубят. Морковь, петрушку и репчатый лук пассируют. В кипящую воду закладывают картофель. Доводят до кипения, добавляют пассированные овощи и варят 15 – 20 минут. В конце варки вводят соль.

Из готового мясного фарша разделяют фрикадельки небольшими шариками и варят в бульоне 8 – 10 минут. До раздачи их хранят на плите в небольшом количестве бульона. При подаче в тарелку кладут фрикадельки, заливают суп и поливают зеленью.

# Технологическая карта № 1



Наименование изделия: Голубцы ленивые в томатном соусе

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИИКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	80	67
Масло сливочное	5	5
Томатное пюре	5	5
Лук репка	10	8
Мука пшеничная	5	5
Масло растительное	3	3
Крупа рисовая	10	10
Капуста свежая	180	150
<b>Выход</b>	<b>100г</b>	

## Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
12.46	10.72	-	146.06					
0.035	3.9	0.05	35.45					
0.055	0.01	0.19	1.15					
0.11	-	0.72	3.28					
0.515	0.055	3.45	16.7					
-	2.99	-	26.97					
0.7	0.1	7.13	33.0					
3.24	0.18	8.46	48.6	37,67	1,02	0,95	0,1	12,52

17,1 17,9 20,0 311,2

Технология приготовления:

Мясо пропустить через мясорубку и припустить. Рисовую крупу перебирают, промывают и варят рассыпчатую рисовую кашу. Репчатый лук мелко рубят, пассируют, соединяют с мясом и рисом, добавляют соль, перемешивают. Белокочанную капусту нарезают тонкой соломкой, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до готовности, перекладывают в дуршлаг, дают стечь отвару. Подготовленную капусту соединяют с мясом, рисом и луком, перемешивают, добавляют бульон, томатное пюре и тушат 30 – 40 минут. За 5 – 10 минут до готовности вводят разведённую мушную пассировку.

*Утверждено*  
*Зав. Л. Ю. Ш. Марьямшина*

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №63**

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Овощное рагу с курицей отварной**

Наименование сборника рецептов: «Организация рационального питания детей в ДООУ», 2008 г

	1-3 года		3-7 лет	
	Брутто г.	Нетто г.	Брутто г.	Нетто г.
Куры потрошенные 1 категории	40,0	52,5	60,0	52,5
Картофель				
с 01.09 по 31.10 х/о – 25%	54,1	40,6	81,15	60,9
с 01.11 по 31.12 х/о – 30%	58,0	40,6	87,0	60,9
с 01.01 по 28-29.02 х/о – 35%	62,5	40,6	93,75	60,9
с 01.03 по 31.08 х/о – 40%	67,7	40,6	101,55	60,9
Капуста белокочанная (х/о 20%)	32,0	25,6	48,0	38,4
Морковь красная				
до 01.01 х/о – 20%	30,0	24,0	45,0	36,0
с 01.01 х/о-25%	32,0	24,0	48,0	36,0
Лук репчатый	15,0	12,6	22,5	18,9
Молоко стерилизованное 3.2%	30,0	30,0	45,0	45,0
Масло растительное	3,0	3,0	4,5	4,5
Соль йодированная с пониженным содержанием натрия	0,3	0,3	0,45	0,45
<b>Выход</b>	<b>100</b>		<b>150</b>	

Наименование	Пищевые вещества			витамины			Минеральн вещ		энерг
	белки	жиры	углев	B1	B2	C	Ca	Fe	ккал
Рагу овощное	10,6	11,9	9,9	0,6	0,08	5,6	64,25	0,7	126,75

Наименование	Пищевые вещества			витамины			Минеральн вещ		энерг
	белки	жиры	углев	B1	B2	C	Ca	Fe	ккал
Рагу овощное	15,83	17,93	14,85	0,09	0,12	8,4	96,4	1,05	190,13

**Способ приготовления:**

Картофель, морковь очистить, промыть, нарезать дольками или кубиками и припустить в небольшом количестве воды со сливочным маслом до полуготовности. Белокочанную капусту нарезать шашечками и припустить в воде. Затем картофель, овощи и отварное куриное мясо, нарезанное мелкими кусочками соединить, добавить соль и продолжать тушить до готовности.

Требования: Овощи должны сохранять форму нарезки. Вкус и запах характерные для тушеных овощей.

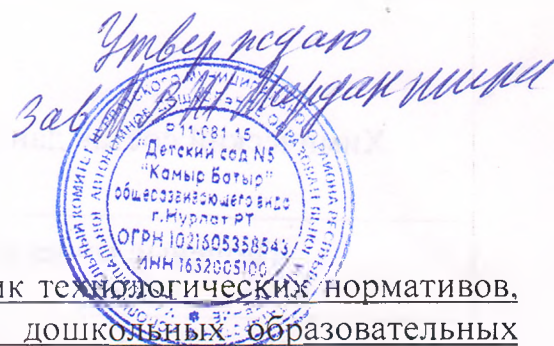


Технологическая карта № 35

Наименование изделия: Гуляш

Номер рецептуры: 152

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



Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (лопаточная, подлопаточная часть, грудинка, покромка)	68	50	90	66
Или говядина 1 категории бескостная	55	50	73	
Масло растительное	3	3	4	4
Лук репчатый	3	2	4	3
Морковь				
До 1 января	2,5	2	3,8	3
С 1 января	2,7	2	4	3
Томатное пюре.	4	4	6	6
Мука пшеничная	1	1	2	2
Масса тушеного мяса		30		40
Масса соуса		30		40
Выход с соусом		60		80

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
4,5	5,7	1,85	123,6	2,84	0,14	0,03	0,02	0,6

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С
6	7,6	2,47	164,8	3,79	0,18	0,04	0,02	0,8

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С
6	7,6	2,47	164,8	3,79	0,18	0,04	0,02	0,8

**Технология приготовления**

Мясо дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

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

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

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

Обжаренные крупные куски тушат с добавлением воды, обжаренных овощей и томатного пюре до готовности. На бульоне, полученном после тушения, готовят соус. Мясо нарезают по 1-2 куски на порцию, заливают соусом и доводят до кипения.

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

Температура подачи +60...+65° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* куски равномерные, не разваренные, одинакового размера, уложенные на тарелку, сбоку гарнир.

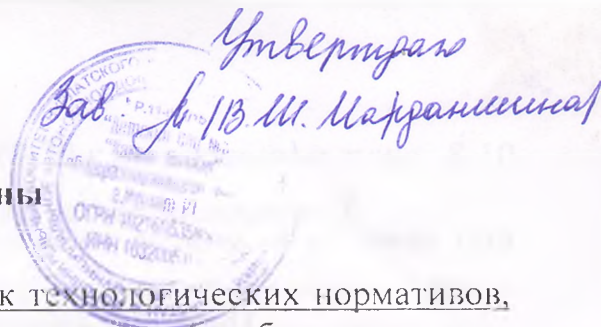
*Консистенция:* мягкая, сочная.

Технологическая карта № 64

Наименование изделия: Тефтели из говядины

Номер рецептуры: 174

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



Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Говядина (котлетное мясо)	44	32	62	45
Вода	5	5	7	7
Крупа рисовая	4	4	6	6
Масса готового рассыпчатого риса		13		18
Лук репчатый	15	13	21	18
Яйцо	1/20 шт.	2	1/13 шт.	3
Масло растительное	1	1	2	2
Масса пассерованного лука		6		8
Мука пшеничная	3	3	4	4
Масса полуфабриката		59		83
Масло растительное	3	3	4	4
Выход		50		70

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
6,41	6,78	5,22	107,5	3,28	0,16	0,03	0,03	0,56

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
8,98	9,49	7,31	150,5	4,59	0,23	0,04	0,04	0,79

### Технология приготовления

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

Мясо дефростируют в мясном цехе на производственных столах. Мясо в воде или около плиты не размораживают. Повторное замораживание дефростированного мяса не допускается.

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

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

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

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

Рис перебирают и варят рассыпчатую рисовую кашу, лук нарезают мелкими кубиками, бланшируют, пассеруют.

Мясо измельчают на мясорубке. В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рассыпчатый рис, яйцо, хорошо перемешивают, разделяют тефтели в виде шариков по 2-3 шт. на порцию. Шарики панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2

ряда, заливают соусом с добавлением воды (10-20 г на порцию) и тушат 8-10 мин.

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

Температура подачи +60...+65° С.

**Требования к качеству**

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

*Консистенция:* тефтелей в меру плотная, сочная, однородная.

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

*Вкус и запах:* тушеного мяса в соусе, умеренно соленый.



Утверждено  
Заведующий



Мерзлякина  
В.И.

## Манты с мясом №413

Наименование блюда: Манты с мясом

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №413

Вид обработки: Варка

Рецептура (раскладка продуктов) на 100 грамм нетто блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
<u>Тесто для мант №412</u>	-	31.75
<u>Мука пшеничная высшего сорта</u>	1.59	1.59
<u>Баранина</u>	63.49	45.4
<u>Лук репчатый</u>	24.44	20.63
<u>Перец красный молотый</u>	0.32	0.32
<u>Соль</u>	0.48	0.48
<u>Вода</u>	6.35	6.35
~ Масса фарша	-	72.38
~ Масса полуфабриката	-	104.13
<u>Масло растительное</u>	1.59	1.59
~ Масса готовых мант	-	95.24
<u>Уксус 3%-ный</u>	4.76	4.76

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

Наименование показателя	Содержание питательных веществ на 100 грамм блюда	Потери питательных веществ продуктов при обработке, %
Белки, г	9.88	0
Жиры, г	5.42	0
Углеводы, г	1.98	0
Калорийность, ккал	155.4	0
В1, мг	0.1392	0
В2, мг	0.0936	0
С, мг	1.7329	0
Са, мг	22.1734	0
Fe, мг	2.0774	0

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

Тип довольствующихся / Количество часов содержания детей в ДОУ	8-10 часов	12 часов	24 часа
Дети 1-3 лет	70	70	70
Дети 3-7 лет	80	80	80
Учащиеся 7-10 лет	220		
Учащиеся 11-18 лет	220		
Взрослые	220		

*Технологическая карта приготовления блюда в столовой (кафе), организации питания:*

### **Технология приготовления**

Готовое тесто (см. рец. № 412) закатывают тонкими жгутами, делят на куски массой по 20 г и раскатывают на круглые лепешки с утонченными краями. На середину лепешек укладывают фарш, края защипывают посередине, придавая изделию круглую или овальную форму.

Манты укладывают на смазанную жиром решетку, вставленную в специальный котел (каскан), и варят на пару в течение 30-40 мин.

Для фарша: баранину нарезают мелкими кубиками размером 5-7 мм, смешивают с мелко нарезанным репчатым луком, добавляют соль, перец, воду и перемешивают до получения однородной массы.

Отпускают манты по 3-5 шт. на порцию с уксусом. Можно отпускать со сметаной (30-50 г).

## Технологическая карта № 5



**Наименование изделия:** Котлета из мяса говядины

**Номер рецептуры:**

**Наименования сборника рецептур:**

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Кона –М.: АРКТИ –МИШКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	100	70
Хлеб	10	10
Лук репка	10	8
Масло растительное	3	3
<b>Выход</b>	<b>70г</b>	

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
13.02	11.2	-	152.6					
0.77	0.3	4.98	26.2					
0.112	-	0.72	3.28					
-	2.99	-	26.97					

**Технология приготовления:**

Мясо промыть, отделить от костей, зачистить от сухожилий, пропустить через мясорубку. Смешать с размоченным в молоке и хорошо отжатым хлебом и вновь пропустить через мясорубку. Посолить и хорошо взбить. Из приготовленной котлетной массы формируют изделия овально – приплюснутые, с заостренным концом. Укладывают на противень с маслом, разогретым до 150 - 160°C, готовят в жарочном шкафу до готовности.



# Технологическая карта № 10



Наименование изделия: Плов из мяса говядины

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мясо	100 <i>35</i>	70
Масло сливочное	5	5
Томат пюре	5	5
Лук репка	15	12
Масло растительное	5	5
Крупа рисовая	30	30
Морковь	15	12
<b>Выход</b>	<b>140г</b>	

## Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
<i>4,33</i> 13,02	<i>3,13</i> 11,2	-	152,6	<i>507</i>				
0,035	3,9	0,05	35,45					
0,055	0,01	0,19	1,15					
0,168	-	0,828	4,92					
-	4,99	-	44,9					
2,1	0,3	21,42	99,0					
0,156	0,012	1,0	4,08	<i>16,9</i>	<i>1,02</i>	<i>0,03</i>	<i>0,06</i>	<i>13</i>

*6,84 12,9 23,5 249,2*

## Технология приготовления:

Говяжье мясо, нарезают кубиками, укладывают на противень с растопленным маслом, посыпают солью и обжаривают, помешивая, затем складывают в кастрюлю или котёл, добавляют перебраный промытый рис, мелко рубленный пассированный лук с томатом пюре, соль. Содержимое посуды заливают горячей водой или бульоном с таким расчётом, чтобы получилась рассыпчатая рисовая каша. Плов варят, помешивая, до загустения, затем продолжают варку на водяной бане или в жарочном шкафу в течение 1 часа.

Готовый плов перемешивают, выкладывают горкой в тарелку.



# Технологическая карта № 1



Наименование изделия: Омлет

Номер рецептуры:

**Наименования сборника рецептур:**

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Ковя –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо	шт. 50	40
Масло сливочное	5	5
Молоко	100	100
<b>Выход</b>	<b>120г</b>	

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
5.08	4.6	0.28	62.8					
0.01	4.68	-0.02	44.04					
2.8	3.2	4.7	58.0	84	2	0.06	0	0

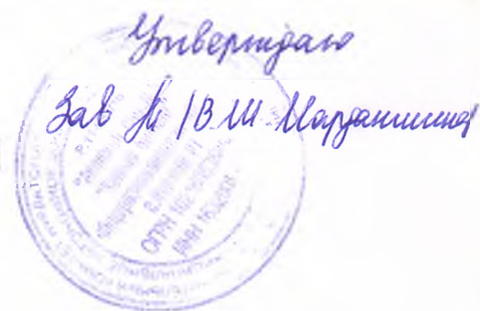
**Технология приготовления:**

Подготовленные в соответствии с санитарными требованиями яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко, соль, размешивают и слегка взбивают до образования пены. Её выливают в смазанную маслом разогретую посуду слоем 2,5 – 3.0 см и запекают в течение 8 – 10 минут в жарочном шкафу при температуре 180 – 200 ° С до образования лёгкой румяной корочки.

7,89 12,48 5,10 164,8

✓

# Технологическая карта № 1



Наименование изделия: Отварные макароны с маслом

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия	35,0	35,0
Масло сливочное	5	5
<b>Выход</b>	<b>130г</b>	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,64	0,385	24,39	117,95					
0,01	4,68	0,02	44,04	4	9,8	0,06	0	0

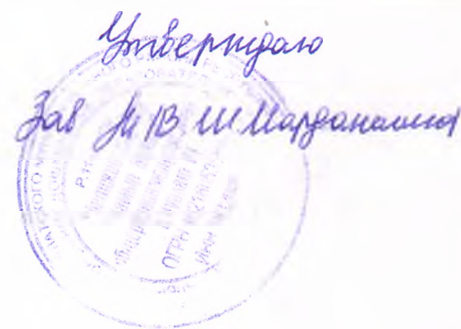
Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды ( на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 29 – 30 минут, вермишель 10 – 12 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза в зависимости от сорта.

Сваренные макароны изделия откидывают и перемешивают с растопленным маслом, чтобы они не склеивались и не образовывали комков.



## Технологическая карта № 9



**Наименование изделия:** Гречка отварная рассыпчатая

**Номер рецептуры:**

**Наименования сборника рецептур:**

1. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС. 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО. 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	35	35
Масло сливочное	5	5
Вода		
<b>Выход</b>	<b>110г</b>	

### Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,325	0,8	23,06	115,15					
0,035	3,9	0,05	35,45					
-	-	-	-	16	4	0,18		

### Технология приготовления:

В кипящую воду кладут соль, всыпают подготовленную крупу и варят до загустения, периодически помешивая. Когда каша загустеет, доводят до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. В процессе упаривания кашу не перемешивают.



Утверждено  
Зав. М. В.М. Марджанова



**Технологическая карта № 90**

**Наименование изделия: Рагу из овощей**

**Номер рецептуры: 77**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель				
с 01.09-31.10	96	72	114	86
с 31.10-31.12	103	72	123	86
с 31.12-28.02	111	72	132	86
с 29.02-01.09	120	72	144	86
Морковь				
До 1 января	30	24	36	29
С 1 января	32	24	39	29
Лук репчатый	14	12	17	14
Капуста свежая белокочанная	38	30	45	36
Вода	79	79	95	95
Масло коровье сладкосливочное	6	6	7	7
Выход		150		180

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
2,23	4,04	10,16	86,67	50,12	0,83	0,05	0,04	14,33



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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
2,67	4,82	12,19	104	60,14	1,01	0,06	0,05	17,2

**Технология приготовления**

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

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

Картофель нарезают дольками или кубиками и тушат. Лук репчатый и морковь слегка пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. За 15-20 минут до готовности все овощи соединяют и тушат.

Температура подачи +60...+65° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* овощи и картофель нарезаны кубиками или дольками, форма нарезки овощей сохранена.

*Консистенция:* картофеля, овощей мягкая, плотная.

*Цвет:* светло-оранжевый.

*Вкус:* умеренно соленый.

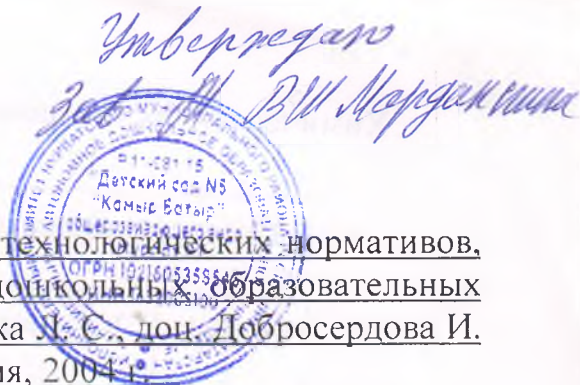
*Запах:* овощей, входящих в блюдо.

Технологическая карта № 8

Наименование изделия: Картофельное пюре

Номер рецептуры: 206

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



Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель				
с 01.09-31.10	136	102	170	128
с 31.10-31.12	147	102	183	128
с 31.12-28.02	158	102	197	128
с 29.02-01.09	171	102	214	128
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	19	19	24	24
Масса кипяченого молока		18		23
Масло коровье сладкосливочное	4	4	5	5
Выход		120		150

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
2,44	4,19	14,45	113,6	36,94	0,85	0,11	0,08	14,36

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
3,05	5,24	18,06	142	46,18	1,06	0,14	0,10	17,95

### **Технология приготовления**

При изготовлении картофельного пюре следует использовать механическое оборудование!

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

Не допускается предварительное замачивание овощей.

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

Очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50 см), солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1-см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, протирают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80° С. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, масло коровье сладкосливочное растопленное и доведенное до кипения. Смесь прогревают, взбивая, на водяной бане при температуре 100° С 5-6 минут.

Температура подачи +60...+65° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* протертая картофельная масса.

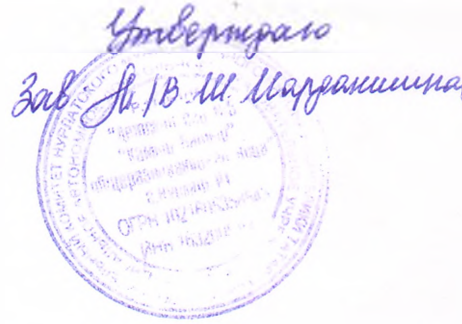
*Консистенция:* пышная, густая, однородная.

*Цвет:* белый с кремовым оттенком.

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

*Запах:* свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

## Технологическая карта № 9



**Наименование изделия:** Салат из свеклы с яблоками

**Номер рецептуры:**

**Наименования сборника рецептур:**

1. Алфавит питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свекла варёная	60	50
Яблоки свежие	20	10
Масло растительное	3	3
<b>Выход</b>	<b>60г</b>	

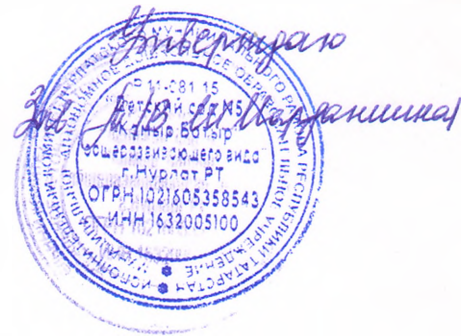
**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Са	Fe	B1	B2	C
0.75	0.05	5.0	21.0					
0.04	0.04	0.98	4.5					
-	2.99	-	26.97	268	0.22	0.083	0.06	11.0

**Технология приготовления:**

Свеклу варят, охлаждают, очищают, нарезают соломкой или ломтиками, добавляют натёртые на тёрке яблоки, предварительно очищенные от кожуры и семян. Заправляют растительным маслом.

# Технологическая карта № 28



**Наименование изделия:** Салат из свеклы с солёными огурцами

**Номер рецептуры:**

**Наименования сборника рецептур:**

1. Алфавит питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свекла	46,5	37/35,5
Огурцы солёные	12,5	10
Масло растительное	5	5
<b>Выход</b>	<b>50г</b>	

\*В знаменателе – масса отварной, очищенной свеклы.

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
0,53	0,035	3,55	14,91					
0,28	-	0,13	1,9					
-	4,99	-	44,95	13,78	0,57	0,05	0,05	3,86

61,76

**Технология приготовления:**

Отварную свеклу нарезают тонкой мелкой соломкой, заправляют растительным маслом. Огурцы очищают от кожицы, нарезают вдоль на дольки, затем на ромбики, смешивают с заправленной свеклой и перемешивают.

Температура подачи - 14°C.

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 20

*Утверждено*  
*Зав. кафедрой*  
*Морозкина*

Наименование кулинарного изделия (блюда): **САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	101	81	10,1	8,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15	1,8	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 100</b>				

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

Белки, г	2,7	В1,	0,02	Са, мг	23
Жиры, г	5,1	С, мг	6	Mg,	13
Углеводы, г	2,6	Е, мг	2,3	Р, мг	28
Энергетическая ценность, ккал	67	А, мг	0	Fe, мг	0,7
		В2,	0		
		РР,	0		

**Технология приготовления:**

Огурцы нарезают тонкими ломтиками, добавляют шинкованный репчатый лук и поливают растительным маслом.

**Правила оформления, подачи блюд:**

Салат укладывают горкой в салатник или на тарелку. Оптимальная температура подачи 14° С.

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

- Внешний вид — компоненты равномерно нарезаны в соответствии с технологией приготовления, уложены горкой, политы растительным маслом;
- цвет огурцов — оливковый, лука репчатого — белый или светло-кремовый;
- вкус, запах — характерный для соленых огурцов, приятный в меру кисло-соленый, слегка острый, без постороннего вкуса, с ароматом.

✓

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	75	69,75	7,5	6,98
<b>Выход: 70</b>				

## Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	0,6	В1,	0	Са, мг	16
Жиры, г	0,1	С, мг	7	Mg,	9,8
Углеводы, г	1,7	А, мг	0	Р, мг	29,3
Энергетическая ценность, ккал	9,8	Е, мг	0,1	Fe, мг	0,7
		В2,	0		
		РР,	0,1		

## Технология приготовления:

Вымыть, очистить, нарезать на порции.

## Правила оформления, подачи блюд:

Аккуратно укладывать на тарелку.



# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 181

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

*Детский сад №5*  
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ДЕТСКИЙ САД №5»  
 ОГРН 1021605336843  
 г. Челябинск  
 35.08.2008

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	42	42	42	42
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100	100	10	10
СОЛЬ	1,3	1,3	0,13	0,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 130</b>				

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

Белки, г	4,1	B1,	0,08	Ca, мг	37
Жиры, г	4,6	C, мг	0	Mg,	21
Углеводы, г	27	A, мг	0,03	P, мг	142
Энергетическая ценность, ккал	166	E, мг	0,7	Fe, мг	1
		B2,	0		
		PP,	0		

**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

**Правила оформления, подачи блюд:**

При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным и прокипяченным маслом сливочным.

Кипяченое молоко горячее или холодное подают в стакане или глубокой тарелке вместе с кашей.

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

Внешний вид — зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость, легко отделяющиеся друг от друга, каша полита маслом, или посыпана сахаром, или отпущена с молоком;

- цвет — свойственный данному виду крупы;
- вкус — свойственный данному виду крупы без привкуса прогорклости и затхлости;

*Дет. рецепт.  
 СМБ №26 2008 - 200 С*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 184

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
КРУПА МАННАЯ	33	33	3,3	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49	49	4,9	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	74	74	7,4	7,4
СОЛЬ	0,8	0,8	0,08	0,08
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,15	0,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 155</b>				

### *Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*

Белки, г	5,5	В1,	0,06	Са, мг	99
Жиры, г	6,2	С, мг	1	Mg,	16
Углеводы, г	28,6	А, мг	0,04	Р, мг	95
Энергетическая ценность, ккал	193	Е, мг	0,6	Fe, мг	1
		В2,	0		
		РР,	0		

### *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.

### *Правила оформления, подачи блюд:*

Молочные вязкие каши отпускают в горячем виде с растопленным и прокипяченным маслом сливочным. Масло сливочное можно положить кусочком. Оптимальная температура блюда 65° С.

### *Характеристика изделия по органолептическим показателям:*

- Внешний вид — зерна крупы набухшие, полностью разварены. Каша заправлена сливочным маслом или сахаром;
- цвет — свойственный виду крупы;
- вкус — умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла;

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 181

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



Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	50	50	5	5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90	9	9
СОЛЬ	1,3	1,3	0,13	0,13
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 130</b>				

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

Белки, г	5,7	B1,	0,11	Ca, мг	24
Жиры, г	4,7	C, мг	0	Mg,	30
Углеводы, г	33,3	A, мг	0,03	P, мг	129
Энергетическая ценность, ккал	198	E, мг	1,0	Fe, мг	2
		B2,	0		
		PP,	0		

**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

**Правила оформления, подачи блюд:**

При отпуске горячую рассыпчатую кашу кладут на тарелку и поливают растопленным и прокипяченным маслом сливочным.

Кипяченое молоко горячее или холодное подают в стакане или глубокой тарелке вместе с кашей.

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

Внешний вид — зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость, легко отделяющиеся друг от друга, каша полита маслом, или посыпана сахаром, или отпущена с молоком;

- цвет — свойственный данному виду крупы;
- вкус — свойственный данному виду крупы без привкуса прогорклости и затхлости;



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША ПШЕННАЯ И РИСОВАЯ ЖИДКАЯ**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто,	нетто, кг
ПШЕНО	15,1	14,9	1,51	1,49
КРУПА РИСОВАЯ	11,5	11,4	1,15	1,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50	5	5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	76	76	7,6	7,6
СОЛЬ	0,6	0,6	0,06	0,06
САХАР ПЕСОК	3	3	0,3	0,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 155</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	4,5	В1,	0,1	Ca, мг	86,6
Жиры, г	6,8	С, мг	0,4	Mg,	25,4
Углеводы, г	24,7	А, мг	0	Р, мг	102,6
Энергетическая ценность, ккал	179,8	Е, мг	0,6	Fe, мг	0,6
		В2,	0,1		
		РР,	0,5		

### Технология приготовления:

Жидкие каши готовят из всех видов круп, кроме гречневой, ячневой и саго, на молоке, на смеси молока и воды и на воде. Жидкими считаются каши, выход которых составляет 5-6,5 кг из 1 кг крупы. Готовят жидкие каши так же, как и вязкие, но с большим количеством жидкости.

### Правила оформления, подачи блюд:

Отпускают каши в горячем виде с растопленным и прокипяченным маслом сливочным. Оптимальная температура блюда 65° С.

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- Внешний вид — зерна крупы, полностью разварившиеся, утратившие форму;
- цвет — соответствует виду каши;
- вкус — умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла;

*Изм. рецепта.  
СПБ РИВ 2008-800С.*

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Рецептура № 91.12

Источник: Сборник рец.2010, №185

## Каша молочная кукурузная (жидкая)

Количество порций Сад (100порц. X 180г)

Наименование продукта	Вес на одну порцию		Вес на общее количество порций	
	Брутто кг.	Нетто кг.	Брутто кг.	Нетто кг.
Крупа кукурузная	0.018	0.018	1.8	1.8
Молоко	0.108	0.108	10.8	10.8
Сахар	0.004	0.004	0.4	0.4
*Вода	0.085	0.085	8.55	8.55
Выход				0.018

В 100граммах данного блюда содержится

Пищевые вещества г.		
Белки	Жиры	Углеводы
2.5	2	12.1

Минеральные вещества мг.			
Ca	Mg	P	Fe
74.04	11.4	65.5	0.34

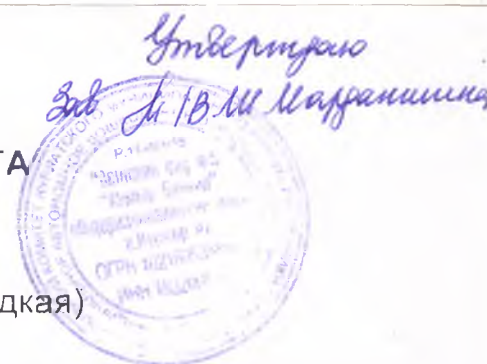
Витамины мг.				
A	B1	B2	PP	C
0.01	0.03	0.08	0.17	0.6

Энергетическая ценность (ккал)
76

Технология:

Перед варкой крупу перебирают (обязательно), промывают теплой водой, а затем горячей водой (5-7 раз). В кипящее молоко вводят соль, засыпают промытую крупу и варят в течение 20-25 минут на плите при помешивании. Затем в кашу вводят сахар и упаривают до готовности на водяной бане в течение 35-40 минут. Закладку прокипяченного сливочного масла производят непосредственно при отпуске или сливочное масло можно добавлять во время варки. Выход масла можно увеличить до 5-7 грамм на порцию, соответственно увеличив выход блюда.

Температура подачи блюда 65 С, температура приема пищи 50-55 С. Срок реализации - 2-3 часа с момента приготовления.



✓

Технологическая карта № 14

Наименование изделия: Каша вязкая молочная «Дружба»

Номер рецептуры: 84

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

*Утверждено*  
*Зав. М. В. Мордехан*



Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет		с 3-7 лет	
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	10	10	13	13
Крупа пшено	8	8	10	10
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	113	113	150	150
Вода	26	26	35	35
Сахар	4	4	5	5
Масса каши		148		197
Масло коровье сладкосливочное	2	2	3	3
Выход		150		200

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
4,66	5,79	20,78	150,75	136,7	0,38	0,08	0,08	1,46

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
6,21	7,73	27,71	201	182,3	0,5	0,1	0,1	1,95

**Технология приготовления**

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

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

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

Температура подачи +60...+65° С.

**Требования к качеству**

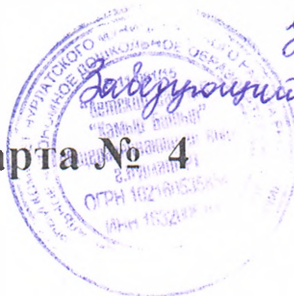
*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом.

*Консистенция:* однородная, вязкая, зерна - мягкие.

*Цвет:* свойственный соответствующему виду крупы.

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

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



## Технологическая карта № 4

**Наименование изделия:** Каша геркулесовая

**Номер рецептуры:**

**Наименования сборника рецептур:**

1. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИЩРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа «Геркулес»	25	25
Молоко	100	100
Масло сливочное	5	5
Сахар	5	5
Вода		
<b>Выход</b>	<b>200г</b>	

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
2.75	1.5	15.27	87.75					
2.8	3.5	4.5	62.0					
0.03	3.92	0.03	36.7					
-	-	4.77	19.5					
-	-	-	-	109,0	2	0,12	0,3	1

**Технология приготовления:**

В кипящую смесь молока и воды кладут сахар, соль, высыпают овсяные хлопья при активном помешивании сверху вниз и варят, непрерывно помешивая 20 минут.  
 При отпуске кашу заправляют растопленным маслом.  
 Температура подачи 65° С.







Утверждено № 1 В.Ш. Марданшина  
Заведующий

## Технологическая карта № 8

Наименование изделия: Каша пшениная

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИИКА – ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня – М.: АРКТИ – МИШКО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшениная	25,0	25,0
Молоко	100	100
Масло сливочное	5	5
Сахар	5	5
Вода		
<b>Выход</b>	<b>200г</b>	

### Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
2,875	0,832	16,62	72,5					
2,8	3,5	4,5	62,0					
0,03	3,92	0,03	36,7					
-	-	4,77	19,5					
<b>5,71</b>	<b>8,25</b>	<b>25,92</b>	<b>190,7</b>	<b>210</b>	<b>2</b>	<b>0,12</b>	<b>-</b>	<b>4</b>

### Технология приготовления:

Крупу закладывают в кипящую воду и варят 20 – 30 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, соль, сахар и варят кашу до загустения. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи 65° С.

✓

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 184

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ**



Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	33	33	3,3	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	49	49	4,9	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	74	74	7,4	7,4
СОЛЬ	0,8	0,8	0,08	0,08
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0,15	0,15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 155</b>				

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

Белки, г	6,2
Жиры, г	7,9
Углеводы, г	25,7
Энергетическая ценность, ккал	199

В1,	0,13
С, мг	1
А, мг	0,04
Е, мг	0,2
В2,	0
РР,	0

Са, мг	109
Mg,	53
Р, мг	174
Fe, мг	2

**Технология приготовления:**

Хлопья овсяные «Геркулес» засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности.

**Правила оформления, подачи блюд:**

Молочные вязкие каши отпускают в горячем виде с растопленным и прокипяченным маслом сливочным. Масло сливочное можно положить кусочком. Оптимальная температура блюда 65° С.

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

- Внешний вид — зерна крупы набухшие, полностью разварены. Каша заправлена сливочным маслом или сахаром;
- цвет — свойственный виду крупы;
- вкус — умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла;

*Итого: 155 г.  
СГБ Р226 2008-800С*



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 183

Наименование кулинарного изделия (блюда): **КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто,	нетто, кг
КРУПА РИСОВАЯ	28	28	2,8	2,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59	59	5,9	5,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8	0,8	0,8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	13	13	1,3	1,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 100</b>				

### *Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:*

Белки, г	2,2	В1,	0,03	Са, мг	13
Жиры, г	6,8	С, мг	0	Mg,	19
Углеводы, г	33,0	А, мг	0,05	Р, мг	58
Энергетическая ценность, ккал	203	Е, мг	0,6	Fe, мг	1
		В2,	0		
		РР,	0		

### *Технология приготовления:*

Рис для рассыпчатой каши варят в небольшом количестве воды или откидным способом (6 л воды на 1 кг риса), добавляют сливочное масло, подготовленный, промытый горячей кипяченой водой изюм и перемешивают. Затем посуду с рисом закрывают крышкой и доводят до готовности на пару 20-25 мин.

### *Правила оформления, подачи блюд:*

Отпускают кашу с сахаром. Оптимальная температура блюда 65° С.

### *Характеристика изделия по органолептическим показателям:*

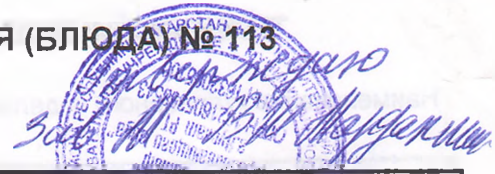
• Внешний вид — зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохранившие форму и упругость, хорошо отделяются друг от друга, каша равномерно перемешана с изюмом и посыпана сахарным песком;

• цвет — белый;

• вкус — свойственный рису и отварному изюму;

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 113

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ



Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	125	125	12,5	12,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	138	138	13,8	13,8
КРУПА РИСОВАЯ	15	15	1,5	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2	0,2	0,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0,3	0,3
<b>Выход: 250</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	4,6	В1,	0,1	Са, мг	134,5
Жиры, г	5,7	С, мг	0,6	Mg,	22,1
Углеводы, г	19,4	А, мг	0	Р, мг	110,6
Энергетическая ценность, ккал	147,5	Е, мг	0,1	Fe, мг	0,3
		В2,	0,1		
		РР,	0,3		

### Технология приготовления:

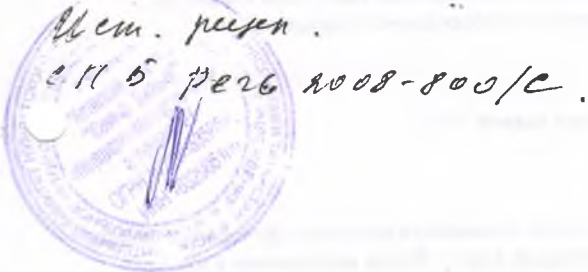
Подготовленную крупу рисовую варят в подсоленной воде до полной готовности 10-15 мин. Затем добавляют горячее молоко, кладут соль, сахар и варят до готовности.

### Правила оформления, подачи блюд:

Можно подавать в многопорционной или однопорционной посуде. При отпуске заправляют прокипяченным маслом сливочным. Оптимальная температура подачи 75° С.

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- Внешний вид — крупа, сваренная с кипяченным молоком или водой. Набор компонентов и их соотношение соответствуют рецептуре;
- цвет жидкой части — белый с кремовым оттенком, на поверхности — слой желтого сливочного масла;



# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 94

Наименование кулинарного изделия (блюда): **СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто,	нетто, кг
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	38	30	3,8	3
КАРТОФЕЛЬ				
с 01.01 по 28.02	38,46	25	3,85	2,5
с 01.03 по 31.07	41,67	25	4,17	2,5
с 01.08 по 31.08	31,25	25	3,13	2,5
с 01.09 по 31.10	33,33	25	3,33	2,5
с 01.11 по 31.12	35,71	25	3,57	2,5
КРУПА РИСОВАЯ	10	10	1	1
МОРКОВЬ				
с 01.01 по 31.08	13,33	10	1,33	1
с 01.09 по 31.12	12,5	10	1,25	1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10	1,2	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5	5	0,5	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220	220	22	22
<b>Выход: 250</b>				

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

Белки, г	3,3	В1,	0,06	Са, мг	34
Жиры, г	5,03	С, мг	10	Mg,	20
Углеводы, г	12,4	А, мг	0,18	Р, мг	68
Энергетическая ценность, ккал	107	Е, мг	2,4	Fe, мг	0,9
		В2,	0		
		РР,	0		

**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.

**Правила оформления, подачи блюд:**

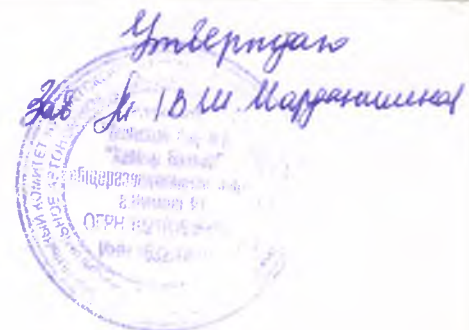
Можно подавать в многопорционной или однопорционной посуде. Оптимальная температура подачи 75° С.

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

- Внешний вид — на поверхности жидкой части блестящий слой масла. В жидкой части супа — капуста, нарезанная шашками, картофель и овощи, нарезанные кубиками, овощи не переварены, крупа — хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму. Набор компонентов и их соотношение соответствуют рецептуре;
- цвет бульона — светло-серый, прозрачный, овощей и крупы — натуральный, жира на поверхности — желтый;
- вкус — приятный, капустный, картофельный, пассерованных овощей, вареной крупы, умеренно соленый;



## Технологическая карта № 16



**Наименование изделия:** Суп молочный вермишелевый

**Наименования сборника рецептов:**

3. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИИКА –ПРЕСС, 2002.
4. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Кона –М.: АРКТИ –МИКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	150	150
Масло сливочное	2	2
Сахар	5	5
Вермишель	15	15
<b>Выход</b>	<b>200г</b>	

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
3,92	4,9	6,3	86,8					
0,035	3,9	0,05	35,45					
-	-	7,78	19,5					
-	-	9,98	37,9	135,3	0,5	0,1	0,1	0,6

**Технология приготовления:**

Макаронные изделия отдельно варят в кипящей солёной воде до полуготовности в течении 5 минут. Воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящее молоко, варят, помешивая, до готовности с добавлением соли, сахара в конце – сливочное масло.

Температура подачи 65 °С.



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 193

Наименование кулинарного изделия (блюда): **ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ**

*Утверждено  
Зол М. В. Моргачкина*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
КРУПА РИСОВАЯ	38	38	3,8	3,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78	7,8	7,8
СОЛЬ	0,5	0,5	0,05	0,05
ТВОРОГ НЕЖИРНЫЙ	20	20	2	2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5	12,5 шт.	0,5
САХАР ПЕСОК	8	8	0,8	0,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0,3	0,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3	0,3	0,3
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	3	3	0,3	0,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0,5	0,5
<b>Выход: 125/5</b>				

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:

Белки, г	7,1	В1,	0,05	Са, мг	40
Жиры, г	9,5	С, мг	0	Mg,	24
Углеводы, г	37,2	А, мг	0,08	Р, мг	113
Энергетическая ценность, ккал	264	Е, мг	1,0	Fe, мг	1
		В2,	0		
		РР,	0		

### Технология приготовления:

В готовую рассыпчатую и охлажденную до 60-70° С кашу добавляют протертый творог, взбитые с сахаром яйца, ванилин, растворенный в небольшом количестве воды, масло сливочное и перемешивают. Подготовленную массу раскладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают 10 мин при температуре 250-280° С.

### Правила оформления, подачи блюд:

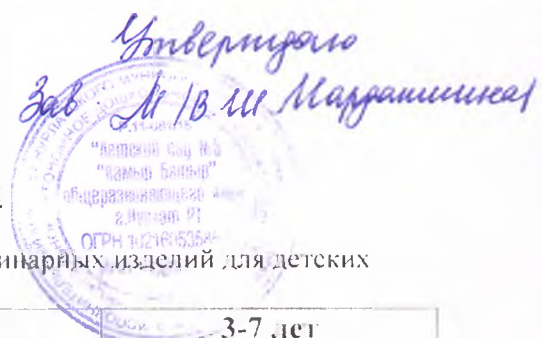
Подают запеканку с растопленным и прокипяченным маслом сливочным.

### Характеристика изделия по органолептическим показателям:

- Внешний вид — порционные куски квадратной или ромбовидной формы, с гладкой (без трещин) поверхностью, политые сливочным маслом;
- цвет корочки — золотистый, внутри белый или кремовый;
- вкус — слегка сладковатый, умеренно соленый, без излишней кислотности;

*С. П. Б. Речи, 2008. - 800с.*





Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №35

Наименование кулинарного изделия (блюда): Пудинг творожный

Номер рецептуры: с 225

Наименование сборника рецептур: «Картотека рецептов блюд и кулинарных изделий для детских дошкольных учреждений» 1992

	1-3 года		3-7 лет	
	Брутто г.	Нетто г.	Брутто г.	Нетто г.
Творог 9% жирности (х/о-1-2%)	85,0	85,0	115,0	115,0
Сахар-песок	6,0	6,0	8,0	8,0
Крупа манная	10,5	10,5	14,0	14,0
Молоко стерилизованное 3.2 %	52,5	52,5	70,0	70,0
Яйцо куриное диетическое	0,2125	7,5	0,25	10
Изюм (изюм)	7,5	7,5	10,0	10,0
Масло сливочное 72.5% для смазывания противня т/о-15%	3,0	3,0	4,0	4,0
<b>Выход</b>	<b>150</b>		<b>200</b>	

**1 – 3 года**

Наименование	Пищевые вещества			витамины			Минеральн. вещ.		энерг. ккал
	белки	жиры	углев.	B1	B2	C	Ca	Fe	
Пудинг творожный с изюмом запеченный	19.14	13.335	20.73	0.075	0.36	0.585	216.75	0.96	321.0

**3 – 7 лет**

Наименование	Пищевые вещества			витамины			Минеральн. вещ.		энерг. ккал
	белки	жиры	углев.	B1	B2	C	Ca	Fe	
Пудинг творожный с изюмом запеченный	25.52	17.78	27.64	0.1	0.48	0.78	289.0	1.38	428.0

**Способ приготовления**

Творог протереть, добавить сахар, манную крупу, молоко, яичный желток (яйца предварительно обрабатываются согласно СанПиН 2.3.6.1079-01). Добавить перебранный, промытый в теплой кипяченой воде изюм. Массу хорошо вымесить. Белок яиц взбить и осторожно ввести в приготовленную творожную массу, затем массу выложить слоем не более 3-4 см на смазанный маслом противень и запечь при температуре 220-250°C в течение 20-30 минут.

Требования: Поверхность ровная, без трещин. Консистенция нежная, пышная. Цвет золотисто-желтый. Вкус и запах свойственные творогу.





*Утверждаю*  
*Заведующий №1 В.М. Марьямшина*

## Технологическая карта № 2

**Наименование изделия:** Запеканка творожная

**Номер рецептуры:**

**Наименования сборника рецептур:**

1. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИИКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коя –М.: АРКТИ –МИКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог	100	100
Молоко	20	20
Масло сливочное	5	5
Сахар	8	8
Крупа манная	10	10
Яйцо (¼ шт.)	12	10
<b>Выход</b>	<b>160г</b>	<b>200</b>

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
12.0	9.0	3.3	141.0					
0.56	0.64	0.94	11.6					
0.03	3.92	0.03	36.7					
-	-	5.72	23.4					
1.13	0.07	7.33	32.6					
1.11	1.18	0.05	15.75	289.0	1.38	0.1	0.48	0.78

*25,52 17,78 27,64 428,0*

**Технология приготовления:**

В протёртый творог добавляют манную крупу, предварительно замоченную в молоке, яйца, соль, сахар. Всё перемешивают, массу слоем 3 см выкладывают на противень, смазанный маслом. Запекают в жарочном шкафу при температуре 250° С в течение 35 - 40 минут.

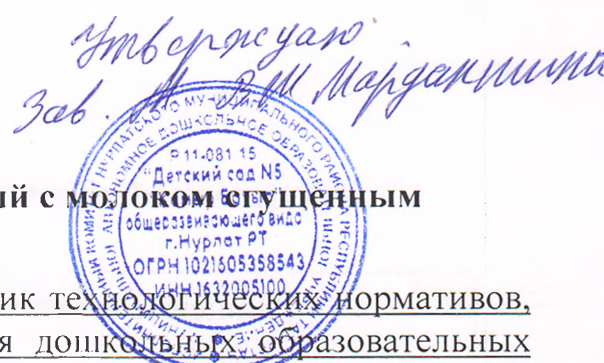


Технологическая карта № 49

Наименование изделия: Пудинг творожный с **молоком сгущенным**

Номер рецептуры: 128

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



Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	с 3-7 лет
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Творог с м.д.ж не более 9% и кислотностью не более 150° С	76	75	91	90
Крупа манная	8	8	9	9
Сахар	10	10	12	12
Яйца	1/5 шт.	8	1/4 шт.	10
Изюм	10	8	12,2	10
Масло коровье сладкосливочное	2,5	2,5	3	3
Масса полуфабриката		112		134
Масса готового пудинга		100		120
Молоко сгущенное	15	15	20	20
Выход с молоком сгущенным		100/15		120/20

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
13,78	18,23	29,39	346,64	166,02	1,14	0,07	0,21	0,27

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

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
16,78	22,19	35,78	422	202,11	1,39	0,09	0,26	0,33

**Технология приготовления**

Крупы просеивают.

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

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную купу, размягченное масло коровье сладкосливочное, соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до образования густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают на смазанный маслом противень, запекают в жарочном шкафу в течение 25-35 минут. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Пудинг нарезают на порционные кусочки.

Отпускают готовый пудинг со сгущенным молоком.

Температура подачи +60...+65° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* порционные куски подрумянены, без трещин и подгорелых мест, политы молоком сгущенным.

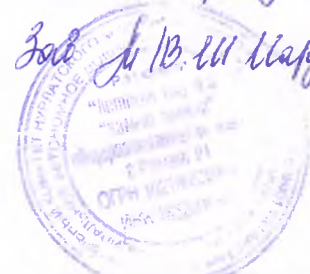
*Консистенция:* однородная, нежная, с вкраплениями изюма.

*Цвет:* корочки - золотисто – желтый, на разрезе – белый с коричневыми вкраплениями изюма.

*Вкус:* свойственным продуктам, входящим в блюдо.

## Технологическая карта № 4

*Утверждено*  
*Зав. Ш. В. III Маргашин*



**Наименование изделия:** Булочка «Бархатная»

**Наименования сборника рецептов:**

1. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коя –М.: АРКТИ –МИКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная	45	45
Яйцо 1/6	8	7
Масло сливочное	3	3
Масло растительное	3	3
Дрожжи	2	2
Сахар	10	10
<small>Крошка</small> Мука пшеничная	5	5
Масло сливочное	2	2
Масло растительное	2	2
<b>Выход</b>	<b>80г</b>	

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
4.6	0.49	31.05	167.0					
0.66	0.59	0.036	8.16					
0.021	2.34	0.03	21.27					
-	2.99	-	26.97					
0.39	0.09	0.2	2.13					
-	-	9.98	37.9					
0.515	0.055	3.45	16.7					
0.014	1.56	0.05	14.18					
<i>6,2</i>	<i>1,99</i>	<i>44,8</i>	<i>17,98</i>	<i>115</i>	<i>0,7</i>	<i>0,12</i>		<i>6,6</i>
	<i>7,12</i>		<i>312,3</i>					

**Технология приготовления:**

Тесто готовят безопарным способом. Из него формируют сочни овальной формы массой 50г, сверху делают 3 – 4 надреза. Сформированные булочки кладут на лист, после 20 – 30 минут расстойки смазывают маслом, посыпают крошкой. Для приготовления крошки муку и масло тщательно перемешивают, а затем протирают через сито. Выпекают при температуре 230 – 240°С в течение 8 – 10 минут.

*✓*

# Технологическая карта № 7



Наименование изделия: Ватрушка с повидлом

**Наименования сборника рецептов:**

1. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коя –М.: АРКТИ –МИКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука пшеничная	50	50
Повидло	20	20
Яйцо 1/6	8	7
Масло сливочное	3	3
Масло растительное	3	3
Дрожжи	2	2
Сахар	5	5
Вода	20	20
<b>Выход</b>	<b>80г</b>	

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. Вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
5.15	0.55	34.5	167.0					
0.08	-	15.2	58.6					
0.66	0.59	0.036	8.16					
0.015	2.47	0.024	22.44					
-	2.99	-	26.97					
0.39	0.09	0.2	2.13					
-	-	4.99	18.95					
<b>6,3</b>	<b>6,7</b>	<b>54,95</b>	<b>304,2</b>	<b>52,78</b>	<b>0,18</b>	<b>0,17</b>	<b>0,2</b>	<b>0,39</b>

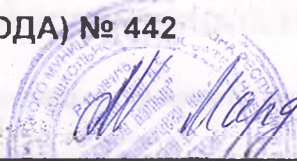
**Технология приготовления:**

Опарным способом готовят дрожжевое тесто. Готовое тесто раскладывают в виде жгута, делят на кусочки массой 60 г. Их укладывают на кондитерский лист на расстоянии 6 – 8см друг от друга и слегка прижимают рукой. После 15-минутной расстойки деревянным пестиком диаметром 5см в булочках делают углубления; утолщенные края смазывают яйцом, а углубление заполняют повидлом. Выпекают при температуре 230 - 240°C в течении 6 – 8 минут.



# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 442

Наименование кулинарного изделия (блюда): СОК ЯБЛОЧНЫЙ

*Университет*  
  
*Мерзанина В.И.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порц.		100 порц.	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, кг
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100	10	10
Выход: 100				

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию:**

Белки, г	0,5	B1,	0,01	Ca, мг	7
Жиры, г	0,1	C, мг	2	Mg,	4
Углеводы, г	9,9	E, мг	0,1	P, мг	7
Энергетическая ценность, ккал	43	A, мг	0	Fe, мг	1,4
		B2,	0		
		PP,	0		

**Технология приготовления:**

Обработанные в соответствии с санитарными правилами пакеты вскрывают, сок разливают в стаканы.

**Правила оформления, подачи блюд:**

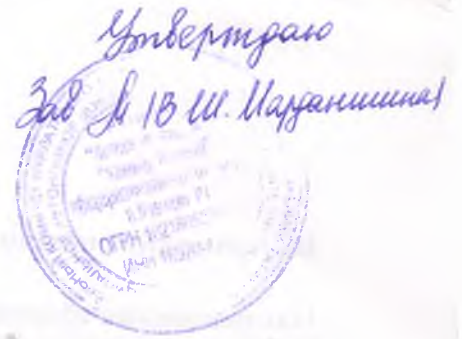
Напиток подают в стакане. Температура подачи должна быть не выше 14° С и не ниже 7° С.

**Характеристика изделия по органолептическим показателям:**

- Внешний вид — прозрачный, напиток налит в стаканы;
- цвет — характерный для используемого сока;
- запах — приятный запах соответствующего сока;
- вкус — приятный, умеренно сладкий, с небольшой кислотностью;

✓

## Технологическая карта № 7



**Наименование изделия:** Кефир с сахаром

**Наименования сборника рецептов:**

3. Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
4. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кефир	180	180
Сахар	10	10
<b>Выход</b>	<b>180г</b>	

**Химический состав данного блюда**

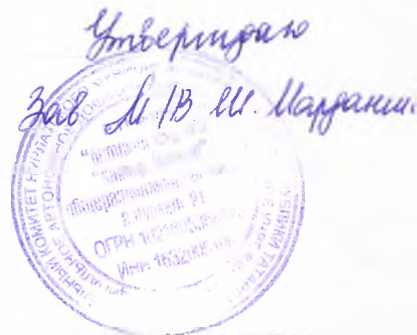
Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
5.04	5.76	7.38	100.8					
-	-	9.98	37.9	18,82	0,44	0,08	-	2

**Технология приготовления:**

Кефир разливают по чайным парам. При отпуске сахар кладут в каждую порцию.



## Технологическая карта № 8



**Наименование изделия:** Какао с молоком

**Наименования сборника рецептов:**

1. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА – ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептов: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня – М.: АРКТИ – МИКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Какао порошок	0,6	0,6
Сахар	15	15
Молоко	150	150
<b>Выход</b>	<b>180г</b>	

**Химический состав данного блюда**

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
0,145	0,105	0,167	1,9					
-	-	14,97	56,85					
4,2	4,8	7,05	87,0	120,6	0,14	0,04	0,3	7,36

**Технология приготовления:**

Порошок какао смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко. Остальной кипятком и доводят до кипения.



# Технологическая карта № 1



Наименование изделия: Компот из смеси сухофруктов

Номер рецептуры:

Наименования сборника рецептур:

1. Албука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. – М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.
2. Наименование сборника рецептур: Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Смесь сухофруктов	11	11
Сахар	15	15
<b>Выход</b>	<b>180г</b>	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B1	B2	C
0,198	-	6,05	24,86					
-	-	14,97	56,85	21	0,7	0,02		

Технология приготовления:

Сушёные плоды перебрать, промыть, залить горячей водой, довести до кипения, добавить сахар. Время варки сухофруктов: груш – 2 – 2 часа; яблок – 20 – 30 минут; чернослива, кураги, изюма – 10 – 20 минут.

