

Примерное меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москва.

Рацион для детей в возрасте 3-7 лет с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов

Меню для детей в возрасте 3-7 лет, имеющих ограничения по потреблению продуктов питания, содержащих белок коровьего молока, посещающих дошкольные образовательные организации с ужинами

№	Наименование	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					№ ТК (Вариант 1)		
							В 1	С	А	Е мг, ток. экв.	Са	Р	Mg	Fe		B2	I, мкг
День 1 (понедельник)																	
Завтрак 1																	
1	Каша пшеничная	180	4,93	14,90	32,98	285,74	0,18	0,00	0,00	6,07	13,69	100,49	35,68	1,19	0,02	1,93	120201Д
2	Чай с клюквой	200	0,23	0,09	15,69	64,50	0,01	6,90	0,00	0,46	10,33	10,83	6,90	0,32	0,01	0,00	160107-2Д
3	Шпоре из кур	70	14,80	15,83	2,45	211,41	0,05	1,20	46,73	1,59	11,31	113,23	12,58	1,11	0,10	4,06	120255Д 120255-1Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
	Итого:		21,55	31,42	61,12	613,45	0,26	8,10	46,73	8,46	40,03	241,35	57,75	2,85	0,13	5,99	
Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	210104Д
	Итого:		0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	
Обед																	
1	Салат из моркови с растительным маслом	80	0,98	5,67	5,19	75,69	0,05	3,76	0,00	2,76	20,30	41,47	28,58	0,53	0,05	3,76	100301Д
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	3,12	4,38	12,43	101,60	0,11	5,20	0,00	1,91	66,52	86,60	23,71	1,08	0,06	3,85	110329Д
3	Гуляш из отварного мяса	100	16,19	15,31	2,95	214,34	0,06	1,11	0,00	1,42	13,97	160,83	21,11	2,34	0,13	6,02	120549Д
4	Издалия макаронные отварные	120	4,40	4,12	28,17	167,31	0,07	0,00	0,00	2,18	12,01	35,74	6,66	0,67	0,02	0,60	130401Д
5	Кисель вишневый	200	0,14	0,03	17,43	70,53	0,00	2,40	0,00	0,05	11,61	10,19	4,16	0,11	0,00	0,32	160225Д
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д
	Итого:		27,74	30,33	84,36	721,33	0,33	12,47	0,00	8,84	179,11	401,63	91,81	5,58	0,27	16,55	
Полдник																	
1	Оладьи	150	9,81	9,10	63,18	373,88	0,15	0,00	0,01	4,61	25,76	84,90	14,76	1,20	0,06	2,15	120702Д
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210Д
3	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	
	Итого:		10,56	9,25	81,63	452,03	0,17	3,08	0,01	4,77	36,86	96,25	21,11	3,36	0,07	2,15	
Ужин																	
1	Биточки рубленные куриные	70	11,23	10,30	8,75	172,57	0,05	0,82	31,85	0,91	12,68	90,07	10,54	0,95	0,07	2,73	120611Д
2	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	180	4,06	6,21	33,07	204,35	0,24	20,29	0,00	2,58	32,09	118,10	46,76	1,84	0,16	10,14	130106Д
3	Компот из плодов сухих (чернослив)	200	0,37	0,11	19,59	80,84	0,00	0,48	0,00	0,29	13,10	13,28	16,32	0,51	0,02	0,00	160215Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
	Итого:		17,25	17,21	71,41	509,56	0,32	21,59	31,85	4,12	62,57	238,25	76,22	3,54	0,26	12,87	
Ужин 2																	
1	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	119,62	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238Д
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	Итого:		1,92	3,73	47,53	231,36	0,03	52,00	2,04	1,04	17,60	29,68	8,72	0,96	0,04	0,00	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		79,34	92,18	354,28	2564,14	1,13	101,24	80,63	27,55	351,37	1019,96	265,22	18,14	0,80	38,36	
День 2(вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет с морковью	120	13,66	15,63	2,88	206,89	0,09	1,56	0,10	2,34	67,17	217,95	24,46	2,84	0,48	22,44	120301Д-1
2	Чай со смородиной	200	0,46	0,18	17,34	72,87	0,01	46,00	0,00	0,32	20,45	20,95	14,26	0,64	0,02	0,46	160107-3Д
3	Шницель рубленый куриный	70	15,37	14,87	5,12	215,84	0,05	1,13	44,11	0,97	15,48	121,25	12,27	1,20	0,13	6,30	120615Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
	Итого:		31,10	31,29	35,35	547,41	0,18	48,69	44,21	3,96	107,79	376,95	53,60	4,91	0,63	29,20	
Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103Д

		1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00
Итого:					94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00
Обед															
1	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	80	1,40	5,87	10,71	0,08	7,80	0,00	2,56	15,26	42,10	17,48	0,65	0,06	3,76
2	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы	200	4,59	4,36	12,41	0,04	1,20	2,72	2,05	9,22	26,23	6,92	0,46	0,02	0,64
3	Рагу из мяса птицы	200	16,90	15,55	22,89	0,19	14,36	42,00	2,07	42,53	182,82	45,58	2,27	0,19	10,04
4	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	21,88	0,02	0,00	0,06	0,06	10,02	15,48	5,04	0,40	0,01	0,00
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00
Итого:			27,69	27,25	96,10	0,39	23,36	44,78	7,60	136,42	350,23	85,23	4,89	0,30	16,44
Полдник															
1	Каша из хлопьев овсяных	150	2,84	12,67	18,77	0,10	0,00	0,12	5,32	13,53	76,27	29,88	0,86	0,02	1,39
2	Булочка с изюмом	30	2,09	1,81	13,16	0,03	0,00	0,01	0,83	6,42	21,27	3,55	0,31	0,02	0,78
3	Чай с повидлом	200	0,00	0,00	23,15	0,00	0,42	0,00	0,05	6,77	10,19	1,82	0,33	0,01	0,00
Итого:			4,93	14,49	55,09	0,14	0,42	0,13	6,20	26,71	107,73	35,25	1,50	0,05	2,17
Ужин															
1	Рыба (филе) запеченная	120	23,43	5,74	5,03	0,14	1,42	14,16	3,49	499,10	728,90	43,76	0,81	0,10	212,51
2	Пюре картофельное	180	3,40	27,65	27,70	0,20	16,99	0,00	12,05	28,80	99,77	39,28	1,56	0,14	8,50
3	Кисель из клюквы быстрозамороженной	200	0,06	0,02	24,09	0,00	1,50	0,00	0,10	7,33	6,49	1,50	0,11	0,00	0,00
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00
Итого:			28,49	34,01	66,82	0,37	19,91	14,16	15,98	539,93	851,96	87,14	2,72	0,25	221,00
Ужин2															
1	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	23,07	0,01	1,50	0,00	0,12	6,30	4,80	3,60	0,75	0,01	0,30
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00
Итого:			1,58	3,67	41,49	0,02	1,50	2,00	0,82	12,10	22,80	7,60	1,17	0,02	0,30
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за день			95,28	111,21	315,85	1,14	103,88	105,28	34,97	830,96	1737,66	310,83	15,79	1,29	269,11
День 3 (среда)															
Завтрак 1															
1	Каша вязкая рисовая с курагой	180	3,67	0,41	55,23	0,05	1,08	0,00	1,61	49,59	88,70	44,75	3,37	0,07	0,45
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00
3	Пюре из говядины	70	15,09	18,07	1,34	0,05	0,00	0,00	2,66	8,77	152,41	17,98	2,19	0,12	5,63
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00
Итого:			20,36	19,08	76,56	0,13	1,08	0,00	4,61	66,83	263,67	65,33	5,83	0,19	6,08
Завтрак 2															
1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,24	8,24	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80
Итого:			0,32	0,24	8,24	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80
Обед															
1	Сельдь с луком	80	9,82	8,00	1,77	0,02	2,16	11,20	2,07	90,70	337,39	25,42	0,79	0,08	45,45
2	Рассольник домашний на мясном бульоне	190	3,51	4,07	11,35	0,08	11,97	0,00	1,80	45,00	49,34	21,14	0,79	0,06	4,26
3	Говядина отварная	10	2,88	2,48	0,00	0,01	0,00	0,00	0,06	1,58	29,18	3,42	0,42	0,02	1,09
4	Печень тушеная (говяжья)	100	25,42	6,45	0,00	0,43	46,86	6816,00	1,81	287,68	497,77	25,78	21,33	3,11	18,60
5	Каша гречневая рассыпчатая	120	5,03	4,92	22,82	0,17	0,00	0,00	1,90	9,10	119,38	79,99	6,40	0,08	2,03
6	Компот из плодов сухих	200	0,37	0,09	25,28	0,02	0,12	0,06	0,13	13,25	18,80	9,12	0,53	0,01	0,00
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00
Итого:			49,95	26,83	79,42	0,78	61,11	6827,26	8,29	502,00	1118,66	172,47	31,12	3,38	73,42
Полдник															
1	Запеканка капустная	170	8,45	13,72	28,95	0,10	53,04	0,02	5,49	349,45	110,79	34,65	1,74	0,15	9,66
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00
3	Чай с вишней	200	0,37	0,09	18,86	0,01	6,90	0,00	0,14	20,91	19,57	11,96	0,27	0,01	0,92

Итого:		10,28	17,39	66,23	462,56	0,13	59,94	2,02	6,32	376,16	148,36	50,61	2,43	0,18	10,58
Ужин															
1	Котлеты рубленые из птицы	70	10,47	10,35	8,75	170,05	0,05	0,76	29,40	1,22	13,15	84,51	9,97	0,90	2,52
2	Свекла тушеная	180	2,92	5,59	17,15	130,62	0,04	19,49	0,00	2,57	73,78	84,27	42,99	2,74	13,65
3	Напиток смородина	200	0,12	0,05	16,86	68,35	0,00	12,00	0,00	0,08	4,80	3,96	3,72	0,20	0,12
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,00
Итого:		15,12	16,59	52,76	420,82	0,11	32,25	29,40	4,22	96,43	189,54	59,28	4,09	0,16	16,29
Ужин2															
1	Кисель абрикосовый	200	0,53	0,03	19,19	79,13	0,01	0,40	0,00	0,55	20,15	18,45	10,50	1,13	0,00
2	Булочка Домашняя	30	2,09	3,25	18,86	113,08	0,03	0,00	0,00	1,61	4,77	17,23	3,18	0,26	0,29
Итого:		2,62	3,28	38,05	192,21	0,04	0,40	0,00	0,00	2,16	24,92	35,68	13,68	1,39	0,29
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за день		98,64	83,41	321,26	2430,29	1,20	158,78	6858,68	25,93	1081,53	1768,72	370,97	46,69	3,96	107,46
День 4 (четверг)															
Завтрак 1															
1	Запеканка пшеничная	120	4,73	4,32	27,33	167,06	0,14	0,00	0,01	1,19	14,41	87,07	26,82	1,04	0,04
3	Чай с куратой	200	2,08	0,12	34,39	146,94	0,04	1,60	0,00	2,20	67,89	64,17	42,00	4,44	0,08
5	Пюре из кур	70	14,80	15,83	2,45	211,41	0,05	1,20	46,73	1,59	11,31	113,23	12,58	1,11	0,10
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,00
Итого:		23,20	20,86	74,16	577,22	0,25	2,80	46,74	5,32	98,30	281,27	84,00	6,83	0,23	7,17
Завтрак 2															
1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,32	7,84	35,52	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02
Итого:		0,32	0,32	7,84	35,52	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60
Обед															
1	Салат из капусты с растительным маслом	80	1,46	8,08	4,89	98,05	0,03	22,96	0,00	3,63	144,30	28,02	15,12	0,52	2,66
2	Суп из овощей на курином бульоне	200	4,28	4,30	12,90	107,43	0,11	17,70	0,00	1,91	81,17	60,90	25,15	0,90	4,54
3	Гуляш из отварной птицы	100	14,13	12,06	1,59	171,43	0,05	2,28	42,00	0,49	13,23	104,13	13,16	1,07	3,78
4	Изделия макаронные отварные	120	4,40	4,12	28,17	167,31	0,07	0,00	0,00	2,18	12,01	35,74	6,66	0,67	0,60
5	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	17,26	69,62	0,00	1,80	0,00	0,04	4,92	3,60	3,12	0,11	0,00
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,00
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	2,00
Итого:		27,28	29,40	83,00	705,70	0,30	44,74	42,00	8,77	310,32	299,19	70,80	4,12	0,24	13,81
Полдник															
1	Запеканка овощная	170	8,27	4,24	33,12	203,69	0,19	24,35	0,02	0,94	144,13	153,45	48,00	2,12	0,21
3	Булочка Городская	30	2,22	2,13	14,42	85,69	0,03	0,00	0,00	0,97	5,52	20,63	3,16	0,29	0,02
4	Чай с клюквой	200	0,23	0,09	15,69	64,50	0,01	6,90	0,00	0,46	10,33	10,83	6,90	0,32	0,01
Итого:		10,71	6,45	63,23	353,88	0,24	31,25	0,02	2,38	159,97	184,91	58,06	2,72	0,24	14,80
Ужин															
1	Котлеты рубленые из фарша рыбного	100	15,16	3,99	15,23	157,54	0,09	0,82	9,10	1,83	284,57	418,56	26,50	0,63	0,08
2	Рис отварной	180	4,41	6,02	49,14	268,42	0,05	0,00	0,00	2,63	6,70	94,95	31,60	0,64	0,03
3	Кисель яблочный	200	0,14	0,14	29,05	118,00	0,01	3,40	0,00	0,07	11,43	9,13	3,06	0,81	0,01
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,00
Итого:		21,32	10,75	103,43	595,76	0,17	4,22	9,10	4,87	307,39	539,43	63,76	2,33	0,12	118,46
Ужин 2															
1	Компот из плодов сухих (чернослив)	200	0,37	0,11	19,59	80,84	0,00	0,48	0,00	0,29	13,10	13,28	16,32	0,51	0,02
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,00
Итого:		1,83	3,69	38,01	192,58	0,02	0,48	2,00	0,99	18,90	31,28	20,32	0,93	0,03	0,00
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за день		84,66	71,48	369,67	2460,66	1,00	91,49	99,86	22,48	907,69	1344,88	304,13	18,69	0,87	155,85

День 5 (пятница)

Завтрак 1

1	Каша из хлопьев овсяных	180	3,41	15,21	22,53	240,59	0,12	0,00	0,14	6,38	16,23	91,53	35,86	1,03	0,03	1,66	120224Д
2	Чай со смородиной	200	0,46	0,18	17,34	72,87	0,01	46,00	0,00	0,32	20,45	20,95	14,26	0,64	0,02	0,46	160107-3Д
3	Шницель рубленый куриный	70	15,37	14,87	5,12	215,84	0,05	1,13	44,11	0,97	15,48	121,25	12,27	1,20	0,13	6,30	120615Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
	Итого:		20,84	30,86	54,99	581,10	0,21	47,13	44,25	8,01	56,85	250,52	64,99	3,10	0,18	8,42	

Завтрак 2

1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	1,20	0,40	16,80	75,60	0,03	8,00	0,00	0,32	6,40	22,40	33,60	0,48	0,04	0,00	210103Д
	Итого:		1,20	0,40	16,80	75,60	0,03	8,00	0,00	0,32	6,40	22,40	33,60	0,48	0,04	0,00	

Обед

1	Салат из помидоров с растительным маслом	80	0,76	12,13	2,72	123,07	0,04	16,84	0,00	5,75	10,78	19,05	13,66	0,62	0,03	1,40	100506Д
2	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)	200	2,00	4,22	11,56	92,23	0,05	13,50	0,00	1,96	76,91	58,56	18,27	0,68	0,04	2,76	110322Д
3	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	220	17,31	7,83	26,22	244,54	0,21	10,76	8,58	3,94	321,99	507,23	50,56	1,49	0,14	134,34	120409Д
4	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	21,88	89,17	0,02	0,00	0,06	0,06	10,02	15,48	5,04	0,40	0,01	0,00	160242Д
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д
	Итого:		23,27	25,06	80,58	640,87	0,37	41,10	8,64	12,23	474,39	667,12	95,13	4,05	0,24	140,50	

Полдник

1	Пудинг манный	150	6,30	3,38	41,01	219,63	0,07	0,00	0,01	1,36	16,21	59,12	9,05	0,73	0,06	2,82	120229Д
2	Соус абрикосовый	5	0,03	0,00	3,28	13,24	0,00	0,02	0,00	0,03	0,97	0,80	0,58	0,07	0,00	0,00	140206Д
3	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	140206-2Д
	Итого:		7,08	3,53	59,44	297,81	0,08	3,02	0,01	1,54	27,68	70,42	15,63	2,90	0,08	2,82	

Ужин

1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520Д
2	Капуста, тушеная с мясом	200	5,85	8,42	13,85	154,53	0,07	49,95	0,00	2,95	305,11	88,59	34,98	1,59	0,10	6,38	120517-1Д
3	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	119,62	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
	Итого:		8,23	9,23	54,09	332,37	0,13	109,45	0,04	3,84	325,81	124,87	48,30	2,64	0,15	6,98	

Ужин 2

1	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	23,07	93,57	0,01	1,50	0,00	0,12	6,30	4,80	3,60	0,75	0,01	0,30	160208Д
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	1,17	0,01	0,00	
	Итого:		1,58	3,67	41,49	205,31	0,02	1,50	2,00	0,82	12,10	22,80	7,60	1,17	0,02	0,30	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		62,20	72,74	307,39	2133,06	0,85	210,20	54,94	26,76	903,23	1158,13	265,25	14,34	0,70	159,03	
	Итого за 5 дней		84,02	86,21	333,69	2446,71	1,06	133,12	1439,88	27,54	814,96	1405,87	303,28	22,73	1,52	145,96	

День 6 (понедельник)

Завтрак 1

1	Омлет с морковью	120	13,66	15,63	2,88	206,89	0,09	1,56	0,10	2,34	67,17	217,95	24,46	2,84	0,48	22,44	120301Д-1
2	Чай с повидлом	200	0,00	0,00	23,15	92,62	0,00	0,42	0,00	0,05	6,77	10,19	1,82	0,33	0,01	0,00	160107-1Д
3	Пюре из говядины	70	15,09	18,07	1,34	228,38	0,05	0,00	0,00	2,66	8,77	152,41	17,98	2,19	0,12	5,63	120254Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	120254-1Д
	Итого:		30,35	34,31	37,38	579,69	0,17	1,98	0,10	5,39	87,41	397,34	46,86	5,60	0,61	28,07	200102Д

Завтрак 2

1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	210104Д
	Итого:		0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	

Обед

1	Салат из моркови с растительным маслом	80	0,98	5,67	5,19	75,69	0,05	3,76	0,00	2,76	20,30	41,47	28,58	0,53	0,05	3,76	100301Д
2	Суп с клецками на мясном бульоне	200	7,40	1,53	19,50	121,39	0,08	3,44	0,01	0,44	18,45	60,03	15,81	0,84	0,08	4,34	110332-2Д
3	Азу из мяса отварного	100	16,65	16,07	4,38	228,74	0,07	2,56	0,00	1,76	15,56	165,56	22,22	2,43	0,13	6,23	120532Д
4	Каша гречневая рассыпчатая	120	5,03	4,92	22,82	155,64	0,17	0,00	0,00	1,90	9,10	119,38	79,99	6,40	0,08	2,03	130309Д

5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
	Итого:		20,48	30,00	56,75	578,88	0,15	47,20	8,02	284,94	260,62	57,22	4,49	0,21	11,86		
Ужин2																	
1	Напиток абрикосовый	200	0,00	0,00	20,63	82,54	0,00	0,58	0,00	0,19	3,06	4,32	0,11	0,00	0,00	160233Д 160210Д	
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00		
	Итого:		1,46	3,58	39,05	194,28	0,02	0,58	2,00	8,86	22,32	6,16	0,53	0,01	0,00		
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Итого за день		84,15	79,98	322,39	2346,03	0,97	135,23	16,64	30,31	1432,85	1655,38	21,82	0,78	252,50		
День 8 (среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша из хлопьев овсяных	180	3,41	15,21	22,53	240,59	0,12	0,00	0,14	6,38	16,23	91,53	35,86	1,03	0,03	1,66	120224Д
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,06	0,00	0,00	140210Д	
2	Чай с вишней	200	0,37	0,09	18,86	77,75	0,01	6,90	0,00	0,14	20,91	19,57	11,96	0,27	0,01	0,92	160107-4Д
3	Пюре из кур	70	14,80	15,83	2,45	211,41	0,05	1,20	46,73	1,59	11,31	113,23	12,58	1,11	0,10	4,06	120255Д 120255-1Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
	Итого:		20,18	31,72	57,13	594,74	0,21	8,18	46,87	8,46	53,75	241,98	63,34	2,71	0,15	6,64	
Завтрак 2																	
1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	1,20	0,40	16,80	75,60	0,03	8,00	0,00	0,32	6,40	22,40	33,60	0,48	0,04	0,00	210103Д
	Итого:		1,20	0,40	16,80	75,60	0,03	8,00	0,00	0,32	6,40	22,40	33,60	0,48	0,04	0,00	
Обед																	
1	Сельдь с луком	80	9,82	8,00	1,77	118,37	0,02	2,16	11,20	2,07	90,70	337,39	25,42	0,79	0,08	45,45	100612-1Д
2	Борщ с капустой и картофелем	200	1,53	2,15	10,35	66,85	0,05	13,28	0,00	1,02	58,79	41,41	19,83	0,92	0,05	4,38	110101Д
3	Выпечка рубленые куриные	70	11,23	10,30	8,75	172,57	0,05	0,82	31,85	0,91	12,68	90,07	10,54	0,95	0,07	2,73	120611Д
4	Рагу из овощей	120	2,22	5,80	13,60	115,46	0,09	16,69	0,00	2,68	75,63	59,71	28,43	0,93	0,07	4,91	130203Д-1
5	Напиток витаминный	100	0,23	0,08	14,55	59,81	0,01	26,00	0,02	0,17	5,90	5,84	2,36	0,27	0,02	0,00	160238Д
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,18	5,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д	
	Итого:		27,95	27,13	67,23	624,92	0,26	58,95	43,07	7,37	298,40	601,21	94,19	4,72	0,30	59,47	
Полдник																	
1	Запеканка капустная	170	8,45	13,72	28,95	273,07	0,10	53,04	0,02	5,49	349,45	110,79	34,65	1,74	0,15	9,66	120252Д
2	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
2	Сок фруктовый ДШ (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	
	Итого:		10,80	14,47	54,10	389,82	0,13	56,04	0,02	5,98	364,65	138,09	43,25	4,08	0,18	9,66	
Ужин																	
1	Клецки рыбные	100	14,83	1,24	4,53	88,58	0,09	0,85	8,50	0,94	303,66	449,12	27,26	0,65	0,08	128,30	120406Д
2	Рис отварной	180	4,41	6,02	49,14	268,42	0,05	0,00	0,00	2,63	6,70	94,95	31,60	0,64	0,03	0,88	130301Д
3	Кисель из смородины	200	0,11	0,04	24,45	98,60	0,00	10,00	0,00	0,07	9,53	8,69	3,10	0,18	0,00	0,10	160203Д 160220Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
	Итого:		20,95	7,90	88,12	507,40	0,16	10,85	8,50	3,98	324,58	569,55	64,56	1,71	0,12	129,28	
Ужин2																	
1	Компот из плодов сухих (чернослив)	200	0,37	0,11	19,59	80,84	0,00	0,48	0,00	0,29	13,10	13,28	16,32	0,51	0,02	0,00	160215Д
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	Итого:		1,83	3,69	38,01	192,58	0,02	0,48	2,00	0,99	18,90	31,28	20,32	0,93	0,03	0,00	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		82,90	85,32	321,39	2385,07	0,83	142,50	100,46	27,10	1066,68	1604,51	319,26	14,63	0,80	205,04	
День 9 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша гречневая вязкая	180	7,55	15,46	39,62	327,87	0,26	0,00	0,00	6,42	13,81	179,23	119,98	9,62	0,12	3,05	120221Д
2	Чай со смородиной	200	0,46	0,18	17,34	72,87	0,01	46,00	0,00	0,32	20,45	20,95	14,26	0,64	0,02	0,46	160107-3Д
3	Шницель рубленый куриный	70	15,37	14,87	5,12	215,84	0,05	1,13	44,11	0,97	15,48	121,25	12,27	1,20	0,13	6,30	120615Д

4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
Итого:			24,98	31,12	72,09	668,38	0,34	47,13	8,05	54,43	338,22	149,11	11,69	0,27	9,81		
Завтрак 2																	
1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	210104Д	
Итого:			0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80		
Обед																	
1	Салат из помидоров с растительным маслом	80	0,76	12,13	2,72	123,07	0,04	16,84	0,00	5,75	10,78	13,66	0,62	0,03	1,40	100506Д	
2	Суп из овощей	200	2,26	4,30	12,90	99,33	0,11	17,70	0,00	1,91	81,17	60,90	25,15	0,90	4,54	110305Д	
3	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	220	17,31	7,83	26,22	244,54	0,21	10,76	8,58	321,99	507,23	50,56	1,49	0,14	134,34	120409Д	
4	Кисель из клюквы быстрозамороженной	200	0,06	0,02	24,09	96,78	0,00	1,50	0,00	0,10	7,33	6,49	1,50	0,00	0,00	160203-1Д	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д	
Итого:			23,31	25,09	84,13	655,57	0,41	46,80	8,58	12,22	475,96	98,47	3,98	0,26	142,28		
Полдник																	
1	Запеканка со свежими плодами	170	5,57	5,55	37,62	222,67	0,17	3,06	0,01	1,70	20,06	104,03	35,08	1,86	0,04	3,89	120239Д
2	Булочка Городская	30	2,22	2,13	14,42	85,69	0,03	0,00	0,00	0,97	5,52	20,63	3,16	0,29	0,02	0,80	190102Д
3	Чай с повидлом	200	0,00	0,00	23,15	92,62	0,00	0,42	0,00	0,05	6,77	10,19	1,82	0,33	0,01	0,00	160107-1Д
Итого:			7,79	7,67	75,19	400,98	0,21	3,48	0,01	2,73	32,35	134,85	40,07	2,48	0,07	4,69	
Ужин																	
1	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60	100520Д
2	Капуста, тушеная с мясом	220	6,43	9,26	15,23	169,98	0,08	54,95	0,00	3,24	335,62	97,45	38,48	1,75	0,11	7,02	120517-1Д
3	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	21,88	89,17	0,02	0,00	0,06	10,02	15,48	5,04	0,40	0,01	0,00	160242Д	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
Итого:			8,64	9,98	48,25	317,37	0,14	62,45	0,06	3,85	354,54	137,53	52,12	2,66	0,14	7,62	
Ужин2																	
1	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,24	0,01	3,00	0,00	0,06	5,40	3,30	2,70	0,72	0,01	0,60	160209Д
2	Ватрушка с повидлом	40	2,22	1,39	23,59	115,74	0,03	0,22	0,00	0,72	7,32	22,55	4,20	0,45	0,02	0,68	190301-1Д
Итого:			2,34	1,51	46,51	208,98	0,04	3,22	0,00	0,78	12,72	25,85	6,90	1,17	0,03	1,28	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			67,38	75,61	334,41	2287,68	1,16	167,07	52,76	27,94	945,19	1309,72	356,27	23,82	0,79	166,48	
День 10 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет с морковью	120	13,66	15,63	2,88	206,89	0,09	1,56	0,10	2,34	67,17	217,95	24,46	2,84	0,48	22,44	120301Д-1
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105Д
5	Пюре из говядины	70	15,09	18,07	1,34	228,38	0,05	0,00	0,00	2,66	8,77	152,41	17,98	2,19	0,12	5,63	120254Д 120254-1Д
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
Итого:			30,35	34,31	24,22	527,03	0,17	1,56	0,10	5,34	84,41	392,92	45,04	5,30	0,61	28,07	
Завтрак 2																	
1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,32	7,84	35,52	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	210110Д
Итого:			0,32	0,32	7,84	35,52	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	
Обед																	
1	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	80	1,40	5,87	10,71	101,26	0,08	7,80	0,00	2,56	15,26	42,10	17,48	0,65	0,06	3,76	100544Д
2	Рассольник Ленинградский	200	1,95	2,33	14,52	86,87	0,09	8,00	0,00	1,04	18,46	61,02	22,11	0,83	0,06	4,18	110201Д
3	Печень тушеная (говяжья)	100	25,42	6,45	0,00	159,75	0,43	46,86	6816,00	1,81	287,68	497,77	25,78	21,33	3,11	18,60	120515Д
4	Изделия макаронные отварные	120	4,40	4,12	28,17	167,31	0,07	0,00	0,00	2,18	12,01	35,74	6,66	0,67	0,02	0,60	130401Д
5	Кисель абрикосовый	200	0,53	0,03	19,19	79,13	0,01	0,40	0,00	0,55	20,15	18,45	10,50	1,13	0,02	0,00	160219Д 160228Д
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д	
Итого:			36,61	19,62	90,79	686,18	0,72	63,06	6816,00	8,67	408,26	721,88	90,13	25,48	3,28	29,14	
Полдник																	

Итого за день		77,25	74,22	361,93	2424,73	1,22	116,70	53,68	26,78	698,14	1442,95	321,68	20,31	0,95	184,64
День 12 (вторник)															
Завтрак 1															
1	Каша кукурузная жидкая	120	2,08	9,29	20,87	175,41	0,03	0,00	4,14	6,42	27,70	7,58	0,69	0,02	0,00
3	Чай со смородиной	200	0,46	0,18	17,34	72,87	0,01	46,00	0,32	20,45	20,95	14,26	0,64	0,02	0,46
4	Пюре из кур	70	14,80	15,83	2,45	211,41	0,05	1,20	46,73	11,31	113,23	12,58	1,11	0,10	4,06
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00
Итого:			18,93	25,90	50,66	511,49	0,12	47,20	6,39	42,87	178,68	37,02	2,68	0,14	4,52
Завтрак 2															
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	1,20	0,40	16,80	75,60	0,03	8,00	0,32	6,40	22,40	33,60	0,48	0,04	0,00
Итого:			1,20	0,40	16,80	75,60	0,03	8,00	0,32	6,40	22,40	33,60	0,48	0,04	0,00
Обед															
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	80	0,56	9,66	1,76	96,24	0,02	7,04	4,29	16,93	29,91	9,90	0,43	0,03	2,11
2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	3,76	4,04	10,05	91,58	0,04	11,90	0,19	77,45	42,17	19,09	0,90	0,05	4,80
3	Суфле из печени	100	20,84	10,27	1,12	180,25	0,32	33,63	48,67,22	2,90	21,67,5	39,5,85	15,76	2,31	17,3,5
4	Соус томатный	5	0,08	0,18	0,42	3,61	0,00	0,59	0,09	0,44	1,22	0,76	0,03	0,00	0,02
4	Рис отварной	120	2,94	4,02	32,76	178,95	0,03	0,00	1,75	4,46	63,30	21,07	0,43	0,02	0,59
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	21,88	89,17	0,02	0,00	0,06	10,02	15,48	5,04	0,40	0,01	0,00
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00
Итого:			31,38	29,04	86,20	731,66	0,48	53,16	4883,28	9,81	380,76	614,73	18,81	2,43	26,87
Полдник															
1	Запеканка капустная	170	8,45	13,72	28,95	273,07	0,10	53,04	0,02	349,45	110,79	34,65	1,74	0,15	9,66
3	Ватрушка с повидлом	40	2,22	1,39	23,59	115,74	0,03	0,22	0,72	7,32	22,55	4,20	0,45	0,02	0,68
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00
Итого:			11,42	15,26	67,68	453,76	0,15	56,26	0,02	367,27	143,84	44,85	4,29	0,19	10,33
Ужин															
2	Помидоры свежие	30	0,33	0,06	1,14	6,42	0,02	7,50	0,00	4,20	7,80	6,00	0,27	0,01	0,60
1	Капуста, тушеная с мясом	220	6,43	9,26	15,23	169,98	0,08	54,95	0,00	33,62	97,45	38,48	1,75	0,11	7,02
3	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	23,07	93,57	0,01	1,50	0,00	6,30	4,80	3,60	0,75	0,01	0,30
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00
Итого:			8,48	10,01	49,44	321,77	0,12	63,95	0,00	350,82	126,85	50,68	3,01	0,14	7,92
Ужин 2															
1	Компот из плодов сухих (чернослив)	200	0,37	0,11	19,59	80,84	0,00	0,48	0,00	13,10	13,28	16,32	0,51	0,02	0,00
2	Булочка Городская	30	2,22	2,13	14,42	85,69	0,03	0,00	0,97	5,52	20,63	3,16	0,29	0,02	0,80
Итого:			2,58	2,24	34,01	166,53	0,04	0,48	0,00	18,62	33,91	19,48	0,80	0,04	0,80
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за день			74,00	82,84	304,80	2260,80	0,94	229,04	4930,03	28,04	1166,74	270,29	30,06	2,97	50,44
День 13 (среда)															
Завтрак 1															
1	Каша из хлопьев овсяных	180	3,41	15,21	22,53	240,59	0,12	0,00	6,38	16,23	91,53	35,86	1,03	0,03	1,66
2	Чай с повидлом	200	0,00	0,00	23,15	92,62	0,00	0,42	0,05	6,77	10,19	1,82	0,33	0,01	0,00
3	Пюре из говядины	70	15,09	18,07	1,34	228,38	0,05	0,00	2,66	8,77	152,41	17,98	2,19	0,12	5,63
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00
Итого:			20,10	33,88	57,02	613,38	0,20	0,42	9,44	36,47	270,92	58,26	3,79	0,16	7,29
Завтрак 2															
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80
Итого:			0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80
Обед															

1	Салат из капусты с растительным маслом	80	1,46	8,08	4,89	98,05	0,03	22,96	0,00	3,63	144,30	28,02	15,12	0,52	0,04	2,66	100201Д
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	190	5,53	4,24	14,23	117,24	0,16	5,13	0,00	1,85	26,39	75,71	27,40	1,38	0,06	3,27	110327-2Д
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601Д
4	Рыба (филе) запеченная	120	23,43	5,74	5,03	165,51	0,14	1,42	14,16	3,49	499,10	728,90	43,76	0,81	0,10	212,51	120408Д
5	Изделия макаронные отварные	120	4,40	4,12	28,17	167,31	0,07	0,00	0,00	2,18	12,01	35,74	6,66	0,67	0,02	0,60	130401Д
6	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	17,26	69,62	0,00	1,80	0,00	0,04	4,92	3,60	3,12	0,11	0,00	0,24	160204Д
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д
	Итого:		38,97	23,45	94,93	746,64	0,46	31,31	14,16	11,95	744,78	950,77	105,52	4,52	0,23	221,27	
Подник																	
1	Оладьи	150	9,81	9,10	63,18	373,88	0,15	0,00	0,01	4,61	25,76	84,90	14,76	1,20	0,06	2,15	120702Д
2	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210Д
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105Д
	Итого:		9,81	9,10	76,47	427,04	0,15	0,08	0,01	4,62	30,13	91,52	15,11	1,29	0,06	2,15	
Ужин																	
1	Выпечка рубленые куриные	70	11,23	10,30	8,75	172,57	0,05	0,82	31,85	0,91	12,68	90,07	10,54	0,95	0,07	2,73	120611Д
2	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,55	7,37	34,23	233,47	0,26	0,00	0,00	2,86	13,64	179,07	119,98	9,60	0,12	3,05	130309Д
3	Кисель абрикосовый	200	0,53	0,03	19,19	79,13	0,01	0,40	0,00	0,55	20,15	18,45	10,50	1,13	0,02	0,00	160219Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
	Итого:		20,91	18,30	72,17	536,97	0,34	1,22	31,85	4,66	51,17	304,38	143,62	11,92	0,22	5,78	
Ужин 2																	
1	Отвар шиповника	200	0,54	0,22	27,71	115,02	0,01	104,00	0,00	0,61	10,20	2,72	2,72	0,54	0,05	0,00	160214Д
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	Итого:		2,00	3,80	46,13	226,76	0,03	104,00	2,00	1,31	16,00	20,72	6,72	0,96	0,06	0,00	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		92,11	88,77	354,95	2587,18	1,20	141,02	48,16	32,30	893,75	1651,12	338,83	24,33	0,75	237,30	
День 14 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша вязкая с изюмом	180	2,97	0,46	46,68	202,78	0,06	0,00	0,11	0,25	24,26	82,35	27,20	1,07	0,03	0,49	120260Д
2	Чай с вишней	200	0,37	0,09	18,86	77,75	0,01	6,90	0,00	0,14	20,91	19,57	11,96	0,27	0,01	0,92	160107-4Д
3	Шницель рубленый из говядины	70	11,82	11,58	8,75	186,51	0,05	0,00	0,00	1,45	10,44	120,28	14,67	1,73	0,09	3,92	120525Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
	Итого:		16,76	12,74	84,29	518,84	0,15	6,90	0,11	2,18	60,30	239,00	56,43	3,31	0,14	5,33	
Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,32	7,84	35,52	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	210110Д
	Итого:		0,32	0,32	7,84	35,52	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	
Обед																	
1	Сельдь с луком	80	9,82	8,00	1,77	118,37	0,02	2,16	11,20	2,07	90,70	337,39	25,42	0,79	0,08	45,45	100612-1Д
2	Суп с клецками на мясном бульоне	200	7,40	1,53	19,50	121,39	0,08	3,44	0,01	0,44	18,45	60,03	15,81	0,84	0,08	4,34	110332-2Д
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	200	19,51	19,88	35,33	398,26	0,27	20,00	0,00	3,18	47,76	271,02	62,24	4,00	0,27	16,16	120534Д
4	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	21,35	86,14	0,00	1,40	0,00	0,03	2,84	1,54	1,26	0,37	0,00	0,28	160217Д
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д
	Итого:		39,70	30,29	96,15	816,02	0,43	27,00	11,21	6,23	214,44	736,78	112,33	6,86	0,44	68,23	
Подник																	
1	Пудинг из моркови и яблок	150	3,07	5,01	20,90	140,96	0,08	10,31	0,01	2,27	39,72	74,43	40,01	2,21	0,11	6,95	120258Д
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
3	Сок фруктовый ДШ (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	
	Итого:		5,28	8,74	54,47	317,65	0,12	13,31	2,01	3,12	56,02	102,93	50,01	4,73	0,13	6,95	
Ужин																	

1	Тфтели мясные с соусом собственного производства	70	5,68	5,62	7,66	103,90	0,04	1,66	0,00	0,93	10,97	62,78	9,89	0,93	0,05	2,12	120539Д
2	Рагу из овощей	180	3,33	8,69	20,40	173,18	0,14	25,03	0,00	4,02	113,44	89,56	42,65	1,39	0,11	7,36	130203Д-1
3	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	119,62	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
Итого:			11,06	15,06	67,17	448,51	0,21	78,69	0,04	5,63	140,91	180,81	59,86	3,10	0,19	9,48	

Ужин2

1	Кисель из смородины	200	0,11	0,04	24,45	98,60	0,00	10,00	0,00	0,07	9,53	8,69	3,10	0,18	0,00	0,10	160203Д 160220Д
2	Булочка Домашняя	30	2,09	3,25	18,86	113,08	0,03	0,00	0,00	1,61	4,77	17,23	3,18	0,26	0,01	0,29	190113Д
Итого:			2,20	3,29	43,31	211,67	0,04	10,00	0,00	1,68	14,30	25,92	6,28	0,44	0,01	0,39	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			75,33	70,44	353,23	2348,22	0,96	143,90	13,37	19,00	498,78	1294,24	292,10	20,20	0,94	91,99	

День 15 (пятница)

Завтрак 1

1	Омлет с морковью	120	13,66	15,63	2,88	206,89	0,09	1,56	0,10	2,34	67,17	217,95	24,46	2,84	0,48	22,44	120301Д-1
2	Чай с курагой	200	2,08	0,12	34,39	146,94	0,04	1,60	0,00	2,20	67,89	64,17	42,00	4,44	0,08	0,00	160107-5Д
3	Пюре из кур	70	14,80	15,83	2,45	211,41	0,05	1,20	46,73	1,59	11,31	113,23	12,58	1,11	0,10	4,06	120255Д 120255-1Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
Итого:			32,14	32,18	49,72	617,05	0,21	4,36	46,84	6,47	151,07	412,15	81,64	8,63	0,67	26,50	

Завтрак 2

1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103Д
Итого:			1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	

Обед

1	Салат Мозаика	80	2,30	5,90	8,12	94,76	0,07	5,61	0,01	2,31	29,56	54,78	20,18	0,76	0,08	5,01	100515-1Д
2	Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами	200	3,88	2,14	6,65	61,40	0,05	16,82	0,00	1,01	91,45	34,49	16,89	0,59	0,04	2,94	110111Д
3	Печень тушеная (говяжья)	100	25,42	6,45	0,00	159,75	0,43	46,86	6816,00	1,81	287,68	497,77	25,78	21,33	3,11	18,60	120515Д
4	Рис отварной	120	2,94	4,02	32,76	178,95	0,03	0,00	0,00	1,75	4,46	63,30	21,07	0,43	0,02	0,59	130301Д
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	21,88	89,17	0,02	0,00	0,06	0,06	10,02	15,48	5,04	0,40	0,01	0,00	160242Д
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,20	1,20	20,00	103,60	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102Д
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д
Итого:			39,34	19,99	97,61	727,68	0,66	69,29	6816,07	7,79	482,58	749,42	99,15	24,61	3,28	29,14	

Полдник

1	Пудинг овощной	150	6,50	6,77	18,22	159,80	0,10	20,95	0,02	2,34	163,83	107,78	36,47	1,44	0,16	9,86	120253Д
2	Булочка Любимая	30	2,45	1,58	14,79	83,19	0,04	0,00	0,00	0,74	5,98	22,74	3,49	0,31	0,02	0,89	190107Д
3	Чай с клюквой	200	0,23	0,09	15,69	64,50	0,01	6,90	0,00	0,46	10,33	10,83	6,90	0,32	0,01	0,00	160107-2Д
Итого:			9,17	8,45	48,69	307,49	0,14	27,85	0,02	3,54	180,14	141,35	46,86	2,07	0,19	10,75	

Ужин

1	Рыба (филе) припущенная	120	23,46	0,88	0,20	102,57	0,13	1,70	14,64	1,32	51,535	748,48	44,39	0,77	0,10	219,67	120405Д
2	Пюре картофельное	180	3,40	27,65	27,70	373,26	0,20	16,99	0,00	12,05	28,80	99,77	39,28	1,56	0,14	8,50	130101Д
3	Компот из плодов сухих (чернослив)	200	0,37	0,11	19,59	80,84	0,00	0,48	0,00	0,29	13,10	13,28	16,32	0,51	0,02	0,00	160215Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
Итого:			28,82	29,25	57,48	608,46	0,36	19,18	14,64	14,00	561,95	878,33	102,59	3,07	0,26	228,17	

Ужин 2

1	Кисель из клюквы быстрозамороженной	200	0,06	0,02	24,09	96,78	0,00	1,50	0,00	0,10	7,33	6,49	1,50	0,11	0,00	0,00	160203-1Д
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
Итого:			1,52	3,60	42,51	208,52	0,02	1,50	2,00	0,80	13,13	24,49	5,50	0,53	0,01	0,00	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			112,49	93,96	317,01	2563,70	1,43	132,18	6879,57	33,00	1396,86	2233,74	377,73	39,52	4,47	294,56	
Итого за 5 дней			86,24	82,05	338,38	2436,93	1,15	152,57	2384,96	27,83	930,85	1548,49	320,13	26,89	2,02	171,79	

День 16 (Понедельник)

Завтрак 1																	
1	Каша пшеничная	180	4,93	14,90	32,98	285,74	0,18	0,00	6,07	13,69	100,49	35,68	1,19	0,02	1,93	120201Д	
2	Чай со смородиной	200	0,46	0,18	17,34	72,87	0,01	46,00	0,32	20,45	20,95	14,26	0,64	0,02	0,46	160107-3Д	
3	Шницель рубленый куриный	70	15,37	14,87	5,12	215,84	0,05	1,13	44,11	15,48	121,25	12,27	1,20	0,13	6,30	120615Д	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
Итого:			22,36	30,56	65,45	626,26	0,26	47,13	7,70	54,31	259,49	64,81	3,26	0,17	8,69		
Завтрак 2																	
1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	210104Д	
Итого:			0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80		
Обед																	
1	Салат из моркови с сахаром	80	0,95	5,67	7,42	84,47	0,04	3,64	0,00	2,76	40,15	27,66	0,52	0,05	3,64	100302Д	
2	Рассольник Ленинградский	200	1,95	2,33	14,52	86,87	0,09	8,00	1,04	18,46	61,02	22,11	0,83	0,06	4,18	110201Д	
3	Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с соусом томатным	70	6,92	6,02	6,61	108,31	0,03	0,15	0,61	7,62	71,23	9,18	1,03	0,05	2,29	120535Д	
4	Каша гречневая рассыпчатая	120	5,03	4,92	22,82	155,64	0,17	0,00	1,90	9,10	119,38	79,99	6,40	0,08	2,03	130309Д	
5	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	23,07	93,57	0,01	1,50	0,00	0,12	4,80	3,60	0,75	0,01	0,30	160208Д	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д	
Итого:			17,89	19,85	92,64	620,72	0,39	13,29	6,96	115,91	363,38	150,14	10,39	0,27	14,45		
Полдник																	
1	Запеканка капустная	170	8,45	13,72	28,95	273,07	0,10	53,04	0,02	5,49	349,45	110,79	34,65	1,74	0,15	9,66	120252Д
2	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
2	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00		
Итого:			10,80	14,47	54,10	389,82	0,13	56,04	0,02	5,98	364,65	138,09	43,25	4,08	0,18	9,66	
Ужин																	
1	Суфле из печени	70	14,59	7,19	0,78	126,17	0,22	23,54	3407,05	2,03	151,73	277,10	14,85	11,03	1,62	12,15	120538Д-1
2	Соус томатный	5	0,08	0,18	0,42	3,61	0,00	0,59	0,00	0,09	0,44	1,22	0,76	0,03	0,00	0,02	140101Д
2	Изнелка макаронные отварные	180	6,59	6,17	42,26	250,97	0,10	0,00	3,28	18,01	53,61	9,99	1,01	0,02	0,90	130401Д	
3	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,12	0,12	22,92	93,24	0,01	3,00	0,00	0,06	5,40	3,30	2,70	0,72	0,01	0,60	160209Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
Итого:			22,99	14,26	76,38	525,80	0,36	27,13	3407,05	5,80	180,28	352,02	30,89	13,03	1,65	13,66	
Ужин 2																	
1	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	17,26	69,62	0,00	1,80	0,00	0,04	4,92	3,60	3,12	0,11	0,00	0,24	160204Д
2	Булочка Городецкая	30	2,22	2,13	14,42	85,69	0,03	0,00	0,97	5,52	20,63	3,16	0,29	0,02	0,80	190102Д	
Итого:			2,31	2,15	31,68	155,32	0,04	1,80	0,00	1,01	10,44	24,23	6,28	0,40	0,02	1,04	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			76,66	81,52	328,49	2354,31	1,20	149,40	3451,18	27,76	740,79	1150,01	304,97	33,00	2,31	48,30	
День 17 (Вторник)																	
Завтрак 1																	
1	Плов вегетарианский с сухофруктами	120	3,49	3,47	46,00	229,18	0,06	0,38	0,05	2,05	26,33	85,86	33,91	1,75	0,04	0,55	120246Д
3	Чай с вишней	200	0,37	0,09	18,86	77,75	0,01	6,90	0,00	0,14	20,91	19,57	11,96	0,27	0,01	0,92	160107-4Д
4	Пюре из говядины	70	15,09	18,07	1,34	228,38	0,05	0,00	2,66	8,77	152,41	17,98	2,19	0,12	5,63	120254Д	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
Итого:			20,55	22,23	76,20	587,11	0,14	7,28	0,05	5,19	60,70	274,63	66,45	4,46	0,18	7,10	
Завтрак 2																	
1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,32	7,84	35,52	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	210110Д
Итого:			0,32	0,32	7,84	35,52	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	
Обед																	
1	Салат из капусты с растительным маслом	80	1,46	8,08	4,89	98,05	0,03	22,96	0,00	3,63	144,30	28,02	15,12	0,52	0,04	2,66	100201Д

2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	3,76	4,04	10,05	91,58	0,04	11,90	16,00	0,19	77,45	42,17	19,09	0,90	0,05	4,80	110109Д
3	Гуляш из отварного мяса	100	16,19	15,31	2,95	214,34	0,06	1,11	0,00	1,42	13,97	160,83	21,11	2,34	0,13	6,02	120549Д
4	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	120	2,70	4,14	22,04	136,23	0,16	13,52	0,00	1,72	21,39	78,74	31,17	1,23	0,11	6,76	130106Д
5	Компот из плодов сухих	200	0,37	0,09	25,28	103,39	0,02	0,12	0,06	0,13	13,25	18,80	9,12	0,53	0,01	0,00	160209-2Д
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д
	Итого:		27,40	32,47	83,41	735,45	0,36	49,61	16,06	7,60	325,05	395,36	103,20	6,36	0,35	22,24	

Полдник

1	Оладьи	150	9,81	9,10	63,18	373,88	0,15	0,00	0,01	4,61	25,76	84,90	14,76	1,20	0,06	2,15	120702Д
2	Соус клюквенный	5	0,00	0,00	2,64	10,59	0,00	0,09	0,00	0,01	0,27	0,18	0,09	0,01	0,00	0,00	140208Д
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105Д
	Итого:		9,81	9,11	75,81	424,43	0,15	0,09	0,01	4,61	29,80	90,85	14,85	1,24	0,06	2,15	

Ужин

1	Рыба (филе) запеченная	120	23,43	5,74	5,03	165,51	0,14	1,42	14,16	3,49	499,10	728,90	43,76	0,81	0,10	212,51	120408Д
2	Капуста тушеная	180	3,85	7,42	13,37	135,63	0,08	57,96	0,00	3,48	350,15	76,98	39,56	1,42	0,09	6,73	130201Д
3	Напиток смородина	200	0,12	0,05	16,86	68,35	0,00	12,00	0,00	0,08	4,80	3,96	3,72	0,20	0,00	0,12	160207Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
	Итого:		29,00	13,81	45,26	421,29	0,24	71,38	14,16	7,40	858,76	826,64	89,64	2,68	0,21	219,36	

Ужин2

1	Отвар шиповника	200	0,54	0,22	27,71	115,02	0,01	104,00	0,00	0,61	10,20	2,72	2,72	0,54	0,05	0,00	160214Д
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	Итого:		2,00	3,80	46,13	226,76	0,03	104,00	2,00	1,31	16,00	20,72	6,72	0,96	0,06	0,00	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за день		89,09	81,74	334,65	2430,56	0,94	240,36	32,27	26,28	1303,12	1617,00	288,07	17,46	0,87	252,45	

День 18 (Среда)

Завтрак 1

1	Каша из хлопьев овсяных	180	3,41	15,21	22,53	240,59	0,12	0,00	0,14	6,38	16,23	91,53	35,86	1,03	0,03	1,66	120224Д
3	Повидло	5	0,00	0,00	3,30	13,20	0,00	0,08	0,00	0,01	0,60	0,85	0,35	0,06	0,00	0,00	140210Д
2	Чай с курарой	200	2,08	0,12	34,39	146,94	0,04	1,60	0,00	2,20	67,89	64,17	42,00	4,44	0,08	0,00	160107-5Д
3	Шницель рубленый из говядины	70	11,82	11,58	8,75	186,51	0,05	0,00	0,00	1,45	10,44	120,28	14,67	1,73	0,09	3,92	120525Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
	Итого:		18,91	27,51	78,96	639,04	0,24	1,68	0,14	10,38	99,86	293,63	95,48	7,50	0,20	5,58	

Завтрак 2

1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	210104Д
	Итого:		0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	

Обед

1	Внедрет	80	1,28	8,15	7,28	107,56	0,05	6,66	0,00	3,63	30,55	37,87	16,59	0,71	0,04	3,81	100501Д
2	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы	200	4,59	4,36	12,41	107,19	0,04	1,20	2,72	2,05	9,22	26,23	6,92	0,46	0,02	0,64	110333Д
3	Рагу из мяса птицы	200	16,90	15,55	22,89	299,12	0,19	14,36	42,00	2,07	42,53	182,82	45,58	2,27	0,19	10,04	120609Д
4	Кисель из клюквы быстрозамороженной	200	0,06	0,02	24,09	96,78	0,00	1,50	0,00	0,10	7,33	6,49	1,50	0,11	0,00	0,00	160203-1Д
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д
	Итого:		25,74	28,90	84,87	702,51	0,32	23,72	44,72	8,37	144,33	320,20	78,20	4,42	0,27	16,50	

Полдник

1	Пудинг манный	150	6,30	3,38	41,01	219,63	0,07	0,00	0,01	1,36	16,21	59,12	9,05	0,73	0,06	2,82	120229Д
2	Соус абрикосовый	5	0,03	0,00	3,28	13,24	0,00	0,02	0,00	0,03	0,97	0,80	0,58	0,07	0,00	0,00	140206Д
4	Чай с повидлом	200	0,00	0,00	23,15	92,62	0,00	0,42	0,00	0,05	6,77	10,19	1,82	0,33	0,01	0,00	160107-1Д
	Итого:		6,33	3,38	67,44	325,48	0,07	0,44	0,01	1,45	23,94	70,11	11,45	1,13	0,07	2,82	

Ужин																	
1	Рыба (филе) припущенная	120	23,46	0,88	0,20	102,57	0,13	1,70	14,64	1,32	515,35	748,48	44,39	0,77	0,10	219,67	120405Д
2	Картофель отварной	180	3,74	4,35	30,51	176,14	0,22	18,72	0,00	1,77	31,39	109,32	43,25	1,71	0,15	9,36	130103Д
3	Компот из плодов сухих (чернослив)	200	0,37	0,11	19,59	80,84	0,00	0,48	0,00	0,29	13,10	13,28	16,32	0,51	0,02	0,00	160215Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
Итого:			29,17	5,94	60,30	411,34	0,38	20,90	14,64	3,72	564,54	887,89	106,56	3,23	0,27	229,03	

Ужин 2																	
1	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	119,62	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238Д
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
Итого:			1,92	3,73	47,53	231,36	0,03	52,00	2,04	1,04	17,60	29,68	8,72	0,96	0,04	0,00	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			82,38	69,69	347,34	2346,14	1,07	102,74	61,55	25,28	865,47	1614,31	310,01	19,08	0,88	254,73	

День 19 (Четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет с морковью	120	13,66	15,63	2,88	206,89	0,09	1,56	0,10	2,34	67,17	217,95	24,46	2,84	0,48	22,44	120301Д-1
2	Чай со смородиной	200	0,46	0,18	17,34	72,87	0,01	46,00	0,00	0,32	20,45	14,26	14,26	0,64	0,02	0,46	160107-3Д
3	Шницель рубленый куриный	70	15,37	14,87	5,12	215,84	0,05	1,13	44,11	0,97	15,48	121,25	12,27	1,20	0,13	6,30	120615Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
Итого:			31,10	31,29	35,35	547,41	0,18	48,69	44,21	3,96	107,79	376,95	53,60	4,91	0,63	29,20	

Завтрак 2																	
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	210103Д
Итого:			1,50	0,50	21,00	94,50	0,04	10,00	0,00	0,40	8,00	28,00	42,00	0,60	0,05	0,00	

Обед																	
1	Салат витаминный с растительным маслом	80	1,15	8,06	7,64	107,72	0,03	16,32	0,00	3,64	101,93	25,91	14,54	0,45	0,03	2,38	100504Д
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	190	5,53	4,24	14,23	117,24	0,16	5,13	0,00	1,85	26,39	75,71	27,40	1,38	0,06	3,27	110327-2Д
3	Сухарика из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,04	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601Д
4	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	220	17,31	7,83	26,22	244,54	0,21	10,76	8,58	3,94	321,99	507,23	50,56	1,49	0,14	134,34	120409Д
6	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	21,88	89,17	0,02	0,00	0,06	0,06	10,02	15,48	5,04	0,40	0,01	0,00	160242Д
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,40	80,12	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	0,24	0,01	4,00	200103Д
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
Итого:			29,65	21,66	103,52	727,63	0,50	32,21	8,64	10,43	568,38	753,14	112,00	5,38	0,27	144,00	

Полдник																	
1	Запеканка со свежими плодами	170	5,57	5,55	37,62	222,67	0,17	3,06	0,01	1,70	20,06	104,03	35,08	1,86	0,04	3,89	120239Д
2	Булочка с изюмом	30	2,09	1,81	13,16	77,34	0,03	0,00	0,01	0,83	6,42	21,27	3,55	0,31	0,02	0,78	190104Д
3	Сок фруктовый ДШ (см. приложение №2)	150	0,75	0,15	15,15	64,95	0,02	3,00	0,00	0,15	10,50	10,50	6,00	2,10	0,02	0,00	
Итого:			8,41	7,51	65,93	364,96	0,22	6,06	0,02	2,68	36,98	135,80	44,64	4,28	0,08	4,67	

Ужин																	
1	Огурцы свежие	30	0,24	0,03	0,75	4,23	0,01	3,00	0,00	0,03	6,90	12,60	4,20	0,18	0,01	0,90	100519Д
2	Голубцы	200	18,50	29,23	16,95	404,85	0,11	40,80	0,00	7,58	261,91	222,09	47,36	3,26	0,18	10,28	120542Д-1
3	Кисель яблочный	200	0,14	0,14	29,05	118,00	0,01	3,40	0,00	0,07	11,43	9,13	3,06	0,81	0,01	0,68	160224Д
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д
Итого:			20,48	30,00	56,75	578,88	0,15	47,20	0,00	8,02	284,94	260,62	57,22	4,49	0,21	11,86	

Ужин 2																	
1	Компот из плодов свежих (груши)	200	0,12	0,09	23,07	93,57	0,01	1,50	0,00	0,12	6,30	4,80	3,60	0,75	0,01	0,30	160208Д
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
Итого:			1,58	3,67	41,49	205,31	0,02	1,50	2,00	0,82	12,10	22,80	7,60	1,17	0,02	0,30	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день			92,72	94,63	324,04	2518,68	1,11	145,66	54,87	26,31	1018,19	1577,31	317,05	20,82	1,25	190,02	

День 20 (Пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша ячневая	120	2,78	9,35	21,27	180,33	0,03	0,00	0,00	4,27	11,96	64,83	11,18	0,52	0,02	0,00	120245Д
3	Чай с вишней	200	0,37	0,09	18,86	77,75	0,01	6,90	0,00	0,14	20,91	19,57	11,96	0,27	0,01	0,92	160107-4Д

4	Пюре из говядины	70	15,09	18,07	1,34	228,38	0,05	0,00	0,00	2,66	8,77	152,41	17,98	2,19	0,12	5,63	120254Д 120254-1Д	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
	Итого:		19,83	28,12	51,47	538,25	0,12	6,90	0,00	7,40	46,34	253,60	43,72	3,22	0,16	6,55		
Завтрак 2																		
1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,32	0,32	7,84	35,52	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	210110Д	
	Итого:		0,32	0,32	7,84	35,52	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60		
Обед																		
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	80	0,56	9,66	1,76	96,24	0,02	7,04	0,00	4,29	16,93	29,91	9,90	0,43	0,03	2,11	100507Д	
2	Щи из свежей капусты	200	1,45	2,14	6,65	51,68	0,05	16,82	0,00	1,01	91,45	34,49	16,89	0,59	0,04	2,94	110105Д	
3	Запеканка картофельная с печенью	200	21,66	9,55	33,75	307,55	0,50	50,68	4626,00	1,13	231,78	451,84	59,62	16,16	2,25	23,18	120545Д	
4	Соус томатный	5	0,08	0,18	0,42	3,61	0,00	0,59	0,00	0,09	0,44	1,22	0,76	0,03	0,00	0,02	140101Д	
5	Компот из плодов сухих	200	0,37	0,09	25,28	103,39	0,02	0,12	0,06	0,13	13,25	18,80	9,12	0,53	0,01	0,00	160209-2Д	
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,06	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103Д	
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
	Итого:		27,05	22,43	86,06	654,33	0,64	75,25	4626,06	7,18	408,55	603,06	103,88	18,60	2,35	30,25		
Полдник																		
1	Каша гречневая вязкая	150	6,29	12,89	33,02	273,23	0,21	0,00	0,00	5,35	11,51	149,36	99,98	8,02	0,10	2,54	120221Д	
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	111,74	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00		
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,96	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105Д	
	Итого:		7,75	16,47	61,43	424,93	0,23	0,00	2,00	6,05	21,07	173,13	103,98	8,47	0,11	2,54		
Ужин																		
1	Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с соусом томатным	70	6,92	6,02	6,61	108,31	0,03	0,15	0,00	0,61	7,62	71,23	9,18	1,03	0,05	2,29	120535Д	
2	Рагу из овощей	180	3,33	8,69	20,40	173,18	0,14	25,03	0,00	4,02	113,44	89,56	42,65	1,39	0,11	7,36	130203Д-1	
3	Классель из смородины	200	0,11	0,04	24,45	98,60	0,00	10,00	0,00	0,07	9,53	8,69	3,10	0,18	0,00	0,10	160203Д 160220Д	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	51,80	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102Д	
	Итого:		11,95	15,36	61,47	431,89	0,19	35,18	0,00	5,04	135,29	186,28	57,53	2,84	0,17	9,76		
Ужин2																		
1	Отвар шиповника	200	0,54	0,22	27,71	115,02	0,01	104,00	0,00	0,61	10,20	2,72	2,72	0,54	0,05	0,00	160214Д	
2	Булочка Любимая	30	2,45	1,58	14,79	83,19	0,04	0,00	0,00	0,74	5,98	22,74	3,49	0,31	0,02	0,89	190107Д	
	Итого:		2,99	1,81	42,49	198,22	0,05	104,00	0,00	1,35	16,18	25,46	6,21	0,85	0,07	0,89		
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Итого за день		69,90	84,50	310,76	2283,13	1,25	229,33	4628,06	27,19	640,24	1250,32	322,52	35,75	2,87	51,58		
	Итого за 5 дней		82,15	82,42	329,06	2386,57	1,12	173,50	1645,59	26,56	913,56	1441,79	308,53	25,22	1,64	159,42		
	Итого за 20 дней		84,70	83,79	329,75	2411,97	1,11	155,05	1719,12	27,48	909,78	1495,88	312,41	24,95	1,70	168,53		

**Приложения к примерному меню для организации питания детей в возрасте 3-7 лет,
имеющих ограничения по потреблению продуктов питания, содержащих белок
коровьего молока, посещающих дошкольные образовательные организации (с
пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов) города Москвы**

Приложение №1

Распределение плодов и ягод по дням циклического меню

Распределение плодов и ягод по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях

Наименование плода	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Яблоко*				x			x			x			x				x				x
Груша*	x		x			x			x				x			x			x		
Банан*		x			x			x				x			x					x	

*Возможна замена на фрукт в ассортименте или сок фруктовый (овощной) в ассортименте. Не допускается использовать один и тот же продукт два раза подряд.

Приложение №2

Распределение соков фруктовых по дням циклического меню

Распределение соков фруктовых по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях

Наименование соков	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
Сок яблочный*								x						x							
Сок яблочно-абрикосовый*	x															x					
Сок мультифрукт*						x															
Сок яблочно-виноградный*										x											x

*Возможна замена на сок фруктовый (овощной) в ассортименте или фрукт в ассортименте. Не допускается использовать один и тот же продукт два раза подряд.

Приложение №3

Вода питьевая детская бутилированная. Потребность в питьевой воде, превышающая объемы бутилированной, обеспечивается кипяченой водой, при условии её хранения не более 3 часов.

Варианты замены блюд при организации питания в дошкольных общеобразовательных учреждениях

День	Прием пищи (6-ти разовое питание)	Заменяемое блюдо		Варианты замены	
		Наименование	Наименование	Наименование	Наименование
2	Ужин	Рыба (филе) запеченная	Тефтели рыбные		
3	Ужин	Свекла тушеная	Рагу из овощей		
4	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Салат из свежих огурцов с растительным маслом		
5	Обед	Салат из помидоров с растительным маслом	Салат овощной с фасолью		
5	Обед	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	Котлеты рубленые из фарша рыбного Картофель отварной		
5	Ужин	Помидоры свежие	Горошек зеленый консервированный		
6	Обед	Суп с клецками на мясном бульоне	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на мясном бульоне		
7	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха		
7	Ужин	Огурцы свежие	Огурцы консервированные (без уксуса)		
7	Ужин	Голубцы	Плов мясной		
8	Ужин	Кнели рыбные	Рыба (филе) запеченная		
9	Обед	Салат из помидоров с растительным маслом	Салат овощной с фасолью		
9	Обед	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	Котлеты рубленые из фарша рыбного Картофель отварной		
9	Ужин	Помидоры свежие	Горошек зеленый консервированный		
9	Ужин	Капуста, тушенная с мясом	Фрикадельки мясные паровые производства Капуста тушеная	собственного	
10	Обед	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	Салат картофельный с растительным маслом		
10	Ужин	Рыба (филе) припущенная	Тефтели рыбные		
12	Обед	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	Салат овощной с фасолью		
12	Обед	Суфле из печени Соус томатный	Гуляш из отварного мяса		
12	Ужин	Помидоры свежие	Горошек зеленый консервированный		
12	Ужин	Капуста, тушенная с мясом	Фрикадельки мясные паровые производства Капуста тушеная	собственного	

13	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха
13	Обед	Рыба (филе) запеченная	Котлеты рубленные из фарша рыбного
14	Обед	Суп с клецками на мясном бульоне	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А
15	Ужин	Рыба (филе) припущенная	Котлеты рубленные из фарша рыбного
17	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Салат из помидоров свежих и яблок
18	Ужин	Рыба (филе) припущенная	Тефтели рыбные
19	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха
19	Обед	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	Котлеты рубленные из фарша рыбного Рис отварной
19	Ужин	Огурцы свежие	Огурцы консервированные (без уксуса)
19	Ужин	Голубцы	Макароны, запеченные с яйцом
20	Обед	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	Икра из уваренных кабачков
20	Обед	Запеканка картофельная с печенью	Суфле из печени Пюре картофельное

Сезонные замены салатов из сырых овощей урожая прошлого года в период после 1 марта.

День	Прием пищи	Заменяемый салат	Сезонный салат
1	Обед	Салат из моркови с растительным маслом	Салат Мозаика
4	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Салат из свежих огурцов с растительным маслом
6	Обед	Салат из моркови с растительным маслом	Салат Осенний
7	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Салат Мозаика
11	Обед	Салат из моркови с сахаром	Салат Мозаика
13	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Винегрет
16	Обед	Салат из моркови с сахаром	Салат овощной с фасолью
17	Обед	Салат из капусты с растительным маслом	Салат из помидоров свежих и яблок
19	Обед	Салат витаминный с растительным маслом	Салат овощной с фасолью

Пояснительная записка к примерному меню для организации питания детей в возрасте 3-7 лет, имеющих ограничения по потреблению продуктов питания, содержащих белок коровьего молока, посещающих дошкольные образовательные организации (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов) города Москвы

Сырье, используемое для приготовления изделий должно быть разрешено к применению в пищевой промышленности, в том числе для приготовления блюд для детей, и соответствовать требованиям действующей нормативной документации: сырье должно сопровождаться документацией, удостоверяющей его качество и безопасность, и соответствовать по показателям безопасности нормам Единых санитарно - эпидемиологических и гигиенических требований к товарам, подлежащим санитарно - эпидемиологическому надзору (контролю) Глава II, Раздел 1), в т.ч. в части требований к продуктам, предназначенным для питания дошкольников и школьников» для всех наименований пищевых продуктов, или СанПиН 2.3.2.1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов», СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях". Сырье животного происхождения должно пройти ветеринарно-санитарную экспертизу в соответствии с ветеринарными правилами и нормами, сопровождаться ветеринарными документами, утвержденными Государственной Ветеринарной Службой. Не должно использоваться сырье, содержащее ГМО.

Данный рацион питания предназначен для детей имеющих ограничения по потреблению продуктов питания, содержащих белок коровьего молока, посещающих дошкольные образовательные организации, в нем отсутствуют продукты питания, содержащие белок коровьего молока (молоко, сыр, масло сливочное, творог, сметана, кисломолочные продукты). Коровье молоко — наиболее сильный и часто встречающийся аллерген. Проблема аллергии к коровьему молоку особенно важна для питания маленьких детей, у которых в связи с высокой проницаемостью кишечной стенки, недостаточностью ферментов и попаданием непереваренных пищевых белков в кровоток пищевая аллергия вообще встречается гораздо чаще, чем у взрослых. Потребность в пищевых веществах выполняется за счет увеличения в рационе продуктов содержащих животный белок (говядина, рыба, птица).

При составлении рациона учитывались требования «Методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений», Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации Методические рекомендации МР 2.3.1.2432 -08, СанПиН 2.4.1.2660-10, СанПиН 2.3.2.1940-05 «Организация детского питания», приведены рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий – разработанные с использованием требований к оказанию единой комплексной услуги по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях системы Департамента образования города Москвы в 2012 году, технологической инструкцией по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (К ГОСТ 30390-95 / ГОСТ 50763-95) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах –Под ред. Лапшиной В.Т. М: Хлебпродинформ, 2004 г., Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания

I, II часть- Сост. Лапшина В.Т.; Марчук Ф.Л. М: Хлебпродинформ, 1996, 1997 г.; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Москва Экономика 1983 г. и технологические карты для продукции (кулинарных изделий, готовых блюд) промышленного изготовления по утвержденным техническим условиям, инструкциям. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно – методическое пособие / Сост. А.В. Румянцев -3 - е изд, перераб. И доп.- М.: Издательство Дело и Сервис, 2002; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях / Под ред. С.В. Маслова, 2015; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2012; Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М. ДеЛи принт , 2011; Сборник рецептур на продукцию общественного питания / Составитель Могильный М.П.- М.: ДеЛи плюс, 2013; Сборник рецептур на продукцию на продукцию диетического питания для предприятия общественного питания / Под ред М.П.Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2013.;

Технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"

Расчет пищевой и энергетической ценности блюда был рассчитан на основании таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания И.М.Скурихин, В.А. Тутельян., 2008. В примерном меню соблюдены требования настоящих санитарных правил пищевой и энергетической ценности, суточной потребности в основных витаминах и микроэлементах, дополнительно витаминизация блюд не проводится

Основные требования к производственному процессу и хранению

При изготовлении кулинарной продукции для питания детей и подростков первостепенное значение имеет поточность производственных процессов на предприятиях школьного питания.

Процесс приготовления пищи складывается из двух последовательных этапов – холодной (первичной) и тепловой (вторичной) обработки.

При холодной обработке продукты подготавливают для дальнейшей тепловой обработки (мясо, рыба, птица, овощи, фрукты, крупы, бобовые, яйца и др.), либо для употребления в сыром виде (овощи, фрукты).

Для обработки сырых и готовых продуктов должно быть выделено отдельное технологическое оборудование, которое маркируется в соответствии с назначением.

Доски и ножи закрепляют за соответствующими рабочими местами и хранят непосредственно на этих местах или установленными на ребро в специальных кассетах.

Хранение продуктов должно осуществляться с соблюдением сроков годности и условий хранения пищевых продуктов, установленных изготовителями, и правил товарного соседства. Запрещается совместное хранение сырых и готовых (термообработанных) продуктов, а также полуфабрикатов и готовых продуктов (блюд).

Для хранения овощей должны быть выделены овощные кладовые или овощехранилища. Овощи и фрукты необходимо хранить в сухих, хорошо проветриваемых помещениях в ларях или на стеллажах, отстоящих от пола на 15 см, при температуре, указанной изготовителем.

Следует строго следить за качеством поступающих пищевых продуктов, особенно овощей и фруктов, реализуемых без термической обработки. Завозить плодоовощную продукцию целесообразно небольшими партиями, чтобы избежать порчи при длительном хранении. Для приготовления блюд из сырых овощей и фруктов разрешается использовать только стандартные доброкачественные овощи и фрукты.

Сырье продовольственное (мясо, птица, рыба), а также овощи и фрукты, поступающие в замороженном виде, должны храниться в низкотемпературных холодильниках, в соответствии с указаниями изготовителя, как правило, при температуре не выше -18°C . Не допускается замораживание сырья два и более раз (замораживание после дефростации).

I. Подготовка к использованию сырья продовольственного, продуктов пищевых

Подготовку сырья осуществляют в специально предназначенных сырьевых цехах, оснащенных разделочными столами, ваннами, подносами, лотками, разделочными досками, а также другим необходимым оборудованием и инвентарем.

Основным требованием при подготовке сырья является недопустимость его соприкосновения с готовой продукцией.

1. Подготовка сырья мясного

Замороженное мясо бескостное (говядина, телятина, свинина мясная) в виде блоков, а также субпродукты мясные обработанные (язык, сердце, печень говяжьей), в том числе в блоках, размораживают на воздухе на специальных подносах, лотках или в специальных ваннах, в условиях свободного стока отделяемой при дефростации жидкости, после чего тщательно промывают проточной водой и немедленно начинают его дальнейшую переработку.

Мясо бескостное размороженное зачищают от грубых сухожилий, поверхностных пленок с оставлением межмышечной и соединительной ткани. При необходимости у свинины удаляют излишки шпика. Подготовленное мясо нарезают на куски массой 1-1,5 кг, толщиной не более 8 см, которые направляют на варку для приготовления бульона мясного или для приготовления вторых блюд. Для приготовления фарша выделяют котлетное мясо (говяжье, свиное).

Субпродукты мясные, обработанные в охлажденном или размороженном состоянии зачищают, повторно промывают и направляют на приготовление горячих вторых блюд.

2. Подготовка птицы

У потрошенных тушек птицы удаляют легкие и почки, проверяют тщательность удаления внутренних органов. После этого тушки птицы (или полуфабрикаты) моют проточной теплой, а затем холодной водой до полного удаления загрязнений и остатков крови.

Тушки птицы направляют на термообработку в целом виде, если масса тушки не более 1,5 кг, или разрезают на две полутушки.

Перед термообработкой тушки птицы формуют.

3. Подготовка рыбы

Размораживание рыбы можно проводить как на воздухе на специальных подносах или лотках, так и погружением тушек рыбы в воду на 2-4 часа при температуре воды $10-12^{\circ}\text{C}$ (рыба семейства лососевых, осетровых специальной разделки).

Филе рыбное мороженое без костей (с кожей или без нее) промышленного производства размораживают на воздухе при комнатной температуре, промывают в холодной проточной воде и обсушивают при комнатной температуре.

Хранение филе рыбного размороженного и рыбы размороженной не допускается.

4. Подготовка яиц куриных и продуктов яичных

Обработку яиц куриных диетических и столовых (в случае их использования) осуществляют в специально отведенном месте в промаркированных емкостях (ведрах, котлах и др.) в порядке, установленном санитарными правилами.

Обработанные яйца куриные выкладывают на лотки или в другую чистую промаркированную тару.

Заносить или хранить в производственных помещениях необработанные яйца куриные категорически запрещается.

Замороженный меланж, упакованный в банки или полиэтиленовые пакеты, предварительно размораживают: банки погружают в ванну с водой, температура которой должна быть не более 40 °С; полиэтиленовые пакеты с меланжем укладывают в емкости и выдерживают при комнатной температуре до полного размягчения.

При использовании продуктов яичных жидких пастеризованных, расфасованных в ПЭТ, не допускается контакт горловины тары с емкостями, используемыми для приготовления блюд. После вскрытия упаковки остатки продукта допускается хранить при закрытой крышке при температуре $4\pm 2^{\circ}\text{C}$ не более 5 суток. При этом общий срок хранения продукта до вскрытия и после вскрытия упаковки не должен превышать общий срок хранения продукта, исчисляемый с даты изготовления.

5. Подготовка овощей, фруктов

Подготовку овощей проводят в соответствии с технологическими инструкциями, утвержденными в установленном порядке.

Сырье овощное должно быть нормальной технической зрелости, свежее, не пораженное сельскохозяйственными и амбарными вредителями, грибковыми заболеваниями и другими видами порчи.

Овощи промывают и очищают (при необходимости) в цехе первичной обработки овощей («коренном»), затем проводят повторную обработку в цехе вторичной обработки овощей («овощном»), после чего их хранят на лотках или в другой посуде со специальной маркировкой.

Холодная обработка овощей, идущих на приготовление сырых салатов, требует особой тщательности, так как испорченные и плохо промытые овощи могут стать причиной кишечных инфекций и глистных инвазий.

Овощи и зелень после предварительной промывки тщательно перебирают, очищают и повторно промывают проточной водой. Необходимо производить тщательную зачистку порченных и гниющих участков моркови, лука, свеклы, редьки, картофеля и других овощей, обязательно удалить 3-4 листа капусты белокочанной или краснокочанной, повторно промыть овощи в проточной питьевой воде (небольшими партиями, пользуясь дуршлагами, сетками, грохотами).

Непосредственно перед приготовлением блюд из сырых овощей (салатов, винегретов и др.) должна проводиться особо тщательная промывка подготовленных овощей в проточной питьевой воде (в «холодном» цехе).

Категорически запрещается хранение в воде очищенных овощей и зелени, предназначенных для употребления в пищу в сыром виде, без проведения термической обработки.

Фрукты, в том числе цитрусовые и бананы, дважды промывают – первоначально в производственной ванне (в «овощном» цехе), затем проточной питьевой водой (непосредственно перед употреблением, в «холодном» цехе).

Ягоды укладывают в дуршлаг и промывают сначала теплой, затем холодной проточной водой.

Сухофрукты тщательно перебирают, затем промывают теплой проточной водой.

При поступлении плодоовощной продукции низкого качества использование ее без предварительной термической обработки категорически запрещено.

Овощи и фрукты, быстрозамороженные должны храниться в холодильнике при температуре, указанной изготовителем (обычно от минус 10 до минус 18 °С). Их направляют на переработку без предварительного размораживания.

6. Подготовка круп, бобовых, муки пшеничной, сахара-песка и др.

Крупы рисовую, овсяную, пшено, перловую, гречневую и др. тщательно перебирают и промывают.

Крупы манную, а также измельченные крупы просеивают.

Хлопья овсяные перебирают.

Изделия макаронные перебирают. Макароны при необходимости разламывают.

Горох, фасоль и другие бобовые перебирают, промывают холодной водой, затем замачивают в воде при соотношении гороха (фасоли) и воды 1:2.

Муку пшеничную, сахар-песок, соль или соль поваренную йодированную и др. перед употреблением просеивают через сито с магнитоулавливателем (или без него).

Требования к качеству кулинарной продукции

Качество кулинарной продукции, ее безопасность контролируют по органолептическим, физико-химическим и микробиологическим показателям.

Органолептическую оценку качества полуфабрикатов проводят по внешнему виду, цвету и запаху; кулинарных изделий – по внешнему виду, цвету, запаху и консистенции; блюд – по внешнему виду, цвету и запаху.

По органолептическим показателям кулинарная продукция, предназначенная для питания детей и подростков школьного возраста, должна соответствовать требованиям, приведенным в таблице 1.

Таблица 1

Органолептические показатели кулинарной продукции

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
Бутерброды открытые	Бутерброды открытые представляют собой ломтик хлеба толщиной 1,0-1,5 см, смазанный маслом сливочным (или без него), на который уложены сыр или мясные гастрономические продукты, или рыба, нарезанные тонкими ломтиками, или ломтики хлеба равномерно смазаны джемом, вареньем, паштетом и др. Бутерброды имеют свежий вид, не заветренные, не имеют посторонних привкуса и запаха.
Холодные блюда (салаты, винегреты)	Холодные блюда (салаты, винегреты) представляют собой массу, состоящую из овощей свежих или отварных, фруктов, мяса, рыбы, морепродуктов и др., которые нарезаны соломкой или ломтиками, или дольками, или другой формы, заправлены соусом или маслом растительным и др. Компоненты блюда не деформированы, имеют свойственные определенному виду продуктов цвет и запах. Блюдо не заветренное, не имеет посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда (супы заправочные: щи, борщи, рассольники, супы с	Первые блюда (супы заправочные: щи, борщи, рассольники, супы с картофелем, крупами, бобовыми, изделиями макаронными и др.), приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам внешний вид, вкус, запах и цвет. Форма нарезки

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
картофелем, крупами, бобовыми, изделиями макаронными и др.)	овощей соответствует требованиям, приведенным в технологических картах на каждое первое блюдо. Овощи могут быть шинкованными, нарезанными соломкой, кубиками, дольками, шашками и другой формы. Зерна круп набухшие, непереваренные, сохранившие форму, хорошо отделяемые друг от друга. Консистенция корнеплодов плотная, но не жесткая, свойственная вареным овощам. Капуста, фасоль, горох должны быть мягкими, но не разваренными. Изделия макаронные должны иметь свойственную им форму, не должны быть разваренными, слипшимися. Подаваемые к супам гарниры должны иметь свойственные им внешний вид, вкус, запах (мясо отварное, фрикадельки, кнели, крокеты, мясо птицы отварное, рыба отварная и др.). Супы заправочные должны иметь консистенцию средней густоты, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Первые блюда (супы-пюре)	Первые блюда (супы-пюре) имеют пюреобразную консистенцию средней густоты, состоят из протертых овощей, круп, бобовых, из мяса, птицы и др. Супы-пюре могут быть приготовлены как на бульоне, воде, отваре овощном, так и на молоке. Супы-пюре, сваренные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, запах, цвет, не должны иметь посторонних привкуса и запаха. Могут отпускатся с гарнирами или без них.
Первые блюда (супы прозрачные)	Первые блюда (супы прозрачные) состоят из прозрачных бульонов (из мяса, кур, индеек и др.). К бульонам отдельно подают гарниры: овощи, изделия из мяса, птицы, рыбы, яиц, круп, а также гренки, сухарики, пирожки и др. Некоторые виды гарниров (гренки, фрикадельки, кнели, крокеты и др.) отпускают вместе с бульоном. Супы прозрачные и гарниры к ним не должны иметь посторонних привкуса и запаха.
Вторые блюда (горячие из мяса, субпродуктов (язык, печень), рыбы, птицы)	<p>Вторые блюда (горячие) могут быть представлены блюдами из мяса, субпродуктов (язык, печень), рыбы, птицы, которые могут быть отварными, запеченными, тушеными и др.</p> <p>Вторые блюда могут быть приготовлены из порционных (крупных), а также мелких кусочков мяса, рыбы, птицы, из фарша (формованные рубленые изделия, запеканки, пудинги, суфле и др.). Блюда вторые могут быть приготовлены с овощами, в том числе овощи, фаршированные мясом и рисом, с изделиями макаронными отварными (макаронник), с крупами отварными. Изделия, формованные из мяса, птицы, рыбы, могут быть панированными или без панировки. Вторые блюда из мяса, птицы, рыбы могут быть с соусом или без него.</p>
	<p>Горячие вторые блюда, приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам вкус, цвет, запах, консистенцию, внешний вид; кусковые и формованные изделия должны быть недеформированными.</p> <p>Готовые вторые блюда из мяса, птицы, рыбы не должны иметь посторонних привкуса и запаха.</p>
Вторые горячие блюда (гарниры) из	Вторые горячие блюда (гарниры) могут быть представлены блюдами из картофеля, овощей, круп, бобовых, изделий макаронных, яиц, и др.,

Наименование кулинарной продукции	Внешний вид, цвет, запах
картофеля, овощей, круп, бобовых, изделий макаронных, яиц, и др.	<p>которые могут быть отварными, припущенными, тушеными, запеченными, с соусом или без него.</p> <p>Вторые блюда (гарниры), приготовленные по традиционным технологиям, должны иметь свойственные одноименным блюдам внешний вид, вкус, цвет, запах, консистенцию, не должны иметь посторонних привкуса и запаха.</p>
Третьи блюда (компоты, кисели), и другие сладкие блюда	<p>Третьи блюда (компоты, кисели), и другие сладкие блюда, приготовленные по традиционным технологиям, имеют свойственные одноименным блюдам внешний вид, цвет, запах, вкус и консистенцию. Компоты состоят из жидкости (сиропа) и отварных фруктов, ягод и др., которые имеют свойственные для данных плодов или ягод цвет, вкус и запах в отварном виде. Сиропы – в меру сладкие, с приятным запахом и вкусом, с различными цветовыми оттенками.</p> <p>Готовые третьи блюда и другие сладкие блюда не должны иметь посторонних привкуса и запаха.</p>
Мучные блюда (блины, вареники, оладьи, пирожки с начинками печеные, ватрушки), изделия булочные	<p>Мучные блюда (блины, вареники, пирожки с начинками печеные, ватрушки), изделия булочные, приготовленные по традиционным технологиям, должны иметь свойственные одноименным блюдам и мучным изделиям внешний вид, цвет, запах, вкус, консистенцию.</p> <p>Готовые мучные блюда должны быть недеформированными, не пригоревшими. Начинка в пирожках, блинчиках и др. не должна выступать. Изделия из дрожжевого теста при слабом надавливании на них должны легко восстанавливать первоначальную форму, не должны быть черствыми, заветренными. Мучные блюда и булочные изделия не должны иметь посторонних привкуса и запаха.</p>
Готовые изделия промышленного производства, предназначенные для дошкольного и школьного питания	<p>Готовые изделия промышленного производства, предназначенные для дошкольного и школьного питания, должны соответствовать требованиям технических условий на них.</p> <p>В случае наличия индивидуальной упаковки – она не должна иметь повреждений, загрязнений и др.</p> <p>Готовые изделия промышленного производства не должны иметь посторонних привкуса и запаха, иметь признаки несвежести и другие, несвойственные им, органолептические показатели.</p>

Технологические карты

к примерному меню для организации питания детей в возрасте 3-7 лет, имеющих ограничения по потреблению продуктов питания, содержащих белок коровьего молока, посещающих дошкольные образовательные организации (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов) города
Москвы

Технологическая карта

Технологическая карта № 120532Д

Наименование изделия: **Азу из мяса отварного**

Номер рецептуры: № 120532

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденная или	82,23	81
Говядина крупный кусок замороженная	90	81
Масло растительное	3	3
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	10	10
или Лук репчатый свежий	11,9	10
Мука пшеничная	4	4
Томатная паста	2,8	2,8
Огурцы консервированные (без учета заливки)	5	5
Бульон мясной (или вода)	40	40
Соль	0,5	0,5
Чеснок	0,67	0,5
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
16,65	16,07	4,38	228,74	2,56

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. Подготовленную говядину нарезают на куски массой нетто 1-1,5 кг, заливают водой (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды), доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Отварное мясо охлаждают, нарезают брусочками (по 10-15 г). Лук репчатый очищенный шинкуют и припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла растительного. Огурцы соленые нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды. Из муки пшеничной просеянной, подсушенной и охлажденной, томат-пасты, припущенных огурцов соленых, лука припущенного и бульона (или воды) готовят соус. Отварное нарезанное мясо укладывают в посуду, соль (1/2 часть от рецептурной нормы), заливают приготовленным соусом и тушат при слабом кипении в закрытой посуде в течение 20-25 минут. За 5-10 минут до готовности добавляют мелко нарезанный чеснок. Отпускают азу вместе с соусом, в котором оно тушилось.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 210103Д

Наименование изделия: **Банан**

Номер рецептуры: № 210103

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Бананы свежие	142,86	100
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,50	0,50	21,00	94,50	10,00

Технология приготовления:

Бананы перед подачей тщательно промыть в проточной воде. Разрезание пополам плодов допускается только непосредственно перед подачей. При подаче не очищать.

Температура подачи: 20±5° С.

Срок реализации : не более 30 минут (если фрукты нарезаны)

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120611Д

Наименование изделия:

Биточки рубленные куриные

Номер рецептуры: № 120611

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
П/ф из птицы (курица) бескостные охлажденные	65,65	65
или П/ф из птицы (курица) бескостные замороженные	69,89	65
Хлеб из муки пшеничной	25	25
Вода	20	20
Соль	0,5	0,5
Масло растительное	2	2
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр. на 1 порцию; допускается готовое блюдо сразу полить соусом и прогреть.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
16,04	14,71	12,5	246,53	1,17

Технология приготовления:

Подготовленную мякоть птицы без кожи нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку. Измельченное мясо птицы соединяют с замоченным в воде хлебом пшеничным, добавляют соль, хорошо перемешивают пропускают через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу разделяют на биточки, выкладывают на противень, смазанный маслом растительным, запекают в жарочном шкафу с добавлением воды или в пароконвектомате при температуре 250-280 °С в течение 20-25 мин.

Отпускают биточки из мяса птицы с гарниром.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 110109Д

Наименование изделия: **Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне**

Номер рецептуры: № 110109

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	16	16
или Свекла столовая свежая	21,33	16
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	10	10
или Капуста белокочанная свежая	12,5	10
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	9	9
или Картофель свежий продовольственный	12,86	9
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4
или Морковь столовая свежая	5	4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4
или Лук репчатый свежий	4,76	4
Томатная паста	1,2	1,2
Масло растительное	1	1
Сахар-песок	1	1
Бульон и/или вода	80	80
Соль	0,2	0,2
Кислота лимонная	0,01	0,01
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,88	2,02	5,03	45,79	5,95

Технология приготовления:

Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда.

Примечание: Подготовленный картофель свежий очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Остальные очищенные овощи промывают в проточной воде не менее 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут. Подготовленную капусту белокочанную свежую шинкуют. Свеклу нарезают соломкой и тушат в закрытой посуде с добавлением томат-пасты, масла растительного (2/3 от рецептурной нормы), лимонной кислоты и небольшого количества бульона и/или воды. Подготовленный картофель нарезают брусочками. Нашинкованные морковь и лук репчатый припускают в масле растительном (1/3 от рецептурной нормы) с добавлением бульона и/или воды в течение 10 -15 минут. В кипящий бульон и/или воду закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель и варят 10-15 мин. Затем кладут свеклу тушеную, припущенные морковь, лук репчатый и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар-песок.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

110101Д

Наименование изделия:

Борщ с капустой и картофелем

Номер рецептуры: № 110101

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	16	16
или Свекла столовая свежая	21,33	16
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	10	10
или Капуста белокочанная свежая	12,5	10
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	9	9
или Картофель свежий продовольственный	12,86	9
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4
или Морковь столовая свежая	5	4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4
или Лук репчатый свежий	4,76	4
Томатная паста	1,2	1,2
Масло растительное	1	1
Сахар-песок	1	1
Бульон и/или вода	80	80
Соль	0,2	0,2
Кислота лимонная	0,01	0,01
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,77	1,07	5,18	33,42	6,64

Технология приготовления:

Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда.

Примечание: Подготовленный картофель свежий очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Остальные очищенные овощи промывают в проточной воде не менее 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут. Подготовленную капусту белокочанную свежую шинкуют. Свеклу нарезают соломкой и тушат в закрытой посуде с добавлением томат-пасты, масла растительного (2/3 от рецептурной нормы), лимонной кислоты и небольшого количества бульона и/или воды. Подготовленный картофель нарезают брусочками. Нашинкованные морковь и лук репчатый припускают в масле растительном (1/3 от рецептурной нормы) с добавлением бульона и/или воды в течение 10 -15 минут.

В кипящий бульон и/или воду закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель и варят 10-15 мин. Затем кладут свеклу тушеную, припущенные морковь, лук репчатый и варят до готовности.

За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар-песок.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

190102Д

Наименование изделия:

Булочка "Городская"

Номер рецептуры: № 190102

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука Пшеничная	57,2	57,2
Сахар-песок	5	5
Масло растительное	5	5
Вода	25	25
Яйцо*	7	7
Дрожжи сухие <i>или</i>	0,5	0,5
Дрожжи прессованные	2	2
Соль	0,25	0,25
Сахар-песок	3	3
Ванилин	0,03	0,03
Яйцо*	2	2
Масса полуфабриката:		105
Масло растительное д/смазки противня	0,3	0,3
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
7,38	7,09	48,08	285,64	0,00

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое готовят безопасным способом: в подготовленную емкость вливают подогретую до температуры 35-40°C воду, добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшим количеством муки), сахар, соль, предварительно подготовленные яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растительное масло, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят для брожения в помещении с температурой 35-40°C. 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.

Готовое тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой. Разделку теста производят вручную.

Из готового теста формируют шарики, укладывают их швом вниз на смазанные маслом растительным маслом кондитерские листы (противень), ставят для расстойки на 35-45 мин. Поверхность изделий смазывают яйцом, делают крестообразный надрез, посыпают сахаром-песком и выпекают в течение 10-15 минут при температуре 200-240°C. Готовое изделие охлаждают.

Температура подачи: 20 ±5°C

не более 16 часов с момента приготовления (при температуре хранения 4±2°C)

Срок реализации:

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

190113Д

Наименование изделия:

Булочка Домашняя

Номер рецептуры: № 190113

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука Пшеничная	64,17	64,17
Сахар-песок	18	18
Дрожжи сухие <i>или</i>	0,4	0,4
Дрожжи прессованные	1,6	1,6
Соль	0,6	0,6
Вода	20	20
Масло растительное	10	10
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,98	10,84	62,87	376,92	0

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое готовят безопасным способом: в подготовленную емкость вливают прокипяченную и остывшую до температуры 35-40°C воду добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшим количеством муки), сахар(2/3 от рецептурного количества), соль, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растительное масло, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят на 3-4 часа для брожения в помещении с температурой 35-40°C. 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.

Готовое тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой. Разделку теста производят вручную.

Из готового теста формируют шарики, укладывают их швом вниз на смазанные маслом растительным кондитерские листы (противень), ставят для расстойки на 30-40 мин. Поверхность изделий посыпают сахаром-песком(1/3 от рецептурного количества) и выпекают в течение 12-15 минут при температуре 230-240°C. Готовое изделие охлаждают.

Температура подачи: 20 ±5°C

не более 16 часов с момента приготовления(при температуре хранения 4±2°C)

Срок реализации:

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 190107Д

Наименование изделия: **Булочка "Любимая"**

Номер рецептуры: № 190107

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука Пшеничная	63,2	63,2
Вода	32	32
Яйцо*	10	10
Сахар-песок	5	5
Дрожжи сухие <i>или</i>	0,5	0,5
Дрожжи прессованные	2	2
Соль	0,25	0,25
Масло растительное	3	3
Масло растительное д/смазки противня	0,3	0,3
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,16	5,28	49,28	277,31	0

Технология приготовления:

Тесто готовят безопасным способом: в подготовленную емкость вливают прокипяченную и остывшую до температуры 35-40°C воду, добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшим количеством муки), сахар, соль, предварительно подготовленные яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растительное масло, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят для брожения в помещении с температурой 35-40°C. 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.

Готовое тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой. Разделку теста производят вручную.

Из готового теста формуют шарики, укладывают их швом вниз на смазанные маслом растительным маслом кондитерские листы (противень), ставят для расстойки на 40-50 мин. Поверхность изделий смазывают яйцом и выпекают в течение 10-15 минут при температуре 200-240°C. Готовое изделие охлаждают.

Температура подачи: 20 ±5°C

не более 16 часов с момента приготовления (при температуре хранения 4±2°C)

Срок реализации:

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

190104Д

Наименование изделия:

Булочка с изюмом

Номер рецептуры: № 190104

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука Пшеничная	52,2	52,2
Вода	35	35
Сахар-песок	4	4
Масло растительное	4	4
Яйцо*	7	7
Дрожжи сухие <i>или</i>	0,5	0,5
Дрожжи прессованные	2	2
Изюм	5,10	5
Соль	0,25	0,25
Яйцо*	2	2
Масса полуфабриката:		115
Масло растительное д/смазки противня	0,3	0,3
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,96	6,05	43,88	257,78	0

Технология приготовления:

Изюм перебирают, промывают и замачивают в кипятке. Тесто готовится безопасным способом: в подготовленную емкость вливают прокипяченную и остывшую до температуры 35-40°C воду, добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшим количеством муки), сахар, соль, предварительно подготовленное яйцо, подготовленный изюм, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растительное масло, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят для брожения в помещении с температурой 35-40°C. 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.

Готовое тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой. Разделку теста производят вручную.

Из готового теста формируют шарики, укладывают их швом вниз на смазанные маслом растительным, листы ставят для расстойки на 35-45 минут в теплое место. Поверхность изделий смазывают яйцом и выпекают в течение 15-20 минут при температуре 220-240°C. Готовое изделие охлаждают.

Температура подачи: 20±5°C

не более 16 часов с момента приготовления(при температуре хранения 4±2°C)

Срок реализации:

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

190301-1Д

Наименование изделия:

Ватрушка с повидлом

Номер рецептуры: № 190301-1

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука Пшеничная	45	45
Вода	20	20
Сахар-песок	5	5
Соль	0,33	0,33
Яйцо*	5	5
Дрожжи сухие <i>или</i>	0,5	0,5
Дрожжи прессованные	2	2
Масло растительное	2	2
Масса теста:	-	76
Повидло (джем)	34	34
Масса полуфабриката:	-	110
Масло растительное	0,3	0,3
Выход:	-	100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
5,56	3,47	58,97	289,34	0,54

Технология приготовления:

Тесто дрожжевое готовят безопасным способом: в подготовленную емкость вливают прокипяченную и остывшую до температуры 35-40°C воду, добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшой количеством муки), сахар, соль, предварительно подготовленные яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят масло растительное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят для брожения в помещении с температурой 35-40°C. 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.

Приготовленное дрожжевое тесто для ватрушек выкладывают на стол, посыпанный мукой, отрезают от него кусок массой 1–1,5 кг, закатывают в жгут и делят на куски, из которых формируют шарики. Укладывают шарики швом вниз на кондитерский лист (противень), смазанный маслом растительным, дают неполную расстойку, а затем делают в них углубление, которое заполняют джемом или повидлом. После полной расстойки края ватрушки смазывают яйцом. Ватрушки выпекают в течение 15-20 минут при температуре 220-240°C. Готовое изделие охлаждают.

Температура подачи: 20±5°C

не более 16 часов с момента приготовления(при температуре хранения 4±2°C)

Срок реализации:

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 100501Д

Наименование изделия: **Винегрет**

Номер рецептуры: № 100501

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат или Картофель свежий продовольственный	27,8 39,71	27,8 27,8
Свекла свежая очищенная полуфабрикат или Свекла столовая свежая	25,4 33,87	25,4 25,4
Кислота лимонная	0,05	0,05
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	10 12,5	10 10
Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки)	11,11	10
Горошек зеленый консервированный (без учета заливки)	10	10
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	10 11,9	10 10
Масло растительное	10	10
Соль	0,25	0,25
Кислота лимонная	0,01	0,01
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр. на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,60	10,19	9,10	134,45	8,32

Технология приготовления:

Примечание: Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают.

Остальные подготовленные овощи промывают в проточной воде в течение 5 мин. Овощи отваривают (при варке свеклы добавляют лимонную кислоту). Вареные охлажденные овощи очищают. Картофель, морковь, свеклу нарезают мелкими кубиками, огурцы консервированные (без уксуса) нарезают мелкими кубиками, лук репчатый шинкуют и бланшируют. Горошек зеленый консервированный проваривают в собственном отваре в течение 5 минут после закипания, дают стечь отвару и охлаждают до температуры 8-10°С. Подготовленные ингредиенты соединяют, добавляют соль, масло растительное и перемешивают непосредственно перед раздачей.

Температура подачи: не ниже +15°С

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 120509Д

Наименование изделия: **Говядина отварная**

Номер рецептуры: № 120509

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденная или	157,36	155
Говядина крупный кусок замороженная	172,22	155
Соль	0,5	0,5
Выход		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
28,83	24,80	0,00	338,52	0,00

Технология приготовления:

Подготовленное мясо промывают, зачищают, нарезают на куски массой от 1 до 1,5 кг, заливают водой (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды), закрывают крышкой, доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену и варят в течение 2-2,5 часов. За 15-20 мин до готовности мяса в бульон добавляют соль. Готовность мяса проверяют путем прокола куска мяса поварской вилкой. Готовое отварное мясо на разрезе должно иметь равномерный серый цвет.

Готовое отварное мясо нарезают поперек волокон на порции, нарезанные порционные куски мяса заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и подвергают вторичному кипячению в течение 5-7 мин. Порционное мясо отварное можно до отпуска хранить в бульоне при температуре 75 °С до раздачи не более 1 часа.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 1-го часа с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120542Д-1

Наименование изделия:

Голубцы

Номер рецептуры: № 298

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. В.Р.Кучмы, 2016г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденная	41,1	40,5
или Говядина крупный кусок замороженная	45	40,5
Капуста белокочанная очищенная (полуфабрикат)	65	65
или капуста белокочанная свежая	81,3	65
Крупа Рисовая	6	6
Лук репчатый очищенный (полуфабрикат)	9	9
или лук репчатый свежий	10,7	9
Соль	0,5	0,5
Масло растительное	8	8
Выход:	-	100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
9,25	14,62	8,47	202,42	20,4

Технология приготовления:

Рисовую крупу промывают. Подготовленный рис засыпают в кипящую подсоленную воду (из расчета 6 л воды на 1 кг риса) и отваривают при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, воду сливают. Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают.

У белокочанной капусты снимают 3-4 наружных листа и повторно промывают в течение 5 минут.

Белокочанную капусту шинкуют и припускают или варят на пару до полуготовности, охлаждают.

Подготовленный лук репчатый нарезают кубиком, пассеруют с добавлением масла растительного (часть от рецептурной нормы). Подготовленное мясо нарезают, пропускают через мясорубку, добавляют охлажденный пассерованный лук репчатый, отварную измельченную капусту, рис отварной, соль, хорошо перемешивают и выбивают. Из котлетной массы формируют голубцы, выкладывают в смазанную оставшейся частью масла растительного емкость, запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 °С в течение 15-20 минут или в пароконвектомате в режиме "жар-пар" при температуре 180°С в течение 10-12 минут до готовности.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов после приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

110111Д

Наименование изделия:

Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами

Номер рецептуры: № 110111

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Бульон (или вода)	90	90
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	22	22
или Капуста белокочанная свежая	27,5	22
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	10	10
или Картофель свежий продовольственный	14,29	10
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	5	5
или Морковь столовая свежая	6,25	5
Томатная паста	0,8	0,8
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	2	2
или Лук репчатый свежий	2,38	2
Масло растительное	1	1
Соль	0,2	0,2
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию.

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,94	1,07	3,33	30,7	8,41

Технология приготовления:

Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда.

Примечание: Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут.

Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Остальные очищенные овощи промывают проточной водой в течение 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут. Капусту белокочанную свежую нарезают тонкой соломкой. Подготовленный картофель нарезают тонкими дольками. Морковь, лук репчатый нарезают мелкой соломкой и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного в течение 10-15 минут, затем добавляют томат-пасту и припускают еще 5-7 минут.

В кипящий бульон (или воду) закладывают нарезанную капусту, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные овощи с томатной пастой и варят в течение 10-15 минут. Затем добавляют соль и варят до готовности.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № **100540Д**

Наименование изделия: **Горошек зеленый консервированный**

Номер рецептуры: № 937, 100540

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий: А.В.Румянцев.
М.:Издательство "Дело и Сервис", 2002, ТТК

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Горошек консервированный (без учета заливки)	100	100
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 г:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
3,10	0,20	6,50	40,00	10,00

Технология приготовления:

Горошек зеленый консервированный отваривают перед отпуском в собственном отваре в течение 5 минут после закипания, затем откидывают и дают стечь отвару.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 210104Д

Наименование изделия: **Груша**

Номер рецептуры: № 210104

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Груши свежие	100	100
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,40	0,30	10,30	45,50	5,00

Технология приготовления:

Груши перед подачей тщательно промыть в проточной воде. Допускается разрезать плод пополам только непосредственно перед подачей.

Температура подачи: 20±5° С.

Срок реализации : не более 30 минут (если фрукты нарезаны)

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120549Д

Наименование изделия:

Гуляш из отварного мяса

Номер рецептуры: № 120549

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденная или Говядина крупный кусок замороженная	82,23 90	81 81
Вода (для варки бульона)	250	250
Соль	1	1
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	3,8 4,52	3,8 3,8
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	3,8 4,75	3,8 3,8
Томатная паста	1,2	1,2
Масло растительное	2,3	2,3
Мука пшеничная	3,07	3,07
Бульон мясной (или вода)	47	47
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
16,19	15,31	2,95	214,34	1,11

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи промывают проточной водой в течение 5 минут. Подготовленное мясо нарезают на куски массой нетто 1-1,5 кг, заливают водой, доводят до кипения 90-110°C, снимают образовавшуюся на поверхности пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Готовое вареное мясо охлаждают и нарезают кубиками. Очищенные морковь и лук репчатый нарезают мелкой соломкой и припускают в небольшом количестве бульона (или воды) с добавлением масла растительного в течение 5-10 мин. Из просеянной, подсушенной, охлажденной муки пшеничной, томат-пасты и бульона (или воды) готовят соус.

Нарезанное кубиками вареное мясо укладывают в посуду, добавляют к нему припущенные морковь и лук репчатый, соль (1/2 часть от рецептурной нормы), заливают соусом, перемешивают и тушат в закрытой посуде при слабом кипении в течение 10-20 мин при температуре 100-120 °С.

Гуляш отпускают вместе с соусом, в котором он тушился.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**120601-1Д**

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Гуляш из отварной птицы

Номер рецептуры: № 120601-1

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
П/ф из птицы (курица) бескостные охлажденные или	60,61	60,0
П/ф из птицы (курица) бескостные замороженные	64,52	60,0
Вода(для варки бульона)	200	200
Масло растительное	1	1
Мука пшеничная	1,3	1,3
Томатная паста	2	2
Бульон из курицы	65	65
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	2	2
или Морковь столовая свежая	2,5	2
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	2	2
или Лук репчатый свежий	2,38	2
Соль	0,5	0,5
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 г

Белки (г):	Пищевая ценность			Витамин С, (мг.)
	Жиры (г):	Углеводы (г):	Энергетическая ценность (ккал):	
14,13	12,06	1,59	171,43	2,28

Технология приготовления:

Подготовленное филе птицы, промывают проточной водой, нарезают на куски, заливают водой и доводят до кипения 90-110°C, снимая с поверхности образовавшуюся пену. Далее варят до готовности при умеренном кипении. Бульон сливают, процеживают. Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут, нарезают кубиком и припускают.

Для приготовления соуса томатного: муку слегка подсушивают при температуре 150-160°C, периодически помешивая до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают до температуры 60-70°C. Добавляют бульон (или воду), вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся горячий бульон (или воду), масло растительное и варят при слабом кипении, помешивая, в течение 20-30 минут. Готовый соус соединяют с припущенными овощами вместе с томат- пастой и варят в течение 25-30 минут. В конце варки добавляют соль.

Отварное филе птицы заливают соусом, доводят до кипения и тушат при температуре 100-120°C в течение 7-10 минут. Отпускают готовое филе вместе с соусом, в котором оно тушилось.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 120252Д

Наименование изделия: **Запеканка капустная**

Номер рецептуры: № 165

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Москва, Дели плюс 2016г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная свежая	2,00	104,00
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	104,00	104,00
Масло растительное	6,50	6,50
Крупа манная	13,50	13,50
Яйца*	10,00	10,00
Сухари панировочные	53,00	3,50
Соль	0,50	0,50
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию.

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
4,97	8,07	17,03	160,63	31,2

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают.

У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, промывают.

Капусту мелко шинкуют и припускают с маслом растительным (часть от рецептурной нормы).

В припущенную капусту всыпают манную крупу, периодически помешивая, варят до готовности, после его охлаждают до 40-50°C, добавляют яйца, соль и перемешивают.

Капустную массу выкладывают ровным слоем на смазанный маслом растительным (часть от рецептурной нормы) и посыпанный сухарями противень, сверху запеканку смазывают оставшейся частью масла растительного и запекают.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120534Д

Наименование изделия:

**Запеканка картофельная с мясом
отварным**

Номер рецептуры: № 120534

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденная	40,6	40
или Говядина крупный кусок замороженная	44,44	40
Вода (для варки бульона)	200	200
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	90	90
или Картофель свежий продовольственный	128,57	90
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	10	10
или Лук репчатый свежий	11,9	10
Масло растительное	3	3
Сухари панировочные	3	3
Соль	1	1
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
9,76	9,94	17,67	199,13	10,00

Технология приготовления:

Примечание: Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают.

Подготовленную говядину нарезают на куски массой нетто от 1,0 до 1,5 кг, заливают водой, доводят до кипения 90-110°С, снимают образовавшуюся на поверхности пену, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности. За 15 мин до окончания варки добавляют соль (1/4 от рецептурной нормы). Отварное мясо охлаждают, нарезают на куски. Остальные очищенные овощи промывают проточной водой в течение 5 минут.

Подготовленный лук репчатый мелко шинкуют и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного.

Отварное мясо мелко измельчают вместе с луком репчатым припущенным, добавляют соль к фаршу (1/4 часть от рецептурной нормы).

Подготовленный картофель варят в воде подсоленной (1/2 часть соли от рецептурной нормы), воду сливают, картофель обсушивают и протирают горячим. Протертый картофель делят на две равные части. Одну часть кладут на смазанное маслом сливочным противень, разравнивают, кладут фарш, а на него оставшуюся часть картофеля. Толщина запеканки должна быть 4-6 см. После разравнивания изделие посыпают сухарями панировочными и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 220-280 °С в течение 20-25 мин. до образования на поверхности румяной корочки.

Готовую запеканку нарезают на порции.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 120545Д

Наименование изделия: **Запеканка картофельная с печенью**

Номер рецептуры: № 120545

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Печень говяжья замороженная	57,83	48
Картофель свежий очищенный полуфабрикат или Картофель свежий продовольственный	85	85
	121,43	85
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	10	10
	11,9	10
Масло растительное	3	3
Сухари панировочные	3	3
Соль	1	1
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
10,83	4,77	16,87	164,8	25,34

Технология приготовления:

Примечание: Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Печень размораживают и промывают. Из печени тщательно вырезают сосудистый пучок, желчные протоки, удаляют пленку. Печень нарезают кусочками, заливают кипятком 90-110°С и припускают в небольшом количестве воды в течение 5 мин при помешивании. Воду сливают, печень охлаждают.

Очищенный лук промывают под проточной водой в течение 5 минут. Подготовленный лук репчатый мелко шинкуют и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла. Печень говяжью припущенную мелко измельчают вместе с луком репчатым припущенным, добавляют соль к фаршу с печенью (1/2 часть от рецептурной нормы).

Подготовленный картофель варят в воде подсоленной (1/2 часть соли от рецептурной нормы), воду сливают, картофель обсушивают и протирают горячим. Протертый картофель делят на две равные части. Одну часть кладут на смазанные маслом противень или сковороду, разравнивают, кладут фарш, а на него оставшуюся часть картофеля. Толщина запеканки должна быть 3-4 см. После разравнивания изделие посыпают сухарями панировочными, сбрызгивают маслом и запекают в течение 20-30 мин при температуре 220-280°С до готовности и образования на поверхности румяной корочки.

Готовую запеканку нарезают на порции.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 130223Д
 Наименование изделия: **Запеканка овощная**

Номер рецептуры: № 130223

Наименование сборника рецептур: Сборником рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1983г

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Горошек зеленый консервированный (без учета заливки)	15,00	15,00
Картофель свежий продовольственный	73,57	51,50
или Картофель очищенный	51,50	51,50
Капуста белокочанная свежая	24,38	19,50
или Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	19,50	19,50
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	16,50	16,50
или Морковь столовая свежая продовольственная	20,63	16,50
Лук репчатый очищенный	10,00	10,00
или Лук репчатый свежий	11,90	10,00
Яйцо*	12,00	12,00
Крупа манная	5,00	5,00
Сухари панировочные	5,00	5,00
Масло растительное	0,50	0,50
Вода (для припускания овощей)	145,00	145,00
Соль	0,50	0,50
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,86	2,49	19,48	119,82	14,33

Технология приготовления:

Примечание: Подготовленный картофель свежий очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Морковь сортируют, моют, очищают и снова моют под проточной водой. У капусты удаляют 3-4 наружных листа и моют. Лук репчатый сортируют, моют, очищают и промывают под проточной водой. Нарезанные соломкой и припущенные отдельно морковь, капусту и лук соединяют, всыпают манную крупу и проваривают до загустения. Овощную массу смешивают с протертым вареным картофелем, зеленым горошком, охлаждают, добавляют яйца, соль, выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями (часть от рецептурной нормы) противень (гастроёмкость), посыпают оставшимися сухарями и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате в режиме "жар" при температуре 180 °С в течение 15-25 минут до образования на поверхности румяной корочки.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 120242Д

Наименование изделия: **Запеканка пшеничная**

Номер рецептуры: № 120242

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях , Москва , Дели плюс 2016г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа Пшено шлифованное	26,0	26,0
Вода	84,0	84,0
Соль	0,5	0,5
Сахар-песок	4,0	4,0
Яйцо*	5,5	5,5
Масло растительное	2,0	2,0
Сухари панировочные	2,0	2,0
Выход	100	100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
3,94	3,6	22,77	139,22	0

Технология приготовления:

Крупу тщательно перебирают и промывают. Подготовленную крупу, всыпают при помешивании в кипящую воду, добавляют соль, сахар и варят при непрерывном помешивании, до готовности. Готовую вязкую кашу охлаждают до температуры 60-70°C добавляют в нее сырые яйца и выкладывают ровным слоем на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень и запекают 20-30 минут в духовом шкафу при температуре 220-280 °С или в параконвектомате в режиме "жар-пар" при температуре 180°C в течении 15-20 минут, до готовности.

Температура подачи: 60- 65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 120239Д
Наименование изделия: **Запеканка со свежими плодами**
Номер рецептуры: № 120239

Наименование сборника рецептур: Сборником рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1983г

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа пшено	22,4	22,4
Вода (на кашу пшенную)	72	72
Соль	0,3	0,3
Сахар-песок	4	4
Яйцо*	3	3
Масло растительное	2	2
Сухари панировочные	2	2
Яблоки свежие	20,81	18
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,28	3,26	22,13	130,98	1,8

Технология приготовления:

Подготовленное пшено засыпают в кипящую воду, добавляют соль, сахар и варят при непрерывном помешивании, до готовности. Готовую вязкую кашу охлаждают до температуры 60-70°C, соединяют с яичной смесью, перемешивают и выкладывают ровным слоем на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, сверху выкладывают яблоки, предварительно вымытые и нарезанные мелкими кубиками или дольками и запекают 20-30 минут в духовом шкафу при температуре 220-280 °С или в параконвектомате в режиме "жар-пар" при температуре 180°C в течении 15-20 минут, до готовности.

Температура подачи: 60- 65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

130401Д

Наименование изделия:

Изделия макаронные отварные

Номер рецептуры: № 130401

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макароны гр.А <фигурные>	33,3	33,3
Соль	1	1
Масло растительное	3	3
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
3,66	3,43	23,48	139,43	0,00

Технология приготовления:

Перед варкой длинные макароны ломают на части. Варят изделия макаронные в большом количестве кипящей подсоленной воды 90-110°C (в соотношении 1:6) без последующей промывки, в течение 15 - 30 мин. Сваренные изделия макаронные откидывают, кладут после стекания воды в емкость и заправляют растительным маслом.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № **120517-1Д**

Наименование изделия: **Капуста, тушенная с мясом**

Номер рецептуры: № 120517-1

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокачанная очищенная полуфабрикат	78	78
Капуста белокачанная свежая	97,5	78
Вода	15	15
Масло растительное	3	3
Морковь столовая свежая	5,63	4,5
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4,5	4,5
полуфабрикат или Лук репчатый свежий	4,5	4,5
Лук репчатый свежий	5,36	4,5
Томатная паста	2	2
Соль	0,6	0,6
Сахар-песок	2,2	2,2
Говядина крупный кусок охлажденная или Говядина крупный кусок замороженная	7,07 7,78	7 7
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр. на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,92	4,21	6,92	77,26	24,98

Технология приготовления:

Очищенные овощи промывают в проточной воде в течении 5 минут. Подготовленное мясо нарезают на куски массой нетто 1-1,5 кг, заливают водой, доводят до кипения 90-110°C, снимают образовавшуюся на поверхности пену, добавляют соль (1/2 часть от рецептурной нормы), варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности. Готовое вареное мясо охлаждают и нарезают кубиками. У белокачанной капусты снимают 3-4 наружных листа и промывают проточной водой в течение 5 минут. Капусту белокачанную нарезают соломкой, кладут в котел слоем не более 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), томатную пасту, припущенную с маслом растительным, и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Подготовленные морковь и лук нарезают соломкой и припускают.

Затем добавляют к капусте вареное и нарезанное кубиками мясо, припущенные овощи, и тушат при температуре 100-120°C в течение 20-25 мин до готовности.

За 5 минут до готовности капусту заправляют сахаром и солью.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента изготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 130201Д

Наименование изделия: **Капуста тушеная**

Номер рецептуры: № 130201

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат <i>или</i> Капуста белокочанная свежая	100 125	100 100
Масло растительное	4	4
Томатная паста	2	2
Морковь столовая очищенная полуфабрикат <i>или</i> Морковь столовая свежая	10 12,5	10 10
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат <i>или</i> Лук репчатый свежий	8 9,52	8 8
Соль	0,25	0,25
Сахар-песок	1	1
Вода	28	28
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,14	4,12	7,43	75,35	32,20

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. У белокочанной капусты снимают 3-4 наружных листа и повторно промывают проточной водой в течение 5 минут. Нарезанную соломкой капусту кладут в котел, добавляют воду и тушат при периодическом помешивании до полуготовности при температуре 90-110°C.

Подготовленные морковь, лук репчатый нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного и томатной пасты в течение 10-15 мин, затем их добавляют к капусте и тушат при температуре 100-120°C до готовности. За 5 мин до готовности к капусте добавляют соль, сахар-песок и вновь доводят до кипения.

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

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

130106Д

Наименование изделия:

Картофель отварной, запеченный с растительным маслом

Номер рецептуры: № 130105

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный или Картофель свежий продовольственный	112,7	112,7
Масло растительное	3	3
Соль	0,25	0,25
Выход:	-	100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
2,25	3,45	18,37	113,53	11,27

Технология приготовления:

Примечание: Подготовленный картофель свежий, очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Подготовленный картофель кладут в кипящую подсоленную воду 90-110°С. Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля. Картофель варят в течение 25-30 мин до готовности. Воду сливают, картофель режется дольками, выкладывается на противень, поливается растительным маслом и запекается в течение 8-10 минут при температуре 220-280°С.

Температура подачи:

60-65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

130103Д

Наименование изделия:

Картофель отварной

Номер рецептуры: № 130103

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	104	104
или Картофель свежий продовольственный	148,57	104
Масло растительное	2	2
Соль	0,5	0,5
Выход:	-	100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,08	2,41	16,95	97,85	10,4

Технология приготовления:

Примечание: Подготовленный картофель свежий, очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Подготовленный картофель кладут в кипящую подсоленную воду 90-110°C. Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля. Картофель варят в течение 25-30 мин до готовности. Воду сливают, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 2-3 мин на поверхности с минимальным нагревом. При варке картофеля рассыпчатого воду следует сливать, примерно, через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром образующемся в котле.

Варить картофель следует небольшими партиями по мере спроса. Картофель солят и заправляют растительным маслом.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 120221Д

Наименование изделия: **Каша гречневая вязкая**

Номер рецептуры: № 255

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов,рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа Гречневая	33,3	33,3
Сахар-песок	3	3
Вода	102	102
Соль	0,25	0,25
Масло растительное	7,5	7,5
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
4,20	8,59	22,01	182,15	0

Технология приготовления:

Перед варкой крупу перебирают и промывают.

Крупу засыпают в кипящую воду, удаляют всплывшие пустотелые зерна. За 5-7 мин до готовности добавляют сахар, соль, масло растительное и тщательно перемешивают.

Температура подачи: 60- 65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120260Д

Наименование изделия:

Каша вязкая с изюмом

Номер рецептуры: № 263

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания Под ред. С.В. Могильного, 2013

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	19,5	19,5
Вода	72	72,0
Изюм	12,5	12,5
Сахар	2,5	2,5
Соль	0,5	0,5
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,65	0,26	25,93	112,66	0

Технология приготовления:

Перед варкой крупу перебирают и промывают.

Изюм промывают, замачивают в воде до набухания. После этого отвар изюма сливают, добавляют в него необходимое количество воды, соль, сахар и варят кашу. За 5 минут до готовности в кашу кладут изюм.

Температура подачи:

не ниже 60- 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

130309Д

Наименование изделия:

Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры: № 130309

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа Гречневая	33,3	33,3
Вода	67,5	67,5
Соль	0,25	0,25
Масло растительное	3	3
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
4,20	4,10	19,01	129,70	0,00

Технология приготовления:

Крупу гречневую промывают в теплой воде. Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую воду 90-110°C. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения и дают каше упреть, за это время она приобретает своеобразный приятный запах и цвет.

Для упревания каши гречневой из ядрицы быстрорастворивающейся требуется 1-1,5 часа. Кашу гречневую заправляют растительным маслом.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120205Д

Наименование изделия:

Каша манная

Номер рецептуры: №255

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа Манная	15,4	15,4
Сахар-песок	3	3
Вода	96	96
Соль	0,25	0,25
Масло растительное	7,5	7,5
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,59	7,65	13,87	130,64	0

Технология приготовления:

Крупу манную не промывают, просеивают, засыпают в кипящую воду 90-110°C, добавляют соль, сахар, масло растительное и варят при непрерывном помешивании в течение 20 мин.

Температура подачи:

60- 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120224Д

Наименование изделия:

Каша из хлопьев овсяных

Номер рецептуры: № 255

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Геркулес	15,4	15,4
Соль	0,25	0,25
Вода	88	88
Сахар-песок	3	3
Масло растительное	7,5	7,5
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,89	8,45	12,51	133,66	0

Технология приготовления:

Хлопья овсяные не промывают, просеивают и перебирают, засыпают в кипящую воду, добавляют соль, масло растительное и варят при периодическом помешивании до готовности.

Каши жидкие молочные отпускают с сахаром-песком (допускается сахар-песок добавлять в кашу при варке).

Температура подачи: 60- 65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120244Д

Наименование изделия:

Каша кукурузная жидкая

Номер рецептуры: № 271

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа кукурузная	20,83	20,83
Вода	83,33	83,33
Сахар-песок	2,6	2,6
Масло растительное	7,5	7,5
Соль	0,3	0,3
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,73	7,74	17,39	146,17	0

Технология приготовления:

Перед варкой каши крупу просеивают и перебирают. В кипящую воду всыпают подготовленную кукурузную крупу и варят, периодически помешивая, до мягкости крупы. После этого добавляют соль, сахар и масло растительное, продолжают варку до готовности.

Температура подачи:

60- 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120201Д

Наименование изделия:

Каша пшеница

Номер рецептуры: № 255

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сахар-песок	2,5	2,5
Крупа Пшено шлифованное	23,8	23,8
Вода	78	78
Масло растительное	7,5	7,5
Соль	0,3	0,3
Выход:		100

Химический состав данного блюда: 100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,74	8,28	18,32	158,75	0

Технология приготовления:

Перед варкой крупу перебирают и промывают теплой, а потом горячей водой. Крупу пшеничную варят в кипящей воде 90-110°C в течение 10 мин, затем добавляют соль, сахар-песок, масло растительное и варят кашу до готовности.

Температура подачи:

60- 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 120225-2Д

Наименование изделия: **Каша вязкая рисовая с курагой**

Номер рецептуры: № 262

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания Под ред. С.В. Могильного, 2013

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	18	18
Вода	66	66
Курага	15	15
Сахар	9	9
Соль	0,5	0,5
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,04	0,23	30,68	132,91	0,6

Технология приготовления:

Перед варкой крупу промывают. Подготовленную крупу рисовую всыпают в кипящую воду, добавляют соль, сахар и варят до готовности.

Курагу промывают, замачивают в воде до набухания. Подготовленную курагу нарезают, добавляют в кашу за 5 - 10 минут до готовности, перемешивают.

Температура подачи: не ниже 60- 65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 120225-1Д

Наименование изделия: **Каша вязкая рисовая с черносливом**

Номер рецептуры: № 260

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания Под ред. С.В. Могильного, 2013

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	18	18
Вода	66,5	66,5
Чернослив	15	15
Сахар	2	2
Соль	0,5	0,5
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,61	0,29	25,04	109,14	0,45

Технология приготовления:

Перед варкой крупу перебирают и промывают.

Чернослив отваривают в воде и дают ему после варки полностью набухнуть. После этого отвар чернослива сливают, добавляют в него необходимое количество воды, соль, сахар и варят кашу. За 5 минут до готовности в кашу кладут чернослив.

Температура подачи: не ниже 60- 65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120245Д

Наименование изделия:

Каша ячневая

Номер рецептуры: № 255

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа ячневая	23,125	23,125
Вода	85,42	85,42
Сахар-песок	2,6	2,6
Масло растительное	7,5	7,5
Соль	0,3	0,3
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,31	7,79	17,72	150,27	0

Технология приготовления:

В кипящую воду всыпают подготовленную ячневую крупу и варят, периодически помешивая, до мягкости крупы. После этого добавляют сахар, соль и масло растительное и продолжают варку до готовности.

Температура подачи: не ниже 60- 65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 160228Д

Наименование изделия: **Кисель абрикосовый**

Номер рецептуры: № 160228

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	110	110
Повидло абрикосовое (или джем, или варенье)	12	12
Крахмал картофельный	2,5	2,5
Сахар-песок	4	4
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,000	0,00	13,37	53,47	0,29

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, а при использовании варенья протирают плоды или ягоды (если варенье с косточками-косточки удаляют). Добавляют сахар, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160219Д

Наименование изделия: **Кисель абрикосовый**

Номер рецептуры: № 160219

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	120	120
Курага	5	5
Крахмал картофельный	2,5	2,5
Сахар-песок	5	5
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,26	0,02	9,60	39,57	0,20

Технология приготовления:

Курагу перебирают и тщательно промывают под проточной водой, заливают горячей водой (1/3 от рецептурной нормы) и проваривают при слабом кипении 90-110°C 10-15 минут, протирают. Воду (2/3 от рецептурной нормы) доводят до кипения 90-110°C, добавляют сахар-песок, соединяют с протертой курагой и при помешивании вливают разведенный крахмал, доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160221Д

Наименование изделия: **Кисель вишневый**

Номер рецептуры: № 160225

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	120	120
Повидло вишневое (или джем, или варенье)	12	12
Крахмал картофельный	2,5	2,5
Сахар-песок	4	4
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,00	0,00	13,37	53,47	0

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, а при использовании варенья протирают плоды или ягоды (если варенье с косточками-косточки удаляют). Добавляют сахар, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160225Д

Наименование изделия: **Кисель вишневый**

Номер рецептуры: № 160225

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	120	120
Вишня б/з	8	8
Крахмал картофельный	3,5	3,5
Сахар-песок	5	5
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,07	0,02	8,71	35,27	1,2

Технология приготовления:

Ягоды размораживают, протирают, откидывают, отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, проваривают при слабом кипении 90-110°C 10-15 минут, процеживают. Часть отвара охлаждают и используют для разведения крахмала. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают разведенный крахмал, вливают охлажденный сок и доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160203-1Д

Наименование изделия: **Кисель из клюквы быстрозамороженной**

Номер рецептуры: № 160203-1

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	105	105
Клюква б/з	5	5
Крахмал картофельный	3,5	3,5
Сахар-песок	9	9
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,03	0,01	12,05	48,39	0,75

Технология приготовления:

Ягоды размораживают, протирают, откидывают, отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, проваривают при слабом кипении 90-110°C 10-15 минут, процеживают. Часть отвара охлаждают и используют для разведения крахмала. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают разведенный крахмал, вливают охлажденный сок и доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160203Д

Наименование изделия: **Кисель из смородины**

Номер рецептуры: № 160203

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	105	105
Смородина б/з	5	5
Крахмал картофельный	3,5	3,5
Сахар-песок	9	9
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,05	0,02	12,23	49,3	5

Технология приготовления:

Ягоды размораживают, протирают, откидывают, отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, проваривают при слабом кипении 90-110°C 10-15 минут, процеживают. Часть отвара охлаждают и используют для разведения крахмала. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают разведенный крахмал, вливают охлажденный сок и доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160220Д

Наименование изделия: **Кисель из смородины**

Номер рецептуры: №160220

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	110	110
Повидло смородина (или джем, или варенье)	12	12
Крахмал картофельный	3,5	3,5
Сахар-песок	4	4
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,07	0,01	14,79	59,58	4,8

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, а при использовании варенья протирают плоды или ягоды. Добавляют сахар, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160218Д

Наименование изделия: **Кисель яблочный (повидло)**

Номер рецептуры: № 160218

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях 2012,

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	110	110
Повидло	12	12
Крахмал картофельный	2,5	2,5
Сахар-песок	4	4
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,05	0,00	13,85	55,59	0,06

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, затем процеживают с одновременным протираем плодов или ягод (при использовании варенья). Добавляют сахар, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения.

Температура подачи: не ниже 15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160224Д
Наименование изделия: **Кисель яблочный (яблоко)**

Номер рецептуры: № 160224

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	95	95
Яблоки свежие	18,48	17
Крахмал картофельный	3,5	3,5
Кислота лимонная	0,01	0,01
Сахар-песок	10	10
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,07	0,07	14,53	59	1,7

Технология приготовления:

Яблоки промыть, не очищая от кожицы, с помощью выемки удалить семенные гнезда, нарезать, залить горячей водой и варить в закрытой посуде до готовности.

Яблоки протереть, соединить с отваром, в котором они варились, добавить сахар, лимонную кислоту, довести до кипения, ввести подготовленный крахмал и вновь довести до кипения.

Крахмал подготовить следующим образом: крахмал развести холодным отваром и процедить.

Температура подачи: 20±5°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120406Д

Наименование изделия:

Кнели рыбные

Номер рецептуры: № 287

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна, 2016.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Филе трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное	89,47	85
Вода	30	30
Хлеб пшеничный	9	9
Соль	0,5	0,5
Яйцо*	4	4
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
14,83	1,24	4,53	88,58	0,85

Технология приготовления:

Филе рыбное без костей размораживают, промывают, нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде хлебом, солью, вводят охлажденные яичные белки и взбивают. Кнельную массу разделяют на кнели и припускают 10 - 15 минут.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 160208Д

Наименование изделия: **Компот из плодов свежих (Груши)**

Номер рецептуры: № 160209

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Груши свежие	16,67	15
Сахар-песок	10	10
Вода	90	90
Кислота лимонная	0,05	0,05
Выход:		100

Химический состав данного блюда: 100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,06	0,05	11,54	46,79	0,75

Технология приготовления:

Груши тщательно промывают, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. В кипящую воду закладывают сахар, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. В горячую воду с сахаром закладывают нарезанные груши и варят при слабом кипении в течение 5 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпускать с вареными плодами.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160209Д
Наименование изделия: **Компот из плодов свежих (яблоки)**

Номер рецептуры: № 160209

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки свежие	17,34	15
Сахар-песок	10	10
Вода	90	90
Кислота лимонная	0,05	0,05
Выход:		100

Химический состав данного блюда:100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,06	0,06	11,46	46,62	1,50

Технология приготовления:

Яблоки тщательно промывают, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. В кипящую воду закладывают сахар, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. В горячую воду с сахаром закладывают нарезанные яблоки и варят при слабом кипении в течение 5 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпускать с вареными плодами.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160215Д
Наименование изделия: **Компот из плодов сухих (чернослив)**

Номер рецептуры: № 160215

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чернослив	8	8
Сахар-песок	5	5
Вода	100	100
Кислота лимонная	0,05	0,05
Выход:	-	100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,18	0,06	9,8	40,42	0,24

Технология приготовления:

Чернослив перебирают и тщательно промывают под проточной водой. Подготовленный , чернослив заливают горячей водой, доводят до кипения 90-110°C, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности в течение 20 минут. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпускать с вареными плодами.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160209-2Д

Наименование изделия: **Компот из плодов сухих**

Номер рецептуры: № 160209-2

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Изюм	6,12	6
Чернослив	2	2
Сахар-песок	7,5	7,5
Вода	90	90
Кислота лимонная	0,1	0,1
Выход:	-	100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,18	0,04	12,64	51,69	0,06

Технология приготовления:

Изюм, чернослив перебирают и тщательно промывают под проточной водой. Подготовленный изюм, чернослив заливают горячей водой, доводят до кипения 90-110°C, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности в течение 20 минут. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпустить с вареными плодами.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120535Д

Наименование изделия:

**Котлеты мясные рубленые собственного
производства, запеченные с соусом
томатным**

Номер рецептуры: № 120535

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденное	45,68	45
или Говядина крупный кусок замороженное	50	45
Хлеб пшеничный	17	17
Вода	20	20
Соль	0,5	0,5
Для соуса:		
Вода или бульон	24,5	24,5
Масло растительное	0,88	0,88
Мука Пшеничная	1,05	1,05
Лук репчатый свежий	1,67	1,4
или Лук репчатый очищенный полуфабрикат	1,4	1,4
Морковь столовая свежая	1,75	1,4
или Морковь очищенная полуфабрикат	1,4	1,4
Томат-паста	8,75	8,75
Сахар-песок	0,35	0,35
Соль	0,09	0,09
Масло растительное	0,35	0,35
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
9,88	8,60	9,45	154,72	0,21

Технология приготовления:

Подготовленное мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в воде, добавляют соль, тщательно перемешивают и формируют котлеты непанированные, которые укладывают на противень, предварительно смазанный маслом растительным. В середине по длине котлеты делают углубление, заполняют его густым соусом и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 250-280 °С в течение 20-25 мин.

Для приготовления соуса томатного: очищенные морковь, лук репчатый нарезают мелкой соломкой и припускают в небольшом количестве воды в течение 10-15 минут, затем вводят томат-пасту и при слабом кипении припускают еще 10-15 минут. Муку пшеничную просеивают, подсушивают, периодически помешивая, до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают и разводят теплой водой в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящую воду, затем добавляют припущенные с томат-пастой овощи и при слабом кипении варят в течение 45 - 60 минут. В конце варки добавляют соль, сахар-песок. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

130108Д

Наименование изделия:

Котлеты картофельные

Номер рецептуры: № 150

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания Под ред. С.В. Могильного, 2013

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	106,7	106,7
<i>или</i> картофель свежий продовольственный	152,43	106,7
Яйцо*	4	4
Мука Пшеничная	6,7	6,7
Соль	0,25	0,25
Масло растительное	2	2
Выход:	-	100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
3,37	2,97	22,1	128,62	10,67

Технология приготовления:

Картофель сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают. Допускается картофель свежий очищенный полуфабрикат, поместить в кипящую воду и прокипятить в течении 5-7 минут. Подготовленный картофель отваривают до готовности, протирают, охлаждают, добавляют яйцо, соль и перемешивают. Из приготовленной картофельной массы формируют котлеты, панируют в муке, укладывают на смазанный маслом растительным противень и выпекают в жарочном шкафу в течение 15-20 минут до готовности.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120613Д

Наименование изделия:

Котлеты рубленые из птицы

Номер рецептуры: № 120613

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
П/ф из птицы (цыплята) бескостные охлажденные	60,61	60
или П/ф из птицы (цыплята) бескостные замороженные	64,52	60
Хлеб пшеничный	25	25
Вода	30	30
Соль	0,9	0,9
Масло растительное	3	3
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
14,96	14,79	12,5	242,92	1,08

Технология приготовления:

Подготовленную мякоть птицы пропускают через мясорубку. Измельченное мясо птицы соединяют с замоченным в воде хлебом пшеничным, добавляют соль, хорошо перемешивают и выбивают. Готовую котлетную массу разделяют на котлеты, укладывают на предварительно смазанный маслом противень и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 150-180 °С в течение 20-25 мин. Готовность изделий проверяется выделением безцветного сока.

Температура подачи:

60-65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120401Д

Наименование изделия:

Котлеты рубленые из фарша рыбного

Номер рецептуры: № 120401

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Филе трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное	80	76
Вода	10	10
Хлеб пшеничный	15	15
Яйцо*	2	2
Соль	0,5	0,5
Масса фарша:		103
Сухари панировочные	10	10
Масса полуфабриката:		113
Масло растительное	2	2
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
15,16	3,99	15,23	157,54	0,82

Технология приготовления:

Филе рыбное без костей размораживают, промывают, дают стечь воде, нарезают на куски пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде хлебом пшеничным, добавляют соль, предварительно подготовленное яйцо, тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты, панируют в сухарях и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате в смазанной маслом растительным емкости при температуре 250-280°С в течение 20-25 мин. до готовности. Допускается готовое блюдо полить соусом и прогреть.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № **120213-1Д**
Наименование изделия: **Макаронны, запеченные с яйцом**
Номер рецептуры: № 120213-1

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания: А.С.Ратушный. М: Экономика, 1983

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макаронны гр.А <фигурные>	26	26
Масло растительное	2	2
Яйцо*	15	15
Вода	19	19
Соль	0,6	0,6
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
4,77	4,06	18,44	129,35	0

Технология приготовления:

Макаронны закладывают в кипящую подсоленную воду 90-110°C (в соотношении 1:6) без последующей промывки, варят 20-30 минут, откидывают, перемешивают с маслом растительным(1/2 часть от рецептурной нормы). Подготовленные яйца смешивают с холодной водой и солят. Яичной смесью заливают вареные, заправленные маслом макаронны, кладут слоем толщиной 4-6 см на противень, смазанный растительным маслом, и запекают в жарочном шкафу, духовом шкафу или пароконвектомате при температуре 220-280°C в течение 8-10 минут.

Температура подачи: 60- 65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160233Д

Наименование изделия: **Напиток абрикосовый**

Номер рецептуры: № 160233

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	110	110
Повидло абрикосовое (или джем, или варенье)	12	12
Сахар-песок	3	3
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,00	0,00	10,32	41,27	0,29

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, а при использовании варенья протирают плоды или ягоды (если варенье с косточками-косточки удаляют). Добавляют сахар, доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

160210Д

Наименование изделия:

Напиток абрикосовый

Номер рецептуры: № 160210

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	100	100
Курага	5,1	5
Кислота лимонная	0,01	0,01
Сахар-песок	8	8
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,26	0,02	10,54	43,34	0,20

Технология приготовления:

Курагу перебирают и тщательно промывают под проточной водой, заливают горячей водой (1/3 от рецептурной нормы) и проваривают при слабом кипении 90-110°C 10-15 минут, протирают. Воду (2/3 от рецептурной нормы) доводят до кипения 90-110°C, добавляют сахар-песок, лимонную кислоту, соединяют с протертой курагой, доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи:

не ниже +15°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог:

Технологическая карта

Технологическая карта № 160238Д

Наименование изделия: **Напиток витаминный**

Номер рецептуры: № 160238

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Шиповник (сухой)	4	4
Сахар-песок	10	10
Вода	90	90
Изюм	4,08	4
Выход:		100

Химический состав данного блюда:100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,23	0,08	14,55	59,81	26,00

Технология приготовления:

Плоды шиповника и изюма тщательно промывают проточной холодной водой, заливают кипятком и варят в закрытой посуде при слабом кипении 5-10 минут. Отвар настаивают. После этого отвар процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждают до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160231Д

Наименование изделия: **Напиток вишневый**

Номер рецептуры: № 160231

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Повидло вишня (или джем, или варенье)	12	12
Сахар-песок	3	3
Вода	95	95
Выход:		100

Химический состав данного блюда: 100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,00	0,00	10,32	41,27	0

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, а при использовании варенья протирают плоды или ягоды (если варенье с косточками-косточки удаляют). Добавляют сахар, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160204Д

Наименование изделия: **Напиток вишневый**

Номер рецептуры: № 160204

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вишня б/з	6	6
Сахар-песок	8	8
Вода	100	100
Выход:		100

Химический состав данного блюда:100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,05	0,01	8,63	34,81	0,90

Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают сахар, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. В горячую воду с сахаром закладывают вишню не размораживая и варят при слабом кипении 5 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи. Допускается отпускать с вареными ягодами.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160242Д

Наименование изделия: **Напиток из плодов сухих (изюм)**

Номер рецептуры: № 160242

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кислота лимонная	0,01	0,01
Сахар-песок	7	7
Вода	105	105
Изюм	6,12	6
Выход:		100

Химический состав данного блюда:100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,14	0,03	10,94	44,59	0,00

Технология приготовления:

Изюм тщательно промывают проточной холодной водой, заливают кипятком и варят в закрытой посуде при слабом кипении 5-10 минут. После этого напиток процеживают, добавляют сахар, лимонную кислоту, доводят до кипения и охлаждают до температуры подачи. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160229Д
Наименование изделия: **Напиток смородина**

Номер рецептуры: № 160229

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Повидло смородина (или джем, или варенье)	12	12
Сахар-песок	3	3
Вода	95	95
Выход:		100

Химический состав данного блюда:100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,07	0,01	11,75	47,38	4,80

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, а при использовании варенья протирают плоды или ягоды (если варенье с косточками-косточки удаляют). Добавляют сахар, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160207Д
Наименование изделия: **Напиток смородина**

Номер рецептуры: № 160207

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Смородина черная б/з	6	6
Сахар-песок	8	8
Вода	90	90
Выход:		100

Химический состав данного блюда: 100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,06	0,02	8,43	34,18	6,00

Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают сахар, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. В горячую воду с сахаром закладывают смородину не размораживая и варят при слабом кипении 5 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи. Допускается отпускать с вареными ягодами.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160230Д
Наименование изделия: **Напиток яблочный**

Номер рецептуры: № 160230

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Повидло яблочное (или джем, или варенье)	12	12
Сахар-песок	3	3
Вода	110	110
Выход:		100

Химический состав данного блюда: 100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,05	0,00	10,8	43,38	0,06

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, затем процеживают, а при использовании варенья одновременно процеживают и протирают плоды. В кипящую воду закладывают сахар, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 160217Д
Наименование изделия: **Напиток яблочный**

Номер рецептуры: № 160217

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки свежие	7,61	7
Сахар-песок	10	10
Вода	90	90
Кислота лимонная	0,01	0,01
Выход:		100

Химический состав данного блюда:100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,03	0,03	10,68	43,07	0,70

Технология приготовления:

Яблоки тщательно промывают, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. В кипящую воду закладывают сахар, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. В горячую воду с сахаром закладывают нарезанные яблоки и варят при слабом кипении в течение 5 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпускать с вареными плодами.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 13011Д

Наименование изделия: **Овощи запеченные**

Номер рецептуры: № 130111

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 1983г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий продовольственный	161,00	112,70
или Картофель очищенный полуфабрикат	112,70	112,70
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	5,00	5,00
или Лук репчатый свежий	5,95	5,00
Масло растительное	3,00	3,00
Соль	0,30	0,30
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
2,32	3,46	18,78	115,54	11,76

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий, очищают и промывают в проточной воде в течении 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 минут. Отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Картофель нарезают кубиками или дольками, припускают в течении 10-15 минут. Подготовленный лук репчатый шинкуют. Овощи запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате в режиме "жар" при температуре 150-160°С в течение 20-25 мин., с добавлением масла растительного, до образования на поверхности румяной корочки.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № **100503Д**
Наименование изделия: **Огурцы консервированные (без уксуса)**
Номер рецептуры: № 100503
Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы консервированные (без уксуса, без учета заливки)	111,11	100
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК)

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,80	0,10	1,7	10,9	5,00

Технология приготовления:

Банки промывают проточной водой, вытирают насухо, вскрывают. Огурцы нарезают на порции.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

100519

Наименование изделия:

Огурцы свежие

Номер рецептуры: № 100519

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы свежие	105,26	100
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,80	0,10	2,5	14,1	10,00

Технология приготовления:

Огурцы свежие промывают в проточной воде течение 5 мин, отрезают место прикрепления плодоножки, нарезают на порции.

Температура подачи: не выше 14°C

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 120702Д

Наименование изделия: **Оладьи**

Номер рецептуры: № 120702

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука Пшеничная	56,8	56,8
Яйцо*	2,84	2,84
Сахар-песок	2,37	2,37
Вода	56,8	56,8
Дрожжи сушеные или дрожжи прессованные	0,35	0,35
	1,4	1,4
Соль	1,07	1,07
Масло растительное	5	5
Выход:	-	100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
6,54	6,07	42,12	249,25	0,00

Технология приготовления:

В небольшом количестве смеси воды растворяют соль, сахар-песок, добавляют дрожжи, смесь процеживают, соединяют с оставшейся водой, добавляют просеянную муку пшеничную, яйцо и перемешивают до образования однородной массы. Тесто замешанное оставляют в теплом месте на 3-4 часа. В процессе брожения тесто перемешивают (обминают).

Оладьи выпекают с обеих сторон. Толщина оладий должна быть не менее 5-6 мм.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120301Д-1

Наименование изделия:

Омлет с морковью

Номер рецептуры: № 233

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо*	87	87
Морковь столовая очищенная (полуфабрикат)	32,5	26
или морковь столовая свежая	26	26
Соль	0,3	0,3
Масло растительное	3	3
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
11,39	13,03	2,4	172,41	1,3

Технология приготовления:

К предварительно подготовленному яйцу добавляют соль и аккуратно перемешивают (не взбивая!). Морковь сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают. Морковь отваривают. Очищенную отварную морковь протирают, смешивают с омлетной смесью выкладывают в емкость, смазанную маслом растительным, слоем не более 2,5 - 3 см и запекают в жарочном или духовом шкафу при температуре 180-200°C в течение 8-10 минут или в пароконвектомате в режиме "жар-пар" при температуре 140-150 °С или в режиме "пар" при температуре 90-100 °С в течение 8-10 минут.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 160214Д

Наименование изделия: **Отвар шиповника**

Номер рецептуры: № 160214

Наименование сборника рецептов: Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей подростков школьного возраста в организованных коллективах Москва 2006г

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сахар-песок	10	10
Шиповник (сухой)	8	8
Вода	100	100
Выход		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,27	0,11	13,85	57,51	52

Технология приготовления:

Сушеные плоды шиповника промыть холодной водой, залить кипятком из расчета 8,0 г на 110 мл воды. Кипятить 10 минут в нержавеющей посуде с плотно закрытой крышкой. Настаивать 3-4 часа в прохладном месте, а затем процедить.

Температура подачи: 20±5°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120515Д

Наименование изделия:

Печень тушеная (говяжья)

Номер рецептуры: № 120515

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания 2 часть 1996-1997 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Печень говяжья замороженная	171,08	142
Масло растительное	1,2	1,2
Соль	1	1
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
25,42	6,45	0	159,75	46,86

Технология приготовления:

Печень размораживают и промывают. Из печени тщательно вырезают сосудистый пучок, желчные протоки, удаляют пленку. Печень нарезают брусочками, заливают кипятком и припускают в небольшом количестве воды в течение 5 мин при помешивании. Воду сливают. Печень тушить на растительном масле при температуре 100-120°C в течение 15-25 мин до готовности.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120246Д

Наименование изделия:

Плов вегетарианский с сухофруктами

Номер рецептуры: № 120246

Наименование сборника рецептур: Сборником технологических нормативов,рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	33	33
Изюм	8	8
Курага	8	8
Сахар-песок	3,25	3,25
Масло растительное	2,5	2,5
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
2,91	2,89	38,33	190,99	0,32

Технология приготовления:

Рис тщательно промывают и отваривают в большом количестве воды (1:6) до полуготовности и откидывают на дуршлаг. Изюм перебирают, промывают, обсушивают и отваривают в течение 5 минут. Курагу перебирают, промывают, обсушивают, нарезают кубиком и припускают в воде. В отваренный рис добавляют сахар, изюм и курагу, масло, перемешивают. Доводят до готовности на слабом огне, затем на водяной бане или в жарочном шкафу, или пароконвектомате. Готовый плов взрыхляют.

Температура подачи:

60- 65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

120550Д

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Плов мясной**

Номер рецептуры: № 120550

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденная или	48,73	48
Говядина крупный кусок замороженная	53,33	48
Масло растительное	4,6	4,6
Лук репчатый очищенный или Лук репчатый свежий	4,7 5,6	4,7 4,7
Морковь очищенная или Морковь столовая свежая	5,3 6,63	5,3 5,3
Томатная паста	3,4	3,4
Крупа рисовая	23,88	23,4
Вода	54	54
Соль	0,75	0,75
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100г:

Пищевая ценность				Витамин С, (мг.)
Белки (г):	Жиры (г):	Углеводы (г):	Энергетическая ценность (ккал):	
10,9	11,72	19,69	224,22	2,27

Технология приготовления:

Подготовленное мясо нарезают кусочками весом 10-15 г. Очищенные овощи промывают проточной водой в течение 5 минут, нарезают соломкой. Мелко нарезанные морковь и лук припускают с маслом растительным и томат-пастой. Нарезанное кусочками мясо посыпают солью и припускают в течение 15-20 минут, затем добавляют припущенные овощи с томат-пастой. Мясо и овощи заливают водой, доводят до кипения 90-110°C, затем кладут промытую рисовую крупу и варят до готовности. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № **140210Д**

Наименование изделия: **Повидло**

Номер рецептуры: № 140210

Наименование сборника рецептов: Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Повидло	100	100
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр :

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,0	0,0	66,0	264,0	1,6

Технология приготовления:

Порционировать непосредственно перед подачей.

Температура подачи: 20±5°С.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента вскрытия

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

100520Д

Наименование изделия:

Помидоры свежие

Номер рецептуры: № 100520

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	117,65	100
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,10	0,20	3,8	24,1	25,00

Технология приготовления:

Помидоры промывают в проточной воде в течение 5 мин, удаляют плодоножки, нарезают на порции.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120258Д

Наименование изделия:

Пудинг из моркови и яблок

Номер рецептуры: № 187

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Морковь свежая столовая или морковь свежая очищенная полуфабрикат	70,6	56,5
Вода	20	20
Масло растительное	2,5	2,5
Яблоки свежие	46,5	40,5
Крупа манная	5	5
Яйца*	5	5
Сахар-песок	2,5	2,5
Соль	0,25	0,25
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр.:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,05	3,34	13,93	93,98	6,88

Технология приготовления:

Морковь перебирают, сортируют, очищают, снова тщательно промывают под проточной водой и нарезают тонкой соломкой. Яблоки сортируют, моют, затем повторно промывают небольшими партиями. У подготовленных яблок удаляют семенные гнезда, очищают от кожуры, нарезают кубиками.

Морковь нарезают соломкой, затем припускают с добавлением воды и масла растительного (часть от рецептурной нормы) до полуготовности, соединяют с измельченными яблоками и продолжают припускание в течении 5 - 10 минут. Перед окончанием припускания постепенно всыпают крупу манную, сахар, соль, тщательно перемешивают. Полученную смесь охлаждают до температуры 40 - 50±°С. В остывшую массу добавляют при постоянном помешивании яичные желтки, затем взбитые яичные белки, выкладывают в емкость, смазанную оставшейся частью масла растительного, слоем не более 3 - 4 см и варят на пару в течении 30 - 35 минут или запекают в жарочном или духовом шкафу при температуре 220 - 280°С в течении 20 - 30 минут.

Температура подачи:

60- 65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120229Д

Наименование изделия:

Пудинг манный

Номер рецептуры: № 120229

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа Манная	28,5	28,5
Вода	91	91
Соль	0,3	0,3
Сахар-песок	5	5
Яйцо*	7	7
Масло растительное	1	1
Сухари панировочные	3	3
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,20	2,25	27,34	146,42	0

Технология приготовления:

Крупу манную просеивают, засыпают в кипящую воду 90-110°C и варят при непрерывном помешивании в течение 20 мин. Соль, сахар-песок добавляют за 5-10 мин до окончания варки каши. В готовую вязкую кашу манную, охлажденную до температуры 60-70°C, добавляют растертые с сахаром-песком яичные желтки, тщательно вымешивают массу, вводят в нее взбитые в густую пену яичные белки. Затем массу выкладывают ровным слоем толщиной 4-5 см в формочки, политые маслом растительным, и посыпают сухарями, запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате в течение 8-10 минут при температуре 180-200°C до образования на его поверхности румяной корочки.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120253Д

Наименование изделия:

Пудинг овощной

Номер рецептуры: № 120253

Наименование сборника рецептур: Сборником технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Морковь свежая столовая	40,83	32,67
или Морковь свежая очищенная полуфабрикат	32,67	32,67
Капуста свежая белокочанная	45	36
или Капуста свежая очищенная полуфабрикат	36	36
Вода	15,33	15,33
Масло растительное	2,67	2,67
Горошек консервированный (без учета заливки)	15,33	15,33
Крупа манная	7,33	7,33
Яйца*	13,33	13,33
Сухари панировочные	2,67	2,67
Масса полуфабриката		113
Выход:		100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,33	4,51	12,15	106,53	13,97

Технология приготовления:

Морковь перебирают, сортируют, очищают, снова тщательно промывают под проточной водой и нарезают тонкой соломкой. У капусты удаляют 3-4 наружных листа, моют и шинкуют тонкой соломкой. Овощи припускают в воде с добавлением растительного масла. В припущенные овощи добавляют зеленый горошек, всыпают манную крупу и проваривают до загустения 15-20 минут. Массу охлаждают до температуры 40-50С, добавляют желтки, перемешивают, вводят взбитые белки, соль, выкладывают в емкость смазанную маслом и посыпанную сухарями ровным слоем высотой 3 см. Запекают при температуре 220-250С до образования корочки.

Температура подачи: не ниже 60- 65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120254Д

Наименование изделия:

Пюре из говядины

Номер рецептуры: № 398

Наименование сборника рецептур: Сборником технологических нормативов,рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденное	112,57	114,29
или Говядина крупный кусок замороженное	126,98	114,29
Вода	34,29	34,29
Масло растительное	2,74	2,74
Мука Пшеничная	2,74	2,74
Масло растительное	4,76	4,76
Соль	0,48	0,48
Выход:	-	100

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
21,55	25,82	1,92	326,25	0

Технология приготовления:

Подготовленную говядину нарезают на куски массой 1,0-1,5 кг, заливают водой, доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену, варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности. За 15 мин до окончания варки мяса в бульон добавляют соль. Отварное мясо охлаждают, пропускают через мясорубку. Из просеянной, подсушенной, охлажденной муки пшеничной и воды готовят соус, в конце варки к соусу добавляют соль. Готовый соус вводят в измельченное мясо небольшими порциями,растительное масло, тщательно вымешивают. Массу выложить в смазанный маслом растительным противень слоем 3-4 см и прогревают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 250 °С периодически помешивая, до момента закипания.

Температура подачи:

не ниже 15°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120255Д

Наименование изделия:

Пюре из кур

Номер рецептуры: № 418

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
П/ф из птицы (цыплята) бескостные охлажденные	96,33	95,37
или П/ф из птицы (цыплята) бескостные замороженные	102,55	95,37
Для соуса:		
Вода	30,7	30,7
Мука Пшеничная	5	5
Масло растительное	5	5
Выход:	-	100

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
21,14	22,61	3,5	302,01	1,72

Технология приготовления:

Подготовленное филе птицы, промывают проточной водой, нарезают на куски, закладывают в кипящую воду и доводят до кипения 90-110°C, снимая с поверхности образовавшуюся пену. Далее варят до готовности при умеренном кипении. вареное мясо дважды пропускают через мясорубку, соединяют с белым соусом, добавляют соль, масло, вымешивают и ещё раз доводят до кипения и варят 5-10 минут.

Для приготовления соуса белого: муку слегка подсушивают при температуре 150-160°C, периодически помешивая до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают до температуры 60-70°C. Добавляют бульон (или воду), вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся горячий бульон (или воду), масло растительное и варят при слабом кипении, помешивая, в течение 10-15 минут. В конце варки добавляют соль. Готовое пюре охлаждают.

Температура подачи:

не ниже 15°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № **120254-1Д**

Наименование изделия: **Пюре из говядины**

Номер рецептуры: № 398

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Пюре из мяса говядины <i>или</i> пюре из говядины	100	100
Выход:		100

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
21,55	25,82	1,92	326,25	0

Технология приготовления:

Банки промыть, вытереть насухо, вскрыть. Порционирование пюре производить из банок.

Температура подачи: не ниже 15°C

Срок реализации: не более 30 минут с момента вскрытия банки

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № **120255-1Д**

Наименование изделия: **Пюре из кур**

Номер рецептуры: № 418

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Пюре из мяса циплят <i>или</i> пюре из ципленка	100	100
Выход:		100

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
21,14	22,61	3,5	302,01	1,72

Технология приготовления:

Банки промыть, вытереть насухо, вскрыть. Порционирование пюре производить из банок.

Температура подачи: не ниже 15°C

Срок реализации: не более 30 минут с момента вскрытия банки

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

130101Д

Наименование изделия:

Пюре картофельное

Номер рецептуры: № 467

Наименование сборника рецептур: Сборником технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	94,44	94,44
<i>или</i> картофель свежий продовольственный	121,43	94,44
Вода	18	18
Масло растительное	15	15
Соль	0,5	0,5
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,89	15,36	15,39	207,36	9,44

Технология приготовления:

Примечание: Подготовленный картофель свежий, очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Подготовленный картофель заливают горячей подсоленной водой. Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля. Картофель варят в течение 25-30 минут до готовности. Затем воду сливают, картофель подсушивают, горячий картофель протирают, добавляют в 2-3 приема картофельный отвар, соль и масло растительное, перемешивают.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120609Д

Наименование изделия:

Рагу из мяса птицы

Номер рецептуры: № 120609

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
П/ф из птицы (курица или индейка) бескостные охлажденные	30,30	30,0
или П/ф из птицы (курица или индейка) бескостные замороженные	32,26	30,0
Соль	1	1
Картофель свежий очищенный полуфабрикат или Картофель свежий продовольственный	50	50
	71,43	50
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	10	10
	12,5	10
Томатная паста	1,2	1,2
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	6	6
	7,14	6
Мука пшеничная	2,7	2,7
Масло растительное	2	2
Бульон куриный (вода)	30	30
Выход готового продукта		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,45	7,78	11,45	149,56	7,18

Технология приготовления:

Примечание: Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают.

Подготовленное филе птицы нарезают кусочками весом 15-20 г, заливают водой, доводят до кипения 90-110°С, снимают с поверхности бульона пену, добавляют соль, и варят в закрытой посуде до готовности. Остальные овощи моют, очищают, промывают в проточной воде в течение 5 минут. Картофель нарезают кубиками.

Подготовленные морковь и лук репчатый нарезают соломкой и припускают 5-10 минут при температуре 90-110°С в небольшом количестве воды (или бульона) с добавлением растительного масла и томатной пасты. Муку просеивают, подсушивают, охлаждают и разводят охлажденной кипяченой водой. Подготовленную разведенную водой муку добавляют в припущенные овощи и тушат в течение 5 минут. Подготовленные овощи соединяют с птицей и тушат в закрытой посуде при температуре 100-120°С в течение 15-20 минут.

Температура подачи:

60-65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

130203-1Д

Наименование изделия:

Рагу из овощей

Номер рецептуры: № 201

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, А.Я. Перевалов, 2013.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный (полуфабрикат)	37,3	37,3
<i>или</i> картофель свежий продовольственный	49,7	37,3
Морковь столовая очищенная (полуфабрикат)	21,3	21,3
<i>или</i> морковь столовая свежая	26,6	21,3
Капуста белокочанная очищенная (полуфабрикат)	25,3	25,3
<i>или</i> капуста белокочанная свежая	31,6	25,3
Лук репчатый свежий очищенный (полуфабрикат)	8	8
<i>или</i> лук репчатый свежий	9,5	8
Масло растительное	4	4
Для соуса:		
Вода и/или бульон	30	30
Масло растительное	0,6	0,6
Мука пшеничная	1,5	1,5
Томатная паста	1,2	1,2
Морковь столовая очищенная (полуфабрикат)	2,4	2,4
<i>или</i> морковь столовая свежая	3	2,4
Лук репчатый свежий очищенный (полуфабрикат)	0,6	0,6
<i>или</i> лук репчатый свежий	0,72	0,6
Сахар-песок	0,45	0,45
Соль	0,075	0,075
Выход:		100

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,85	4,83	11,34	96,21	13,91

Технология приготовления:

Овощи сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают. Допускается картофель свежий очищенный полуфабрикат, поместить в кипящую воду и прокипятить в течение 5-7 минут. У белокочанной капусты снимают 3-4 наружных листа и повторно промывают в течение 5 минут. Подготовленную капусту шинкуют или нарезают шашками, припускают с добавлением масла растительного (часть от рецептурной нормы) и воды. Подготовленные морковь и лук репчатый нарезают кубиками, затем пассеруют с добавлением оставшейся части масла растительного. Картофель отваривают, охлаждают и нарезают кубиком. В посуду закладывают пассерованные овощи, припущенную капусту, отварной измельченный картофель, заливают соусом, солят (1/2 от рецептурной нормы) и тушат 15 - 20 минут.

Для приготовления соуса: очищенные морковь и лук репчатый измельчают и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного в течение 10 - 15 минут, затем вводят томат-пасту и продолжают припускание в течение 10-15 минут. Муку пшеничную просеивают и подсушивают, периодически помешивая, до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают, разводят водой и/или бульоном (часть от рецептурной нормы), тщательно перемешивают и вводят в оставшуюся кипящую воду и/или бульон, затем добавляют припущенные с томат-пастой овощи и варят при слабом кипении в течение 20-30 минут. В конце варки добавляют соль (1/2 от рецептурной нормы), сахарный песок. Соус процеживают, с одновременным протираем разварившихся овощей и доводят до кипения.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

110207Д

Наименование изделия:

Рассольник домашний на мясном бульоне

Номер рецептуры: № 110207

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат или Капуста белокочанная свежая	8	8
Картофель свежий очищенный полуфабрикат или Картофель свежий продовольственный	30 42,86	30 30
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	4 5	4 4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	4 4,76	4 4
Огурцы консервированные (без учета заливки)	6	6
Масло растительное	2	2
Бульон мясной (или вода)	70	70
Соль	0,12	0,12
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,85	2,14	5,97	50,56	6,3

Технология приготовления:

Примечание: Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Остальные овощи очищенные промывают в проточной воде в течение 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут. Морковь, лук мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного в течение 10-15 мин. Огурцы соленые режут тонкой соломкой и припускают в небольшом количестве воды в течение 15 мин. Капусту свежую шинкуют. Подготовленный картофель нарезают брусочками. В кипящую воду кладут капусту шинкованную, доводят до кипения, закладывают нарезанный картофель, а через 5-10 мин припущенные овощи: морковь, лук, огурцы соленые. За 5-7 мин до готовности добавляют соль и варят рассольник до готовности.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

110201Д

Наименование изделия:

Рассольник ленинградский

Номер рецептуры: № 110201

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	33	33
или Картофель свежий продовольственный	47,14	33
Крупа Перловая	2	2
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4
или Морковь столовая свежая	5	4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	2	2
или Лук репчатый свежий	2,38	2
Огурцы консервированные (без учета заливки)	6	6
Масло растительное	1	1
Бульон мясной (и/или вода)	75	75
Соль	0,12	0,12
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,97	1,17	7,26	43,44	4

Технология приготовления:

Примечание: Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда. Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. Морковь, лук мелко шинкуют и припускают в небольшом количестве бульона (или воды) с добавлением масла растительного в течение 10-15 минут.

Крупу перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Крупу перловую после промывания закладывают в кипящую воду 90-110°С, варят до полуготовности, отвар сливают. Подготовленный картофель нарезают брусочками или дольками. Огурцы соленые нарезают соломкой и припускают в небольшом количестве воды(или бульона) в течение 15 минут.

В кипящий бульон (или воду) кладут подготовленную крупу, доводят до кипения 90-110°С, закладывают картофель, через 15-20 минут после закипания добавляют припущенные морковь, лук, огурцы консервированные. За 5-7 минут до окончания варки рассольника добавляют соль, перемешивают.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 130301Д

Наименование изделия: **Рис отварной**

Номер рецептуры: № 130301

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

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

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,45	3,35	27,3	149,12	0,00

Технология приготовления:

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

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120408Д

Наименование изделия:

Рыба (филе) запеченная

Номер рецептуры: № 120408

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Филе трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное	124,21	118
Мука Пшеничная	6	6
Масло растительное	4	4
Соль	0,5	0,5
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
19,53	4,78	4,19	137,93	1,18

Технология приготовления:

Подготовленное филе рыбное промывают, нарезают на порционные куски, посыпают солью, панируют в муке, выкладывают на смазанный маслом растительным противень и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 250-280 °С с двух сторон по 5-7 минут с каждой стороны до готовности.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120405Д

Наименование изделия:

Рыба (филе) припущенная

Номер рецептуры: № 120405

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Филе трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное	128,42	122
Соль	0,5	0,5
Лук репчатый свежий	2,38	2
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	2	2
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
19,55	0,74	0,16	85,47	1,42

Технология приготовления:

Подготовленный лук репчатый нарезают полукольцами.

Подготовленное филе рыбное без костей промывают, нарезают порционные куски, делают несколько надрезов и укладывают в лотки или гастроемкости с высокими бортами в один ряд кожей вверх, сверху выкладывают нарезанный лук и подливают воду (0,3 л жидкости на 1 кг рыбы) так, чтобы жидкость покрыла рыбу на 1/4 объема, добавляют соль и припускают рыбу в закрытой посуде при температуре 100-120 °С в течение 20-25 мин.

Температура подачи:

60-65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120409Д

Наименование изделия:

Рыба, запеченная с картофелем, по-русски

Номер рецептуры: № 120409

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	45	45
или Картофель свежий продовольственный	64,29	45
Филе трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное	41,05	39
Соль	0,6	0,6
Масло растительное	3	3
Сухари панировочные	1,5	1,5
Вода	20	20
Мука Пшеничная	5	5
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
7,87	3,56	11,92	111,15	4,89

Технология приготовления:

Примечание: Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Очищенный картофель кладут в кипящую подсоленную воду 90-110°С. Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля. Картофель варят в течение 25-30 мин до готовности. Подготовленное филе рыбное без костей промывают, нарезают на куски, посыпают солью, кладут на смазанную маслом растительным маслом сковороду, сверху кладут ломтики картофеля вареного очищенного, заливают соусом молочным (для запекания рыбы), посыпают сухарями панировочными и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 250 280 °С в течение 20-25 мин до образования румяной корочки на поверхности.

Для приготовления соуса: муку пшеничную просеивают, подсушивают (без масла) до светло-желтого цвета при постоянном помешивании, охлаждают, разводят водой и, непрерывно помешивая, варят при слабом кипении в течение 7-10 мин. Затем в соус средней густоты добавляют соль, процеживают, доводят до кипения. Готовый соус тщательно перемешивают, прогревают до температуры 80-85 °С, но не кипятят.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 100504Д

Наименование изделия: **Салат витаминный с растительным маслом**

Номер рецептуры: № 100504

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	64	64
или Капуста белокочанная свежая	80	64
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	20	20
или Морковь столовая свежая	25	20
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	2	2
или Лук репчатый свежий	2,38	2
Сахар-песок	5	5
Лимонная кислота	0,01	0,01
Соль	0,25	0,25
Масло растительное	10	10
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,44	10,08	9,55	134,65	20,40

Технология приготовления:

Овощи тщательно промывают в проточной воде в течение 5 мин. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в проточной воде в течение 5 мин. Подготовленную сырую морковь натирают, капусту нарезают тонкой соломкой. Капусту кладут в посуду и перетирают с солью до появления сока, сбрызгивают 2%-ным раствором кислоты лимонной, сахаром. Лук репчатый шинкуют. Подготовленные продукты соединяют, перемешивают, заправляют растительным маслом непосредственно перед раздачей.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 100201Д

Наименование изделия: **Салат из капусты с растительным маслом**

Номер рецептуры: № 100201

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	94	94
или Капуста белокочанная свежая	117,5	94
Лимонная кислота	0,01	0,01
Сахар-песок	1	1
Масло растительное	10	10
Соль	0,25	0,25
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,82	10,09	6,11	122,56	28,7

Технология приготовления:

Капусту промывают под проточной водой. У белокочанной капусты снимают 3-4 наружных листа и повторно промывают в течение 5 минут. Капусту шинкуют тонкой соломкой, кладут в посуду и перетирают с солью до появления сока, добавляют 2% раствор лимонной кислоты. Капусту посыпают сахаром, перемешивают, заправляют маслом растительным, непосредственно перед подачей.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 100301Д

Наименование изделия: **Салат из моркови с растительным маслом**

Номер рецептуры: № 100301

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	94	94
или Морковь столовая свежая	117,5	94
Масло растительное	7	7
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,22	7,09	6,49	94,62	4,70

Технология приготовления:

Морковь сортируют, моют, очищают. Морковь сырую очищенную промывают проточной водой в течение 5 минут, нарезают мелкой, тонкой соломкой. Заправляют маслом растительным, перемешивают непосредственно перед подачей.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов (при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 100302Д

Наименование изделия: **Салат из моркови с сахаром**

Номер рецептуры: № 100302

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	91	91
или Морковь столовая свежая	113,75	91
Сахар-песок	3	3
Масло растительное	7	7
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,18	7,08	9,28	105,59	4,55

Технология приготовления:

Морковь сортируют, моют, очищают. Морковь сырую очищенную промывают проточной водой в течение 5 минут, нарезают мелкой, тонкой соломкой, добавляют сахар и перемешивают. Заправляют маслом растительным непосредственно перед подачей.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов (при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог _____

Наименование кулинарного изделия (блюда): **Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата**

Номер рецептуры: № 100544

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	80	80
Картофель свежий продовольственный	114,29	80
Огурцы свежие	10,53	10
Салат свежий	6,94	5
Масло растительное	7	7
Соль	0,25	0,25
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,76	7,33	13,39	126,58	9,75

Технология приготовления:

Примечание: Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают.

Картофель промывают и варят в кожуре(при использовании очищенных полуфабрикатов-без кожуры) при слабом кипении и закрытой крышке, затем воду сливают. Картофель охлаждают, очищают, нарезают кубиками. У салата срезают место крепления стеблей. У огурцов удаляют место прикрепление плодоножки. Подготовленный салат нарезают соломкой, огурцы нарезают ломтиками. Овощи соединяют, добавляют соль, перемешивают и заправляют маслом растительным непосредственно перед подачей.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

100506Д

Наименование изделия:

Салат из помидоров с растительным маслом

Номер рецептуры: № 100506

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	97,65	83
Лук репчатый свежий	3,57	3
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	3	3
Масло растительное	15	15
Соль	0,25	0,25
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,96	15,16	3,4	153,83	21,05

Технология приготовления:

Помидоры промывают в проточной воде в течение 5 мин, удаляют плодоножки, нарезают на дольки или полукольцами. Подготовленный лук репчатый нарезают соломкой или полукольцами. Непосредственно перед подачей заправить маслом и солью.

Температура подачи: не ниже +15°С

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № **100526-1Д**

Наименование изделия: **Салат из помидоров свежих и яблок**

Номер рецептуры: № 100526-1

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	35,29	30
Яблоки свежие	65,22	60
Масло растительное	10	10
Соль	0,3	0,3
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,57	10,29	7,02	122,97	13,50

Технология приготовления:

Подготовленные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. У помидоров удаляют место прикрепления плодоножки. Яблоки моют и удаляют семенное гнездо. Яблоки и помидоры нарезают ломтиками. Овощи соединяют, аккуратно перемешивают, чтобы овощи не мялись. Непосредственно перед подачей солят и поливают растительным маслом.

Температура подачи: не ниже +15°С

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № **100509Д**
 Наименование изделия: **Салат из сборных овощей**

Номер рецептуры: № 100509

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат или Капуста белокочанная свежая	50 62,5	50 50
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая продольственная	30 37,5	30 30
Помидоры свежие	5,88	5
Огурцы свежие	5,26	5
Масло растительное	10	10
Соль	0,5	0,5
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

* С 1 марта капусту и морковь припускают

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,39	10,09	4,74	115,25	18,25

Технология приготовления:

Морковь сортируют моют очищают. Капусту и морковь промывают в проточной воде в течение 5 мин, удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в проточной воде в течение 5 мин, шинкуют тонкой соломкой, кладут в посуду,соединяют с тертой морковью и перетирают с солью до появления сока. Помидоры и огурцы свежие моют, удаляют место крепления плодоножки и нарезают ломтиками. Подготовленные овощи соединяют, перемешивают, перед подачей заправляют маслом растительным.

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов (при температуре хранения 4±2°C), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 100507Д

Наименование изделия:

Салат из свежих огурцов с растительным маслом

Номер рецептуры: № 100507

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы свежие	92,63	88
Масло растительное	12	12
Соль	0,25	0,25
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр. на 1 порцию

Химический состав данного блюда:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,70	12,08	2,20	120,30	8,80

Технология приготовления:

Огурцы промывают в проточной воде в течение 5 мин, отрезают место прикрепления плодоножки, крупные огурцы нарезают ломтиками, а мелкие - полукольцами.. Перед отпуском огурцы солят, заправляют растительным маслом, непосредственно перед раздачей.

Температура подачи: не ниже +15 °С.

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов (при температуре хранения 4±2°С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №

100541Д

Наименование кулинарного изделия (блюда):

Салат картофельный с растительным маслом

Номер рецептуры: № 100541

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	75	75
Картофель свежий продовольственный	107,14	75
Огурцы консервированные	11,33	10,2
Лук репчатый очищенный	9	9
Лук репчатый свежий	10,71	9
Масло растительное	7	7
Соль	0,5	0,5
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,71	7,32	13,14	125,70	8,91

Технология приготовления:

Примечание: Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Картофель варят в кожуре (при использовании очищенных полуфабрикатов-без кожуры) при слабом кипении и закрытой крышке, затем воду сливают. Картофель охлаждают, очищают, нарезают кубиками. Лук репчатый очищают, промывают в течении 5минут. Очищенный лук нарезают мелким кубиком, бланшируют кипятком. У огурцов удаляют место прикрепления плодоножки, нарезают ломтиками. Овощи соединяют, добавляют соль, перемешивают и заправляют маслом растительным непосредственно перед подачей.

Температура подачи:

не ниже +15°C

Срок реализации:

незавяленного салата не более 2-х часов (при температуре хранения 4±2°C), завяленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог

Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат Мозаика

Номер рецептуры: № 100515-1

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	45	45
или Картофель свежий продовольственный	64,29	45
Масса отварного картофеля		44
Горошек зеленый консервированный (без учета заливки)	10	10
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	30,3	30,3
или Морковь столовая свежая	37,88	30,3
Масса отварной моркови		30
Яйцо*	10	10
Соль	0,25	0,25
Масло растительное	6	6
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр. на 1 порцию

* Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Белки (г):	Пищевая ценность			Витамин С, (мг.)
	Жиры (г):	Углеводы (г):	Энергетическая ценность (ккал):	
2,87	7,37	10,15	118,45	7,02

Технология приготовления:

Примечание: Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают.

Морковь промывают в проточной воде в течение 5 мин. Картофель и морковь варят при слабом кипении и закрытой крышке, затем воду сливают. Овощи охлаждают, очищают, нарезают кубиками. Банки с консервированным зеленым горошком протирают и открывают. Зеленый горошек высыпают в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течение 3-5 мин. Сок сливают, горошек охлаждают. Подготовленные яйца отваривают. Яйца вареные очищают, мелко нарезают. Вареный картофель, морковь смешивают с зеленым горошком и яйцом. Непосредственно перед подачей, солят, заправляют растительным маслом.

Температура подачи: не ниже +15°С

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № **100501-1Д**

Наименование изделия: **Салат овощной с фасолью**

Номер рецептуры: № 100501-1

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	55,6	55,6
или Картофель свежий продовольственный	79,43	55,6
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	10	10
или Морковь столовая свежая	12,5	10
Фасоль продовольственная	5	5
Огурцы консервированные без уксуса (без учета заливки)	5,56	5
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	10	10
или Лук репчатый свежий	11,9	10
Масло растительное	10	10
Соль	0,3	0,3
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
2,47	10,35	13,01	155,86	7,31

Технология приготовления:

Примечание: Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Остальные подготовленные овощи промывают в проточной воде в течение 5 мин. Овощи отваривают. Фасоль моют, кладут в холодную воду (2-3 л на 1 кг бобовых) на 5-8 часов, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения. Вареные охлажденные овощи очищают. Картофель, морковь нарезают мелкими кубиками, огурцы консервированные (без уксуса) нарезают тонкими ломтиками, лук репчатый нарезают мелким кубиком и бланшируют. Подготовленные ингредиенты соединяют, добавляют соль, масло растительное и перемешивают непосредственно перед раздачей.

Температура подачи: не ниже +15°С

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 100516Д

Наименование изделия: **Салат Осенний**

Номер рецептуры: № 100516

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	50	50
или Картофель свежий продовольственный	71,43	50
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	5	5
или Лук репчатый свежий	5,95	5
Масло растительное	5	5
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	30	30
или Свекла столовая свежая	40	30
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	20	20
или Морковь столовая свежая*	25	20
Соль	0,3	0,3
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

* С 1 марта морковь припускают, допускается нарезка кубиком

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,78	5,26	12,58	105,10	9,5

Технология приготовления:

Примечание: Подготовленный картофель свежий и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Остальные подготовленные овощи промывают в проточной воде в течение 5 мин. Картофель, свеклу отваривают. Вареные охлажденные овощи картофель, свеклу, нарезают кубиком, морковь нарезают соломкой, лук шинкуют и ошпаривают. Подготовленные ингредиенты соединяют, добавляют соль, масло растительное и перемешивают непосредственно перед раздачей.

Температура подачи: не ниже +15°С

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 130209Д

Наименование изделия: **Свекла тушеная**

Номер рецептуры: № 130209

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	108,3	108,3
или Свекла столовая свежая	144,40	108,3
Масло растительное	3	3
Соль	0,25	0,25
Выход		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,62	3,11	9,53	72,57	10,83

Технология приготовления:

Свеклу промывают проточной водой в течение 5 минут. Свеклу отваривают в кожуре до готовности, очищают, нарезают соломкой или пропускают через протирочную машину или натирают на терке и прогревают с маслом растительным при температуре 100-120°С, периодически помешивая, в течение 10-15 мин.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 100602Д-1

Наименование изделия: **Сельдь с картофелем**

Номер рецептуры: № 77

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов для обучающихся во всех образовательных учреждениях, М:Дели Принт, Млгильный М.П., Тутельян В.А., 2011

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сельдь м/с	25	25
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	70	70
<i>или</i> картофель свежий продовольственный	83,3	70
Масло растительное	6	6
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
5,65	8,40	11,41	143,83	7,00

Технология приготовления:

Филе сельди нарезать кусочками. Картофель сортируют, моют и очищают, затем повторно промывают небольшими партиями. При использовании очищенного сырья: овощи промывают. Допускается картофель свежий очищенный полуфабрикат, поместить в кипящую воду и прокипятить в течении 5-7 минут.

Подготовленный картофель отваривают до готовности, охлаждают, нарезают кубиками. Ингредиенты соединяют и непосредственно перед подачей заправляют растительным маслом.

Температура подачи: не ниже +15°С

Срок реализации: незаправленного салата не более 2-х часов(при температуре хранения 4± 2° С), заправленного - не более 30 минут с момента приготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № **1Д**
Наименование изделия: **Сок фруктовый**
Номер рецептуры: № 1

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сок фруктовый в ассортименте	100	100
Выход:		100

Химический состав данного блюда:100гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,50	0,10	10,1	43,30	2

Технология приготовления:

Ёмкости с соком протирают. Непосредственно перед употреблением вскрывают и разливают по стаканам. Сок поступивший в упаковке емкостью 0,2 л подают без разлива в стаканы, а стаканы подают отдельно (при необходимости).

Температура подачи: не ниже +15°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № **140206-2Д**

Наименование изделия: **Соус абрикосовый**

Номер рецептуры: № 140206-2

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	80	80
Повидло абрикосовое (или джем, или варенье)	30	30
Мука пшеничная	3	3
Кислота лимонная	0,01	0,01
Сахар-песок	5	5
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100 гр

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,320	0,04	25,39	103,22	0,72

Технология приготовления:

Повидло (джем, варенье) разбавляют горячей водой, доводят до кипения, а при использовании варенья протирают плоды или ягоды (если варенье с косточками-косточки удаляют). Добавляют сахар, доводят до кипения, вводят муку пшеничную, предварительно подсушеную, и кислоту лимонную и проваривают до загустения.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог: _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 140206Д

Наименование изделия: **Соус абрикосовый**

Номер рецептуры: № 140206

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Курага	11,22	11
Вода	40	40
Сахар-песок	60	60
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр :

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,57	0,03	65,55	264,79	0,44

Технология приготовления:

Подготовленную курагу заливают холодной водой и оставляют на 2-3 часа. Затем ее варят в той же воде до готовности, протирают, добавляют сахар и проваривают до загустения.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 140208Д

Наименование изделия: **Соус клюквенный**

Номер рецептуры: № 140208

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Клюква	12	12
Крахмал картофельный	3	3
Вода	85	85
Сахар-песок	50	50
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр :

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,06	0,02	52,85	211,88	1,8

Технология приготовления:

Ягоды не размораживая заливают горячей водой, проваривают при слабом кипении в течение 5 минут, процеживают с одновременным протираем. В полученный отвар (часть его охлаждают и используют для разведения крахмала) добавляют сахар, доводят до кипения и вводят подготовленный крахмал, смесь вновь доводят до кипения.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

140101Д

Наименование изделия:

Соус томатный

Номер рецептуры: № 140101

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Масло растительное	2,5	2,5
Мука Пшеничная	3	3
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	4 5	4 4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	4 4,76	4 4
Масло растительное	1	1
Томат- паста	25	25
Вода (Бульон мясной)	70	70
Сахар -песок	1	1
Соль	0,25	0,25
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр :

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,63	3,55	8,45	72,26	11,85

Технология приготовления:

Для приготовления соуса томатного: муку пшеничную просеивают, подсушивают на сковороде (без масла), охлаждают, перетирают с маслом растительным, добавляют к прокипяченной и охлажденной воде (или бульону), доводят до кипения, размешивают, заправляют солью, варят, при постоянном помешивании, в течение 3-5 мин, процеживают и вновь, помешивая, доводят до кипения.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

110326Д

Наименование изделия:

Суп из овощей на курином бульоне

Номер рецептуры: № 110326

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат или Капуста белокочанная свежая	15	15
	18,75	15
Картофель свежий очищенный полуфабрикат или Картофель свежий продовольственный	30	30
	42,86	30
Горошек зеленый б/з	3	3
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	4	4
	5	4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	4	4
	4,76	4
Масло растительное	2	2
Бульон (и/или вода)	75	75
Соль	0,24	0,24
Выход:		100

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,14	2,15	6,45	53,71	8,85

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр. на 1 порцию.

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда.

Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут.

Морковь, лук репчатый шинкуют и припускают в небольшом количестве воды(или бульона) с добавлением масла растительного в течение 5-10 минут. Подготовленную капусту шинкуют.

Подготовленный картофель нарезают брусочками или дольками. В кипящий бульон (и/или воду) закладывают нашинкованную капусту, подготовленный картофель, зеленый горошек и после закипания варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют припущенные овощи, соль.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

110305Д

Наименование изделия:

Суп из овощей

Номер рецептуры: № 110305

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокачанная очищенная полуфабрикат или Капуста белокачанная свежая	15 18,75	15 15
Картофель свежий очищенный полуфабрикат или Картофель свежий продовольственный	30 42,86	30 30
Горошек зеленый б/з	3	3
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	4 5	4 4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	4 4,76	4 4
Масло растительное	2	2
Бульон (или вода)	75	75
Соль	0,24	0,24
Выход:		100

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,13	2,15	6,45	49,66	8,85

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию.

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда.

Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. У белокачанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут.

Морковь, лук репчатый шинкуют и припускают в небольшом количестве воды(или бульона) с добавлением масла растительного в течение 5-10 минут. Подготовленную капусту шинкуют.

Подготовленный картофель нарезают брусочками или дольками. В кипящий бульон (или воду) закладывают нашинкованную капусту, подготовленный картофель, зеленый горошек и варят 10-15 минут до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют припущенные овощи, соль.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №**110327-2Д**Наименование кулинарного изделия (блюда): **Суп картофельный с бобовыми (горох)**

Номер рецептуры: № 110327-2

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	21	21
или Картофель свежий продовольственный	30,03	21
Горох колотый	7,1	7
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4
или Морковь столовая свежая	5	4
Масло растительное	2	2
Бульон и/или вода	70	70
Соль	0,2	0,2
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр. на 1 порцию

Химический состав, витамины и микроэлементы на 100гр

Пищевая ценность				Витамин С, (мг.)
Белки (г):	Жиры (г):	Углеводы (г):	Энергетическая ценность (ккал):	
2,91	2,23	7,49	61,71	2,7

Технология приготовления:

Примечание: Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течение 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют в соответствии с технологическим процессом.

Очищенные овощи моют проточной водой в течение 5 минут. Подготовленный картофель нарезают кубиками, очищенную морковь – мелкими кубиками. Измельченную морковь припускают в небольшом количестве бульона и/или воды с добавлением масла растительного в течение 10-15 мин. Горох перебирают, моют, кладут в холодную воду (2-3 л на 1 кг бобовых): на 3-4 часа, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения.

Подготовленный горох закладывают в бульон и/или воду, доводят до кипения 90-110°С, добавляют картофель, припущенную морковь, соль и варят до готовности.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов после приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

110329Д

Наименование изделия:

Суп картофельный с бобовыми (фасоль)

Номер рецептуры: № 110329

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	20	20
или Картофель свежий продовольственный	28,57	20
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4
или Лук репчатый свежий	4,76	4
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4
или Морковь столовая свежая	5	4
Масло растительное	2	2
Бульон(или вода)	70	70
Соль	0,12	0,12
Фасоль продовольственная	5,06	5
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,56	2,19	6,21	50,8	2,60

Технология приготовления:

Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда.

Примечание:

Подготовленный картофель свежий очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут.

Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Остальные очищенные овощи промывают проточной водой в течение 5 минут. Картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лук репчатый шинкуют. Измельченные морковь и лук репчатый припускают в небольшом количестве воды(или бульона) с добавлением масла растительного в течение 10-15 мин. Фасоль перебирают, моют, кладут в холодную воду (2-3 л на 1 кг бобовых) на 5-8 часов, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до размягчения.

Подготовленную фасоль закладывают в кипящий процеженный бульон (или воду), доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные лук, морковь и варят до готовности. В конце варки добавляют соль.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

110322Д

Наименование изделия:

Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)

Номер рецептуры: № 110322

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	17	17
или Капуста белокочанная свежая	21,25	17
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	10	10
или Картофель свежий продовольственный	14,29	10
Крупа Перловая	4	4
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	5	5
или Морковь столовая свежая	6,25	5
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4
или Лук репчатый свежий	4,76	4
Масло растительное	2	2
Бульон (или вода)	75	75
Соль	0,24	0,24
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1	2,11	5,78	46,12	6,75

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда.

Перловую крупу перебирают, промывают сначала в теплой, затем в горячей воде, закладывают в кипящую воду (3 л на 1 кг крупы) и варят до полуготовности, отвар сливают. Подготовленные овощи промывают в проточной воде не менее 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут и нарезают шашечками. Картофель нарезают брусочками или дольками. Морковь, лук шинкуют и припускают в небольшом количестве воды (или бульона) с добавлением масла растительного в течение 10-20 мин.

В кипящий бульон (или воду) кладут подготовленную крупу, капусту белокочанную свежую, картофель и варят после закипания до готовности. За 5-7 мин до окончания варки кладут припущенные овощи.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

110333Д

Наименование изделия:

**Суп с изделиями макаронными(фигурными) группы
А на бульоне из птицы**

Номер рецептуры: № 110333

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макароны гр.А <вермишель, лапша яичная>	8	8
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4
или Морковь столовая свежая	5	4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4
или Лук репчатый свежий	4,76	4
Масло растительное	2	2
Бульон куриный (или вода)	95	95
Соль	0,1	0,1
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию.

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
2,29	2,18	6,2	53,6	0,60

Технология приготовления:

Для приготовления блюда используют бульон (или воду), полученный при варке филе птицы для второго блюда. Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи промывают под проточной водой в течение 5 минут. Подготовленные морковь, лук нарезают соломкой. Измельченные морковь и лук припускают в небольшом количестве бульона (или воды) с добавлением масла растительного в течение 10-15 мин.

В кипящий бульон кладут припущенные овощи и варят с момента закипания 5-8 мин, после чего добавляют вермишель и варят суп до готовности. За 5 минут до окончания варки в суп закладывают соль.

Температура подачи:

60-65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

110333-2Д

Наименование изделия:

Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на мясном бульоне

Номер рецептуры: № 110333-2

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макароны гр.А <вермишель, лапша яичная>	8	8
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4
или Морковь столовая свежая	5	4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4
или Лук репчатый свежий	4,76	4
Масло сливочное	2	2
Бульон мясной (или вода)	95	95
Соль	0,1	0,1
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
4,62	3,66	12,44	95,85	1,20

Технология приготовления:

Для приготовления блюда используют бульон (или воду), полученный при варке мяса для второго блюда. Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи промывают под проточной водой в течение 5 минут. Подготовленные морковь и лук нарезают соломкой. Измельченные морковь и лук припускают в небольшом количестве бульона (или воды) с добавлением масла сливочного в течение 10-15 минут.

В кипящий бульон 90-110°С кладут припущенные овощи и варят с момента закипания 5-8 минут, после чего добавляют вермишель и варят суп до готовности. За 5 минут до окончания варки в суп закладывают соль.

Температура подачи:

60-65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

110332-2Д

Наименование изделия:

Суп с клецками на мясном бульоне

Номер рецептуры: № 110332-2

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	14	14
или Картофель свежий продовольственный	20	14
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	6,4	6,4
или Морковь столовая свежая	8	6,4
Бульон мясной (или вода)	120	120
Соль	0,2	0,2
Мука Пшеничная	10	10
Яйцо*	5	5
Вода	16	16
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
3,70	0,77	9,75	60,69	1,72

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу.

Для приготовления блюда используют бульон(или воду), полученный при варке мяса для второго блюда.

Бульон процеживают. Остальные очищенные овощи промывают проточной водой в течение 5 минут.

Подготовленный картофель нарезают крупными кубиками, морковь мелкими кубиками.

Кладут в бульон (или воду) картофель, варят до полуготовности. Через 7-10 минут вводят нарезанную кубиками морковь.

Для приготовления клецок: В воду кладут соль и доводят до кипения. В кипящую жидкость, помешивая, всыпают муку, не переставая помешивают, прогревают в течение 5-10 минут. После этого массу охлаждают до 60-70°C, добавляют в 3-4 приема сырые яйца и перемешивают. Подготовленное тесто закатывают в виде жгута и нарезают на кусочки 1-1,5см и засыпают в кипящий бульон. Варят в бульоне 5-6 минут.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

110333-1Д

Наименование изделия:

Суп с изделиями макаронными(фигурными) группы А

Номер рецептуры: № 110333-1

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макароны гр.А <вермишель,лапша яичная>	8	8
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4
или Морковь столовая свежая	5	4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4
или Лук репчатый свежий	4,76	4
Масло растительное	2	2
Вода	95	95
Соль	0,1	0,1
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,01	2,18	6,2	48,47	0,6

Технология приготовления:

Для приготовления блюда используют бульон (или воду), полученный при варке филе птицы для второго блюда. Овощи промывают под проточной водой в течение 5 минут. Подготовленные морковь, лук нарезают соломкой. Измельченные морковь и лук припускают в небольшом количестве бульона (или воды) с добавлением масла растительного в течение 10-15 мин.

В кипящую воду 90-110°C кладут припущенные овощи и варят с момента закипания 5-8 мин, после чего добавляют вермишель и варят суп до готовности. За 5 минут до окончания варки в суп закладывают соль.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

110409Д

Наименование изделия:

Суп-пюре из гороха

Номер рецептуры: № 110409

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Горох колотый	12,15	12
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	4	4
или Морковь столовая свежая	5	4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	4	4
или Лук репчатый свежий	4,76	4
Масло растительное	2	2
Бульон (или вода)	80	80
Соль	0,2	0,2
Мука Пшеничная	5	5
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
3,12	1,97	10,06	70,46	0,60

Технология приготовления:

Горох сушеный перебирают, моют, кладут в холодную воду (50% от рецептурной нормы) на 3-4 часа, затем варят в той же воде без соли при закрытой крышке до готовности при температуре 90-110°C. Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи моют под проточной водой в течение 5 минут. Подготовленные морковь, лук репчатый нарезают, припускают в небольшом количестве воды (или бульона) (10% от рецептурной нормы) с добавлением масла в течение 10 мин, затем припущенные овощи и подготовленный горох протирают.

Приготовление белого соуса: Муку пшеничную слегка подсушивают на сковороде, добавляют к ней небольшое количество воды, хорошо вымешивают при слабом кипении до образования однородной массы в течение 3-5 мин, после чего протертые овощи и горох соединяют с белым соусом, разводят водой (40% от рецептурной нормы), добавляют соль, доводят до кипения при помешивании.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120538Д-1

Наименование изделия:

Суфле из печени

Номер рецептуры: № 392

Наименование сборника рецептов: Сборником технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 2013 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Печень говяжья замороженная	122,2	101,4
Яйцо*	20	20
Мука Пшеничная	1,2	1,2
Вода и/или бульон	26,4	26,4
Лук репчатый очищенный (полуфабрикат)	1,7	1,7
или лук репчатый свежий	2	1,7
Масло растительное	1,2	1,2
Соль	0,6	0,6
Масло растительное	3	3
Выход:	-	100

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
20,84	10,27	1,12	180,25	33,63

Технология приготовления:

Печень разморозить, зачистить от пленок и желчных протоков, промыть, отварить. Отварную печень пропускают через мясорубку, в массу вводят желтки яиц, белый соус, затем вводят белки, взбитые в крутую пену. Массу выкладывают в емкость, смазанную маслом растительным, слоем 2,5 - 3 см и отваривают на пару 25 - 30 минут или запекают в жарочном шкафу при температуре 220 - 250°C в течении 25-30 минут. Для приготовления соуса: муку пассируют с маслом растительным (часть от рецептурной нормы) при непрерывном помешивании, не допуская пригорания до светло - кремового цвета. В пассированную мукувливают воду и/или бульон (1/4 от рецептурной нормы) и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду и/или бульон. Лук репчатый мелко нарезают и пассеруют с оставшейся частью масла растительного, затем вводят в полученную смесь и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают с одновременным протираением разварившихся овощей и доводят до кипения, охлаждают.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 180601Д

Наименование изделия: **Сухарики из хлеба пшеничного**

Номер рецептуры: № 180601

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб из муки пшеничной	143	143
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
11,44	4,29	71,50	370,37	0,00

Технология приготовления:

Хлеб пшеничный нарезают кубиками размером 10 на 10 мм, кладут на противень и подсушивают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 180-200°С в течение 5-7 минут до хрустящего состояния.

Температура подачи: 20±5° С.

Срок реализации: не более 12-ти часов с момента приготовления.

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120539Д

Наименование изделия:

Тефтели мясные с соусом собственного производства

Номер рецептуры: № 120539

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденное	35,53	35,00
или Говядина крупный кусок замороженное	38,89	35,00
Хлеб пшеничный	12,00	12,00
Вода	10,00	10,00
полуфабрикат	10,00	10,00
или Лук репчатый свежий	11,90	10,00
Соль	0,60	0,60
Для соуса:		
Вода	70,00	70,00
Масло растительное	2,00	2,00
Мука Пшеничная	3,00	3,00
Томат-паста	2,25	2,25
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	3,60	3,60
или Морковь столовая свежая	4,50	3,60
полуфабрикат	1,80	1,80
или Лук репчатый свежий	2,14	1,80
Сахар-песок	1,20	1,20
Соль	0,50	0,50
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
8,11	8,02	10,94	148,43	2,37

Технология приготовления:

Подготовленное мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в воде. Лук репчатый очищенный мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды, охлаждают. В мясной фарш с хлебом добавляют соль, лук репчатый припущенный, повторно пропускают через мясорубку и тщательно перемешивают. Из фарша формируют тефтели в виде шариков, шарики панируют в просеянной пшеничной муке и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате до готовности при температуре 250-280°С в течение 20-25мин. Запеченные тефтели перекладывают в неглубокую посуду, заливают соусом красным основным, добавляют воду (10-20 г на порцию) и тушат до готовности при слабом кипении. При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились.

Для приготовления соуса красного основного: очищенные морковь, лук репчатый нарезают мелкой соломкой и припускают в небольшом количестве воды в течение 10-15 минут, затем вводят томат-пасту и при слабом кипении припускают еще 10-15 минут. Муку пшеничную просеивают, подсушивают, периодически помешивая, до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают и разводят теплой водой в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящую воду, затем добавляют припущенные с томат-пастой овощи и при слабом кипении варят в течение 45 - 60 минут. В конце варки добавляют соль, сахар-песок. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120403Д

Наименование изделия:

Тефтели рыбные

Номер рецептуры: № 120403

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Филе трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное	74,24	70,53
Хлеб пшеничный	20,00	20,00
Вода	8,00	8,00
полуфабрикат	10,00	10,00
или Лук репчатый свежий	11,90	10,00
Соль	0,75	0,75
Масло растительное	1,00	1,00
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
13,02	2,04	10,82	113,76	1,71

Технология приготовления:

Подготовленное филе рыбное без костей промывают, нарезают, пропускают через мясорубку вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в воде. Лук репчатый очищенный мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного, охлаждают. В фарш с хлебом добавляют соль, лук репчатый припущенный, повторно пропускают через мясорубку и тщательно перемешивают. Из фарша формируют тефтели в виде шариков, запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате до готовности при температуре 250-280°C в течение 20-25мин.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

110316Д

Наименование изделия:

Уха ростовская

Номер рецептуры: № 110316

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Филе трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное	13,16	12,5
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	30	30
или Картофель свежий продовольственный	42,86	30
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	5	5
или Лук репчатый свежий	5,95	5
Масло растительное	2	2
Вода	70	70
Соль	0,2	0,2
Помидоры	11,76	10
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию.

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
2,78	2,22	5,68	53,85	6,13

Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий очищают и промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Остальные очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. Подготовленный картофель нарезают кубиком или брусочком. В кипящую воду(часть от рецептурной нормы оставить для припускания рыбы) закладывают картофель, лук репчатый нарезанный соломкой и варят при медленном кипении. Подготовленное филе рыбы промывают, нарезают на кубики, заливают водой и за 20 минут до готовности супа припускают. За 10 минут до окончания варки добавляют соль, подготовленные помидоры нарезанные кубиком и припущенную рыбу (совместно с бульоном). За 1-2 мин до окончания варки в уху добавляют масло растительное.

Температура подачи:

60-65°C

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120540Д

Наименование изделия:

**Фрикадельки мясные паровые
собственного производства**

Номер рецептуры: № 120540

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденное	76,14	75
или Говядина крупный кусок замороженное	83,33	75
Хлеб пшеничный	25	25
Вода	21	21
Соль	0,5	0,5
Выход:	-	100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию; допускается готовое блюдо сразу полить соусом и прогреть.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
15,95	12,75	12,50	228,55	0,00

Технология приготовления:

Подготовленное мясо говядины нарезают на куски, мелко измельчают на мясорубке вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в воде, снова измельчают, добавляют соль и выбивают.

Котлетную массу разделявают в виде шариков по 2 штуки на порцию, варят в течение 20-25 минут или запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 °С в течение 20-25 минут. Хранят фрикадельки в бульоне.

Температура подачи: 60-65°С

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 200102Д

Наименование изделия: **Хлеб из муки пшеничной первого сорта**

Номер рецептуры: № 200102

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб из муки пшеничной	100	100
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,00	3,00	50,00	259,00	0,00

Технология приготовления:

Нарезанный хлеб, вынимают из пакетов, выкладывают в промаркированные емкости, нарезанный хлеб накрывают, чтобы он не заветривался и не черствел.

Температура подачи: 20±5°C

Срок реализации: В соответствии с маркировкой производителя

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № 200103Д

Наименование изделия: **Хлеб ржано-пшеничный**

Номер рецептуры: № 200103

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Хлеб ржано-пшеничный	100	100
Выход:		100

Химический состав данного блюда на 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
6,60	1,10	41,00	200,30	0,00

Технология приготовления:

Хлеб вынимают из пакетов, нарезают, выкладывают в промаркированные емкости и накрывают, чтобы он не заветривался и не черствел.

Температура подачи: 20±5°C

Срок реализации: В соответствии с маркировкой производителя

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № **160107-4Д**

Наименование изделия: **Чай с вишней**

Номер рецептуры: № 655

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания Москва, ДеЛи плюс, 2013

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай черный	0,35	0,35
или Чай черный в пакетах	0,5 шт	0,5 шт
Вода	90	90
Сахар-песок	7,0	7,0
Вишня б/з	23	23
Выход:		100

Химический состав данного блюда 100гр.

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,18	0,05	9,43	38,87	3,45

Технология приготовления:

Для приготовления чая-заварки используют фарфоровый или фаянсовый чайник, или посуду из нержавеющей стали. Емкость первоначально ополаскивают крутым кипятком, насыпают чай черный на определенное количество порций. Заливают кипятком на 1/3 объема чайника, закрывают крышкой, настаивают 5-10 мин. На одну порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки. Не следует смешивать чай-заварку с чаем сухим.

Воду кипятят, добавляют сахар, ягоды и доводят до кипения. Процежанную чай-заварку заливают подготовленным сиропом, настаивают в течение 5 минут. Заваренный чай кипятить и длительно хранить на плите не рекомендуется, так как вкус и аромат чая ухудшаются.

Допускается чай разлить в чайники непосредственно перед раздачей и производить порционирование.

Сахар можно подавать отдельно.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: чай - заварки - не более 30 минут с момента заварки
напитка - не более 2 - х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № **160107-2Д**

Наименование изделия: **Чай с клюквой**

Номер рецептуры: № 655

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания Москва, ДеЛи плюс, 2013

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай черный	0,35	0,35
или Чай черный в пакетах	0,5 шт	0,5 шт
Вода	90	90
Сахар-песок	7,0	7,0
Клюква б/з	23	23
Выход:		100

Химический состав данного блюда 100гр.

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,12	0,05	7,84	32,25	3,45

Технология приготовления:

Для приготовления чая-заварки используют фарфоровый или фаянсовый чайник, или посуду из нержавеющей стали. Емкость первоначально ополаскивают крутым кипятком, насыпают чай черный на определенное количество порций. Заливают кипятком на 1/3 объема чайника, закрывают крышкой, настаивают 5-10 мин. На одну порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки. Не следует смешивать чай-заварку с чаем сухим.

Воду кипятят, добавляют сахар, ягоды и доводят до кипения. Процежанную чай-заварку заливают подготовленным сиропом, настаивают в течение 5 минут. Заваренный чай кипятить и длительно хранить на плите не рекомендуется, так как вкус и аромат чая ухудшаются.

Допускается чай разлить в чайники непосредственно перед раздачей и производить порционирование.

Сахар можно подавать отдельно.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: чай - заварки - не более 30 минут с момента заварки
напитка - не более 2 - х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № **160107-5Д**

Наименование изделия: **Чай с курагой**

Номер рецептуры: № 655

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания Москва, ДеЛи плюс, 2013

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай черный	0,35	0,35
или Чай черный в пакетах	0,5 шт	0,5 шт
Вода	90	90
Сахар-песок	7,0	7,0
Курагой	23	23
Выход:		100

Химический состав данного блюда 100гр.

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,04	0,06	17,19	73,47	0,80

Технология приготовления:

Для приготовления чая-заварки используют фарфоровый или фаянсовый чайник, или посуду из нержавеющей стали. Емкость первоначально ополаскивают крутым кипятком, насыпают чай черный на определенное количество порций. Заливают кипятком на 1/3 объема чайника, закрывают крышкой, настаивают 5-10 мин. На одну порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки. Не следует смешивать чай-заварку с чаем сухим.

Курагу подготавливают.

Воду кипятят, добавляют сахар, курагу и доводят до кипения. Процежанную чай-заварку заливают подготовленным сиропом, настаивают в течение 5 минут. Заваренный чай кипятить и длительно хранить на плите не рекомендуется, так как вкус и аромат чая ухудшаются.

Допускается чай разлить в чайники непосредственно перед раздачей и производить порционирование.

Сахар можно подавать отдельно.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: чай - заварки - не более 30 минут с момента заварки
напитка - не более 2 - х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № **160107-1Д**

Наименование изделия: **Чай с повидлом**

Номер рецептуры: № 652

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания Москва, ДеЛи плюс, 2013

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай черный	0,35	0,35
<i>или чай черный в пакетах</i>	0,5 шт	0,5 шт
Вода	90	90
Сахар-песок	3,0	3,0
Повидло	13	13
Выход:		100

Химический состав данного блюда 100гр.

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,00	0,00	11,58	46,31	0,21

Технология приготовления:

Для приготовления чая-заварки используют фарфоровый или фаянсовый чайник, или посуду из нержавеющей стали. Емкость первоначально ополаскивают крутым кипятком, насыпают чай черный на определенное количество порций. Заливают кипятком на 1/3 объема чайника, закрывают крышкой, настаивают 5-10 мин. На одну порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки. Не следует смешивать чай-заварку с чаем сухим.

Воду кипятят, добавляют повидло, сахар, перемешивают и доводят до кипения. Чай-заварку заливают подготовленным сиропом, настаивают в течение 5 минут. Заваренный чай кипятить и длительно хранить на плите не рекомендуется, так как вкус и аромат чая ухудшаются.

Допускается чай разлить в чайники непосредственно перед раздачей и производить порционирование.

Сахар и повидло можно подавать отдельно.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: чай - заварки - не более 30 минут с момента заварки
напитка - не более 2 - х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта № 160105Д

Наименование изделия: **Чай с сахаром**

Номер рецептуры: № 160105

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай черный	0,35	0,35
или Чай черный в пакетах	0,5 шт	0,5 шт
Вода	104	104
Сахар-песок	5	5
Выход:		100

Химический состав данного блюда 100гр.

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,00	0,00	5,00	19,98	0,00

Технология приготовления:

Для приготовления чая-заварки используют фарфоровый или фаянсовый чайник, или посуду из нержавеющей стали. Емкость первоначально ополаскивают крутым кипятком, насыпают чай черный на определенное количество порций. Заливают кипятком на 1/3 объема чайника, закрывают крышкой, настаивают 5-10 мин. На одну порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки. Не следует смешивать чай-заварку с чаем сухим.

Воду кипятят, добавляют сахар и доводят до кипения. Чай-заварку заливают подготовленным кипятком, настаивают в течение 5 минут. Заваренный чай кипятить и длительно хранить на плите не рекомендуется, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Допускается чай разлить в чайники непосредственно перед раздачей и производить порционирование.

Сахар можно подавать отдельно порционно.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: чай - заварки - не более 30 минут с момента заварки
напитка - не более 2 - х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта № **160107-3Д**
 Наименование изделия: **Чай со смородиной**

Номер рецептуры: № 655

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания Москва, ДеЛи плюс, 2013

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай черный	0,35	0,35
или Чай черный в пакетах	0,5 шт	0,5 шт
Вода	90	90
Сахар-песок	7,0	7,0
Смородина б/з	23	23
Выход:		100

Химический состав данного блюда 100гр.

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,23	0,09	8,67	36,44	23,00

Технология приготовления:

Для приготовления чая-заварки используют фарфоровый или фаянсовый чайник, или посуду из нержавеющей стали. Емкость первоначально ополаскивают крутым кипятком, насыпают чай черный на определенное количество порций. Заливают кипятком на 1/3 объема чайника, закрывают крышкой, настаивают 5-10 мин. На одну порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки. Не следует смешивать чай-заварку с чаем сухим.

Воду кипятят, добавляют сахар, ягоды и доводят до кипения. Процежанную чай-заварку заливают подготовленным сиропом, настаивают в течение 5 минут. Заваренный чай кипятить и длительно хранить на плите не рекомендуется, так как вкус и аромат чая ухудшаются.

Допускается чай разлить в чайники непосредственно перед раздачей и производить порционирование.

Сахар можно подавать отдельно.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: чай - заварки - не более 30 минут с момента заварки
 напитка - не более 2 - х часов с момента приготовления

Технолог _____

Технологическая карта

Технологическая карта №

120525Д

Наименование изделия:

Шницель рубленный из говядины

Номер рецептуры: № 120525

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденное	81,22	80,00
Говядина крупный кусок замороженное	88,89	80,00
Вода	9	9
Соль	0,5	0,5
Хлеб из муки пшеничной	25	25
Масло растительное	3	3
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию.

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
16,88	16,55	12,5	266,44	0

Технология приготовления:

Мясо дефростируют, промывают.Подготовленное мясо нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде хлебом, добавляют соль, хорошо перемешивают и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют шницели плоскоооальной формы,выкладывают в смазанную маслом растительным емкость, запекают в жарочном шкафу с двух сторон при температуре 250-280°С в течение 15-20 минут или пароконвектомате при температуре 180°С в течение 15-20 минут до готовности.

Температура подачи:

60-65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

120615Д

Наименование изделия:

Шницель рубленный куриный

Номер рецептуры: № 120615

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
П/ф из птицы (курица) бескостные охлажденные или	90,91	90
П/ф из птицы (курица) бескостные замороженные	96,77	90
Вода	15	15
Яйцо *	10	10
Соль	0,6	0,6
Сухари панировочные	10	10
Масло растительное	3	3
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр.на 1 порцию.

*Яйца обрабатывают согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 и инструкции по применению дезинфицирующего средства.

Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
21,96	21,25	7,32	308,34	1,62

Технология приготовления:

Подготовленное филе птицы нарезают на куски и пропускают через мясорубку, добавляют воду, предварительно подготовленное яйцо, соль. Массу хорошо вымешивают, порционируют, формируют шницели овально-приплюснутой формы, панируют в сухарях. Полуфабрикат шницеля укладывают на противень, смазанный маслом растительным запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 220-280 °С в течение 20-25 мин до готовности. Признаком готовности является выделение бесцветного сока на разрезе.

Температура подачи:

60-65°С

Срок реализации:

не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог

Технологическая карта

Технологическая карта №

110105Д

Наименование изделия:

Щи из свежей капусты

Номер рецептуры: № 110105

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях Под ред. С.В. Маслова, 2015

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Бульон (или вода)	90	90
Капуста белокачанная очищенная полуфабрикат или Капуста белокачанная свежая	22 27,5	22 22
Картофель свежий очищенный полуфабрикат или Картофель свежий продовольственный	10 14,29	10 10
Морковь столовая очищенная полуфабрикат или Морковь столовая свежая	5 6,25	5 5
Томатная паста	0,8	0,8
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат или Лук репчатый свежий	2 2,38	2 2
Масло растительное	1	1
Соль	0,2	0,2
Выход:		100

Примечание: при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень (№ТК 180101) из расчета 0,5 гр. на 1 порцию.

Химический состав данного блюда 100гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,73	1,07	3,33	25,84	8,41

Примечание: для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда.

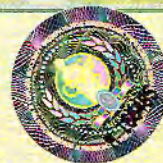
Технология приготовления:

Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Остальные очищенные овощи промывают проточной водой в течение 5 минут. У белокачанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут. Капусту белокачанную свежую нарезают тонкой соломкой. Подготовленный картофель нарезают тонкими дольками. Морковь, лук репчатый нарезают мелкой соломкой и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла растительного в течение 10-15 мин, затем добавляют томат-пасту и припускают еще 5-7 мин. В кипящую воду(или бульон) закладывают нарезанную капусту, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные овощи с томатной пастой и варят в течение 10-15 мин. Затем добавляют соль и варят до готовности.

Температура подачи: 60-65°C

Срок реализации: не более 2-х часов с момента их изготовления.

Технолог



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»

ОРГАН ИНСПЕКЦИИ

129626, Москва, Графский пер. д. 4, к. 2, 3, 4 тел. (495) 687 3619, факс (495) 687 4067
Аттестат аккредитации № RA.RU.710045 от 12.05.2015

ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

о соответствии проектной, предпроектной, нормативно-технической документации действующим техническим регламентам, государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам

№ 77.01.05.Т.001979.04.17

Дата 28.04.2017

На основании заявления № 17/02.05.000918-3

от 07.04.2017

Заявитель: Некоммерческое партнерство саморегулируемая организация "Ассоциация предприятий социального питания в сфере образования и здравоохранения" (ИНН:7720490947, ОГРН:1137799006784)

Юридический адрес: 129090, г. Москва, ЦАО, Каланчевская улица, дом 16 стр. 1

Наименование документации: Примерное меню для организации питания детей в возрасте 3-7 лет, имеющих ограничения по потреблению продуктов питания, содержащих белок коровьего молока, посещающих дошкольные образовательные организации (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов) города Москвы (с продлением срока использования меню в последующие года), в части организации питания детей в возрасте 3 - 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения с ужинами

Фактический адрес: 129090, г. Москва, ул. Каланчевская, д. 16, стр. 1

Разработчик документации: НП СРО "АПСПОЗ",

Юридический адрес разработчика: 129090, г. Москва, ул. Каланчевская, д. 16, стр. 1

Акт санитарно-эпидемиологической экспертизы № 0105-00932/ПР

от 28.04.2017

Экспертиза проведена в соответствии с действующими техническими регламентами, государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, с использованием методов и методик, утвержденных в установленном порядке.

Указанная документация соответствует

СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций". МР 2.3.1.2432-08 "Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации". Без приложения недействительно. Приложение на 1 листе.

Главный врач,
Руководитель (заместитель)
(заместитель главного врача)
органа инспекции



подпись

Иваненко А.В.

ИЗГЛАВЛОВА.В.

№ 036457





ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ
В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»
ОРГАН ИНСПЕКЦИИ

129626, Москва, Графский пер. д. 4, к. 2, 3, 4 тел. (495) 687 3619, факс (495) 687 4067
Аттестат аккредитации № RA.RU.710045 от 12.05.2015

ПРИЛОЖЕНИЕ
К ЭКСПЕРТНОМУ ЗАКЛЮЧЕНИЮ

№ 77.01.05.Т.001979.04.17

Дата 28.04.2017

Рекомендовано в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13:

1. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам в соответствии с приложением 14 СанПиН 2.4.1.3049-13.
2. Информировать родителей об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню в каждой групповой ячейке.
3. При проведении замен блюд исключить повторение блюд в тот же день и последующие (предыдущие) 2 дня.
4. Использовать данный рацион только для питания детей, имеющих обоснованную необходимость исключения из питания молочных продуктов.
5. Для подтверждения наличия лечебно-профилактического эффекта данного меню необходимо произвести его экспертную оценку в компетентных организациях.

Главный врач

(за подписью главного врача)

органа инспекции



[Handwritten signature]

Иваненко А.В.

Ф. И. О.

МИЗГАЙЛОВА А.В.





**ФЕДЕРАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
«ЦЕНТР ГИГИЕНЫ И ЭПИДЕМИОЛОГИИ В ГОРОДЕ МОСКВЕ»**

129626, г. Москва, Графский пер., д. 4 корпус 2,3,4, тел. (495)-687-36-19, факс (495)-616-65-69

**Акт
санитарно-эпидемиологической экспертизы
проектной, предпроектной, нормативно-технической документации.**

Регистрационный № *4108 - 00932/ПР* Дата *28.04.2017*

на основании заявления от 07.04.2017 г. Регистрационный № 17/02.05.000918-3

Заявитель: Некоммерческое партнерство саморегулируемая организация «Ассоциация предприятий социального питания в сфере образования и здравоохранения»

Наименование проектной документации: Примерное меню для организации питания детей в возрасте 3-7 лет, имеющих ограничения по потреблению продуктов питания, содержащих белок коровьего молока, посещающих дошкольные образовательные организации (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов) города Москвы (с продлением срока использования меню в последующие года).

Юридический адрес: 129090, г. Москва, ул. Каланчевская, д. 16, стр. 1

Фактический адрес: 129090, г. Москва, ул. Каланчевская, д. 16, стр. 1

Разработчик проектной документации: Некоммерческое партнерство саморегулируемая организация «Ассоциация предприятий социального питания в сфере образования и здравоохранения»

Перечень проектной документации, представленной для экспертизы (документы представлены в электронном виде:

- Титульный лист;
- Типовой рацион питания (циклическое 20-дневное меню) для детей в возрасте 3 – 7 лет;
- Накопительная ведомость;
- Таблица сезонных замен блюд;
- Технологические карты.

Нормативная документация: СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций" - в части требований к составлению рациона, количеству приемов пищи в зависимости от длительности пребывания детей в дошкольном образовательном учреждении, распределению ценности (калорийности) суточного рациона, использованию продуктов наличие которых в меню не допускается, повторяемости блюд, среднесуточному набору продуктов, объему порций, нижнему пределу отклонений от суточной потребности; МР 2.3.1.2432-08. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Методические рекомендации"(утв. Роспотребнадзором 18.12.2008) – в части оценки обеспечения примерным меню физиологических потребностей детей в макронутриентах, микронутриентах и энергии.

Общие сведения.

Представленный примерный типовой рацион питания разработан на 20-дневный период, содержит информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание белков, жиров, углеводов, витаминов (С, В1, В2, А) и минеральных веществ (фосфор (Р), кальций (Са), железо(Fe), магний (Mg), указания номеров технологических карт.

Данный рацион составлен для питания детей в возрасте 3-7 лет, имеющих ограничения по потреблению продуктов питания, содержащих белок коровьего молока. Вместе с тем, со-

гласно пояснительной записке, данный рацион заявлен как гипоаллергенный, но ограничения касаются только использования молочных продуктов. Поэтому данный рацион может использоваться только для питания детей, имеющих обоснованную необходимость исключения из питания молочных продуктов.

Настоящая экспертиза проведена с целью обеспечения требований в части требований к составлению рациона, количеству приемов пищи в зависимости от длительности пребывания детей в дошкольном образовательном учреждении, распределению ценности (калорийности) суточного рациона, использованию продуктов, наличие которых в меню не допускается, повторяемости блюд, среднесуточному набору продуктов, объему порций, нижнему пределу отклонений от суточной потребности и обеспечения физиологических потребностей детей в макронутриентах, микронутриентах и энергии. Для подтверждения наличия лечебно-профилактического эффекта данного меню необходимо произвести его экспертную оценку в компетентных организациях.

1) Среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для детей в возрасте 2 - 7 лет составляет:

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*
I неделя	84,02	86,21	333,69	2446,71
II неделя	86,41	84,50	317,88	2377,68
III неделя	86,24	82,05	338,38	2436,93
IV неделя	82,15	82,42	329,06	2386,57
Итого:	84,70	83,79	329,75	2411,97

В представленном рационе содержание белков составляет 156,86 %, жиров – 139,66 %, углеводов – 126,34 %, общая калорийность – 134,00 % от суточной потребности.

Соотношение животного белка к общему белку в целом за рацион составляет 60,65%.

Соотношение основных веществ (белков, жиров и углеводов) близко к оптимальному значению.

2) При исключении из рациона 2-го ужина среднесуточная пищевая и энергетическая ценность рациона питания для детей в возрасте 3 - 7 лет составляет:

	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал*
I неделя	82,12	82,60	292,38	2241,36
II неделя	84,22	82,10	276,50	2181,80
III неделя	84,07	78,78	295,60	2227,69
IV неделя	79,99	79,38	287,19	2183,17
Итого:	82,60	80,72	287,92	2208,50

При этом содержание белков составляет 152,96 %, жиров – 134,53 %, углеводов – 110,31 %, общая калорийность – 122,69 % от суточной потребности.

Соотношение животного белка к общему белку в целом за рацион составляет 62,07%.

Соотношение основных веществ (белков, жиров и углеводов) близко к оптимальному значению.

*Энергетическая ценность определялась по формуле:

Энергетическая ценность (ккал) = белки (г)*4 + жиры (г)*9 + углеводы (г)* 4.

Формирование рациона.

Представленный примерный 20-дневный рацион питания для детей в возрасте 3 - 7 лет предусматривает шестиразовое питание (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин). Соотношение калорийности по приемам пищи для детей в возрасте 3 - 7 лет:

	I неделя		II неделя		III неделя		IV неделя		Итого:	
	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма	Фактич.	Норма
Завтрак	24	20-25	24	20-25	24	20-25	25	20-25	24	20-25
Второй завтрак	2	5	2	5	2	5	2	5	2	5
Обед	29	30-35	28	30-35	30	30-35	29	30-35	29	30-35
Полдник	16	15	16	15	15	15	16	15	16	15
Ужин	21	20-25	22	20-25	19	20-25	20	20-25	20	20-25
Второй ужин	8	5	8	5	9	5	9	5	8	5

Распределение энергетической ценности (калорийности) в рационе примерно соответствует рекомендуемым значениям, предусмотренным СанПиН 2.4.1.3049-13 +/- 5%.

Рацион питания составлен с учётом особенностей здоровья детей, предполагает использование всех видов продукции кроме молочных продуктов из рекомендуемого среднесуточного набора пищевых продуктов, в том числе используемых для приготовления блюд и напитков, для обучающихся общеобразовательных учреждений.

Наличие запрещенных продуктов и блюд не отмечено.

Завтрак, как правило, состоит из горячего блюда (каши, запеканки), мясного блюда (в т.ч. в виде пюре), хлеба и горячего напитка. Обед – из закуски, первого блюда, второго блюда, напитка.

Суммарные объемы блюд по приемам пищи в целом соответствуют предусмотренным СанПиН 2.4.1.3049-13. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рацион обеспечивает физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Ежедневно в питании детей используется мясо (или рыба), овощи (в т.ч. картофель), фрукты, хлеб, крупы, растительное масло, сахар, соль. Птица, соки и яйцо используются в рационе не менее 2 раз в неделю.

Расчет пищевой и энергетической ценности блюда (согласно пояснительной записке) рассчитан на основании таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания И.М.Скурихин, В.А. Тутельян., 2008. В примерном меню соблюдены требования настоящих санитарных правил пищевой и энергетической ценности, суточной потребности в основных витаминах и микроэлементах, дополнительно витаминизация блюд не проводится.

Объемы порций приготавливаемых блюд в основном соответствуют рекомендуемым нормам СанПиН 2.4.1.3049-13. Имеющиеся отступления не являются значимыми учитывая, что в целом рационы обеспечивают физиологическую потребность организма в основных пищевых веществах и энергии (с учетом количества приемов пищи).

Продукты, блюда и кулинарные изделия, запрещенные или не рекомендованные для использования в питании детей и подростков, в рационе отсутствуют. Повторение в рационе одних и тех же блюд в один и тот же день и в два последующих дня не отмечено. Повторение блюд на третий день: Булочка Городская (9, 12 день), Изделия макаронные отварные (1, 4, 10, 13, 16 день), Пюре из кур (1, 4, 12, 15 день), Чай с клюквой (1, 4, 7 день), Кисель абрикосовый (10, 13 день), Оладьи (10, 13 день), Отвар шиповника (10, 13, 17, 20 день), Булочка Домашняя (11, 14 день), Напиток яблочный (11, 14 день), Шницель рубленый из говядины (11, 14 день), Рис отварной (12, 15 день), Компот из плодов сухих (чернослив) (12, 15, 18, 1 день), Чай с вишней (14, 17, 20, 3 день), Кисель из клюквы быстрозамороженной (15, 18 день), Чай с курагой (15, 18 день), Повидло (18, 1 день), Булочка с изюмом (19, 2 день), Омлет с морковью (19, 2 день), Компот из плодов свежих (груши) (2, 5, 16, 19 день), Шницель рубленый куриный (2, 5, 16, 19 день), Каша из хлопьев овсяных (2, 5, 8 день), Напиток из плодов сухих (изюм) (2, 5, 9, 12, 15, 19 день), Чай со смородиной (2, 5, 9, 12, 16, 19 день), Котлеты рубленые из птицы (3, 6 день), Пюре из говядины (3, 6, 10, 13, 17, 20 день), Чай с сахаром (3, 6, 10, 13, 17, 20 день), Каша гречневая рассыпчатая (3, 6, 13, 16 день), Компот из плодов сухих (3, 6, 17, 20 день), Кисель яблочный (4, 7 день), Салат из капусты с растительным маслом (4, 7 день), Чай с курагой (4, 7 день), Напиток вишневый (4, 7, 10, 13, 16 день), Напиток витаминный (5, 8, 11, 14, 18, 1 день), Чай с повидлом (6, 9 день), Ватрушка с повидлом (6, 9, 12 день), Булочка Любимая (7, 10 день), Рыба (филе) припущенная (7, 10, 15, 18 день), Капуста, тушеная с мясом (9, 12 день), Помидоры свежие (9, 12 день).

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности.

Профилактика витаминной и микроэлементной недостаточности обеспечена за счет разнообразия пищевых продуктов, с естественным содержанием необходимых витаминов и минеральных веществ (с учетом потерь при тепловой обработке), а также использования в меню свежих плодов и ягод. Для профилактики йододефицитных состояний рекомендовано использовать йодированную соль.

1) Среднесуточное содержание микронутриентов в рационе питания для детей в возрасте 3 - 7 лет составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мкг рет.эquiv
I неделя	133,12	1,06	1,52	1439,88

II неделя	161,00	1,13	1,63	1406,04
III неделя	152,57	1,15	2,02	2384,96
IV неделя	173,50	1,12	1,64	1645,59
Итого:	155,05	1,11	1,70	1719,12

	Кальций	Фосфор	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	814,96	1405,87	22,73	303,28
II неделя	979,75	1587,39	24,98	317,71
III неделя	930,85	1548,49	26,89	320,13
IV неделя	913,56	1441,79	25,22	308,53
Итого:	909,78	1495,88	24,95	312,41

В представленном рационе содержание витамина С, витамина В1, витамина В2, витамина А, кальция, фосфора, железа, магния полностью удовлетворяет суточную потребность и не превышает верхних уровней потребления по МР 2.3.1.2432-08.

Соотношение кальция к фосфору близко к оптимальному значению.

2) При исключении из рациона 2-го ужина среднесуточная пищевая ценность по микронутриентам рациона питания для детей в возрасте 3 - 7 лет составляет:

	Витамин С, мг	Витамин В1, мг	Витамин В2, мг	Витамин А, мкг рет.экв
I неделя	121,94	1,04	1,50	1438,27
II неделя	138,95	1,09	1,60	1405,24
III неделя	118,97	1,12	1,98	2384,15
IV неделя	120,84	1,08	1,59	1644,38
Итого:	125,17	1,08	1,67	1718,01

	Кальций	Фосфор	Железо, мг	Магний, мг
I неделя	797,83	1377,42	21,61	291,69
II неделя	965,97	1561,17	24,17	308,33
III неделя	915,13	1521,70	26,18	310,95
IV неделя	899,10	1417,21	24,35	301,42
Итого:	894,51	1469,38	24,08	303,10

При этом содержание витамина С, витамина В1, витамина В2, витамина А, фосфора, железа, магния полностью удовлетворяет суточную потребность и не превышает верхних уровней потребления по МР 2.3.1.2432-08: содержание кальция – 99,39 % от суточной потребности.

Технология изготовления кулинарной продукции.

При составлении рациона и разработке технологических карт (согласно пояснительной записке) учитывались требования «Методических рекомендаций по организации питания обучающихся и воспитанников образовательных учреждений», Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации Методические рекомендации МР 2.3.1.2432 -08, СанПиН 2.4.1.2660-10, СанПиН 2.3.2.1940-05 «Организация детского питания». приведены рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий – разработанные с использованием требований к оказанию единой комплексной услуги по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях системы Департамента образования города Москвы в 2012 году, технологической инструкцией по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (К ГОСТ 30390-95 / ГОСТ 50763-95) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, под. ред. Лапшиной В.Т. - М: Хлебпродинформ, 2004 г., Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания I, II часть- сост. Лапшина В.Т., Марчук Ф.Л., М: Хлебпродинформ, 1996, 1997 г.; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания Москва Экономика 1983 г. и технологические карты для продукции (кулинарных изделий, готовых блюд) промышленного изготовления по утвержденным техническим условиям, инструкциям. Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно – методическое пособие / Сост. А.В. Румянцев -3 - е изд. пе-

рераб. И доп.- М.: Издательство Дело и Сервис, 2002; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / Под ред. С.В. Маслова, 2015; Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2012; Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М. ДеЛи принт, 2011; Сборник рецептур на продукцию общественного питания / Составитель Могильный М.П.- М.: ДеЛи плюс, 2013; Сборник рецептур на продукцию на продукцию диетического питания для предприятия общественного питания / Под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна.- М.: ДеЛи плюс, 2013.

С целью обеспечения требований СанПиН 2.4.1.3049-13 в период после 1 марта предусмотрена сезонная замена блюд в соответствии с таблицей замены блюд, изготавливаемых по технологическим картам, предусматривающим термическую обработку овощей.

Выборочно рассмотренные технологические карты предусматривают технологию изготовления кулинарной продукции в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Установлено:

Экспертиза проведена в соответствии с действующими техническими регламентами, государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами, государственными стандартами, с использованием методов и методик, утвержденных в установленном порядке.

Проектная документация: Примерное меню для организации питания детей в возрасте 3-7 лет, имеющих ограничения по потреблению продуктов питания, содержащих белок коровьего молока, посещающих дошкольные образовательные организации (с пребыванием 8 - 10 часов, 11-12 и более часов) города Москвы (с продлением срока использования меню в последующие года), в части организации питания детей в возрасте 3 – 7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения с ужинами, **соответствует** требованиям СанПиН 2.4.1.3049-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций". Содержание макронутриентов, микронутриентов и энергетическая ценность рациона обеспечивает физиологические потребности детей 3 – 7 лет, указанные в МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Методические рекомендации» (утв. Роспотребнадзором 18.12.2008).

Рекомендовано в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13:

1. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов по белкам и углеводам в соответствии с приложением 14 СанПиН 2.4.1.3049-13.
2. Информировать родителей об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню в каждой групповой ячейке.
3. При проведении замен блюд исключить повторение блюд в тот же день и последующие (предыдущие) 2 дня.
4. Использовать данный рацион только для питания детей, имеющих обоснованную необходимость исключения из питания молочных продуктов.
5. Для подтверждения наличия лечебно-профилактического эффекта данного меню необходимо произвести его экспертную оценку в компетентных организациях.

Настоящий акт санитарно-эпидемиологической экспертизы выдан для оформления экспертного заключения.

Лицо, ответственное за подготовку

экспертного заключения: *отдел гигиены детей и подростков*

Заведующий отделом гигиены детей и подростков

Петренко А.О.

должность

подпись

ФИО

ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
НАУКИ
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР
ПИТАНИЯ, БИОТЕХНОЛОГИИ И
БЕЗОПАСНОСТИ ПИЩИ
(ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»)

109240, г. Москва, Устьинский проезд, 2/14
Тел. +7(495) 698-53-60; факс: +7(495) 698-53-79
ОКПО 01897222 ОГРН 1027739311907
ИНН 7705004254 КПП 770501001
E-mail: mailbox@ion.ru Сайт: www.ion.ru

Исполнительному директору
НП СРО «АПСПОЗ»
С.Ю. Углову

14.05.17 № 529/Э-311/и-17
На № 343 от 02.05.2017

В ответ на Ваше письмо (исх.№80 от 02.05.2017; вх. №343/п от 02.05.2017) относительно возможности использования в детских дошкольных коллективах «Примерного меню для организации питания детей в возрасте 3-7 лет, имеющих ограничения по потреблению продуктов питания, содержащих белок коровьего молока, посещающих дошкольные образовательные организации (с пребыванием 8-10 часов, 11-12 и более часов) города Москвы», ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» сообщает следующее.

Анализ произведен на основе представленных документов: 20-дневного рациона питания; накопительной ведомости; таблиц сезонных замен блюд; технологических карт; экспертного заключения ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в городе Москве» №77.01.05.Т.001979.04.17 от 28.04.2017 (аттестат аккредитации RA.RU.710045 от 12.05.2015); акта санитарно-эпидемиологической экспертизы ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в городе Москве» № 0105-00932/ПР от 28.04.2017.

Данный рацион предназначен для питания детей, посещающих дошкольные образовательные организации и имеющих медицинские показания к исключению молока и молочных продуктов.

Проведенная оценка документации позволяет заключить, что по своей концепции и пищевой ценности рацион соответствует требованиям к организации питания детей в ДООУ, нуждающихся в безмолочной диете, в том числе в связи с аллергией к белкам коровьего молока.

По содержанию пищевых веществ и энергии разработанный рацион соответствует нормативным документам по организации питания детей (СанПиН 2.4.1.349-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»; МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации»). При этом отсутствие в меню молочных продуктов не может гарантировать достаточную обеспеченность рядом нутриентов, в первую очередь кальцием, несмотря на дополнительное включение его немолочных источников (рыбы, мяса, птицы, яиц), что требует дополнительного изучения.

Следует отметить, что для внедрения безмолочных рационов в питание детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения, необходим анализ частоты

13682

встречаемости непереносимости молока и молочных продуктов, а также оценка клинической эффективности разработанного рациона у детей с соответствующими медицинскими показаниями.

Директор ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии»
член-корр.РАН, профессор



Д.Б.Никитюк