

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 311

Наименование блюда : **Омлет натуральный**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Первалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Яйцо	1 шт	40						
Молоко	25	25						
Масса омлетной смеси	-	65						
Масса готового омлета	-	63						
Масло сливочное	2,5	2,5						
Итого :			5,60	5,60	8,60	0,00	1,52	105,88

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Ca	Fe
0,03	0,22	0,00	52,60	1,04

Выход : 65

Технология приготовления: подготовленные, в соответствии с санитарными правилами, яйца разбивают, добавляют в яичную смесь молоко, йодированную соль, перемешивают и слегка взбивают до образования пены. Затем выливают в разогретую смазанную маслом сковороду или на противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-200 °С 8-10 мин до образования легкой румяной корочки. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2-3 шт и соединять с общей массой. Перед подачей нарезают на порции, кладут на тарелку, поливают растопленным сливочным маслом, посыпают мелко нарезанной зеленью.

Температура подачи: 65 °С

Срок реализации : не более 30 минут с момента приготовления.

Требования к качеству : консистенция омлета нежная, пористая, поверхность слегка зарумянена.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 107

Наименование блюда : **Бутерброды с маслом (1-й вариант)**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				Энерг. ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	вт.ч. раст		
Масло сливочное	20	20						
или шоколадное	20	20						
или фруктовое	20	20						
Хлеб пшеничный	20	20						
Итого : (по яблокам)			1,62	0,10	16,66	0,16	10,00	
							196,42	

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,02	0,03	0,00	6,40	0,26

Выход : 40

Технология приготовления: размягченное масло наносят на хлеб и наносят рисунок с помощью специального ножа.

Хранят не более 15 мин. при температуре 6°C.

Требования к качеству : бутерброды красиво оформлены, вкус и аромат соответствует свежему маслу, поверхность не заветрена.

Утверждаю:
 заведующий МБДОУ -д/с № 2
 «Ягодка»
 Н.В. Савакова

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 508

Наименование блюда : **Какао с молоком**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г					Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б		Ж		У	
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Какао-порошок	3	3						
Вода	110	110						
Сахар	20	20						
Молоко	100	100						
Итого :	-	-	2,61	2,61	0,45	0,4	25,95	118,29

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,03	0,07	0,65	117,39	0,51

Выход : 200

Технология приготовления: какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Температура подачи : 65°С

Срок реализации : не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству : цвет напитка – светло-коричневый с красноватым оттенком, вкус и запах свойственный какао, сладкий.

Утверждаю:
 заведующий МБДОУ -д/с № 2
 «Ягодка»
 Н.В. Савакова

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 526

Наименование блюда : **Компот из плодов или ягод сушеных**

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				Энерг. ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	вт.ч. раст		
Яблоки	15	56*						
или груши	30	45*						
или курага ✓	20	37*						
или чернослив	25	37*						
или урюк	25	46*						
или изюм	20	32*						
Сахар	15	15						
Вода	202	202						
Итого : (по яблокам)			0,33	0,00	0,20	0,20	21,87	90,58

*Масса плодов или ягод отварных.

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,02	0,00	0,28	8,46	7,17

Выход : 200

Технология приготовления : плоды перебирают, крупные измельчают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Сушеные груши варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, чернослив-урюк-курагу 10-20 минут, изюм 5-10 минут. Компот охлаждают. При отпуске в стакан кладут фрукты и заливают отваром.

Температура подачи : 14 °С

Срок реализации : не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству : вкус и запах кисло-сладкий или сладкий, в зависимости от входящих в компот сухофруктов. Аромат соответствует виду фрукта. Консистенция жидкая, плоды пропитаны отваром, сварены до полной готовности. Отвар прозрачен. Не допускаются посторонние примеси и порченные плоды.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 160

Наименование блюда : **Суп картофельный с клецками**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Картофель	267	200						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	10	10						
Бульон или вода	750	750						
Клецки готовые на выход 1000г супа	-	100						
Итого :			4,86	0,00	10,89	10,89	26,69	
							261,48	

*расчет химического состава проводился без учета клецок.

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,23	0,15	31,4	39,65	2,05

Выход : 1000/100

Технология приготовления: в кипящий бульон кладут картофель, нарезанный брусочками и варят 5 мин., затем кладут нарезанные морковь, лук, припущенные с добавлением масла и варят еще 10 мин. Клецки варят отдельно в подсоленной воде небольшими партиями. При отпуске в тарелку с супом кладут клецки.

Клецки: в воду или бульон кладут йодированную соль, масло, доводят до кипения, помешивая, высыпают просеянную муку и проваривают тесто, продолжая помешивать, 10 мин., затем охлаждают, добавляют в три приема яйца, хорошо перемешивают. Тесто закатывают в виде жгута и нарезают кружочками массой 10г, закладывают в кипящую подсоленную воду (5л на 1кг), варят 7 мин, откидывают и сразу же раскладывают в тарелки, не хранят.

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации : не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству : бульон должен быть прозрачным. Овощи сохраняют форму нарезки, мягкие, клецки проварены. Вкус и аромат свойственный продуктам рецептуры.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 441

Наименование блюда : **Картофельное пюре**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Картофель	113	84						
Молоко	16	15*						
Масло сливочное	4,5	4,5						
Итого :			2,05	0,44	4,24	0,32	9,39	96,86

*Масса кипяченого молока.

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,09	0,07	3,40	24,24	0,76

Выход : 100

Технология приготовления: очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50см), солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1см. доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, протирают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80°C. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, масло сливочное. Пюре доводят до температуры 100°C, постоянно помешивая и прогревают 5-6 мин.

Температура подачи: 65 °С

Срок реализации : не более одного часа с момента варки.

Требования к качеству : консистенция – густая, пышная, однородная масса без комочков не протертого картофеля. Цвет от кремового до белого, без темных включений . вкус и запах – слегка соленый, нежный, с ароматом молока и масла. Не допускается запах подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 354

Наименование блюда : **Рыба, тушеная в томате с овощами**

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Треска*	112	84						
или минтай*	113	87						
или горбуша*	112	86*						
Вода или бульон	25	25						
Морковь	32	25						
Петрушка (корень)	5	4						
Лук репчатый	17	14						
Томат-пюре	9	9						
Масло растительное	7,5	7,5						
Сахар	2,5	2,5						
Масса тушеной рыбы	-	70						
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом	-	140						
Итого:			13,35	12,42	7,19	0,07	0,01	142,15

*Масса кипяченного молока.

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Ca	Fe
0,09	0,08	2,88	36,14	0,63

Выход :140

Технология приготовления: рыбу разделяют на филе с кожей без костей, нарезают под углом 90° по одному куску на порцию, укладывают в смазанный маслом сотейник слоями: слой рыбы, слой овощей и т.д. Овощи нарезаны соломкой. Заливают водой или бульоном, сваренным из рыбных отходов, доводят до кипения, добавляют пассерованные томат-пюре, сахар, йодированную соль, закрывают крышкой и тушат до готовности - 45-50 мин. За 5 мин до готовности вводят специи. Рыбу отпускают с гарниром и соусом, в котором рыба тушилась.
 Гарниры: картофель отварной (крупный кубик), пюре картофельное, рассыпчатые каши.

Температура подачи : 65 °С

Срок реализации : не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству : рыба хорошо очищена, куски целые, сохранившие форму, консистенция мягкая. Рыба залита соусом с овощами. Цвет рыбы на поверхности светло-оранжевый, на разрезе - белый или розоватый. Аромат свойственный виду рыбы, овощей, томата-пюре.

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 133

Наименование блюда : **Икра свекольная или морковная**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Свекла свежая	96	75*						
или морковь	94	75*						
Лук репчатый	21	18						
Томатное пюре	28	28						
Масло растительное	8	8						
Лимонная кислота	0,45	0,45						
Сахар	1,2	1,2						
Итого (по свекле) :			1,40	0,00	7,53	7,53	6,31	118,94

*Масса вареный очищенных овощей

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,03	0,03	6,30	36,59	1,54

Выход : 100

Технология приготовления: свеклу или морковь отваривают, очищают от кожицы и измельчают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассерования добавляют томатное пюре. Измельченные овощи соединяют с пассерованным луком, добавляют йодированную соль, лимонную кислоту, сахар, прогревают и охлаждают. Отпускают 50-100 г на порцию.

Температура подачи : 14°С

Срок реализации : не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству : консистенция густая, однородная. Цвет свекольной икры малиново-красный, морковной – оранжевый. Вкус и запах продуктов, входящих в блюдо.

Утверждаю:
заведующий МБДОУ -д/с № 2
«Ягодка»

Н.В. Савакова

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 122

Наименование блюда : **Хлеб пшеничный**

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Хлеб пшеничный формовой	100	100						
Итого :	-	-	7,60	0,00	0,80	0,80	49,20	235,00

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,11	0,03	0,00	20,00	1,10-

Выход : 100

Технология приготовления: нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

Требования к качеству : форма нарезки сохранена. Цвет, вкус, запах пшеничного хлеба.

Утверждаю:
заведующий МБДОУ -д/с № 2
«Ягодка»
Н.В. Савакова

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 123

Наименование блюда : **Хлеб ржаной**

Наименование сборника рецептур: Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Хлеб ржаной формовой	100	100						
Итого :	-	-	6,60	0,00	1,20	1,20	33,40	174,00

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,18	0,08	0,00	35,00	3,90

Выход : 100

Технология приготовления: нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол

Требования к качеству : форма нарезки сохранена. Цвет, вкус, запах ржаного хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 522

Наименование блюда : **Компот из смеси сухофруктов**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				Энерг. ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	вт.ч. раст		
Смесь сухофруктов	25	30,5*						
Сахар	15	15						
Вода	190	190						
Итого : (по яблокам)			0,56	0,00	0,00	0,00	27,40	
							111,84	

*Масса сухофруктов отварных.

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,01	0,01	0,15	56,37	1,58

Выход : 200

Технология приготовления: сушеные фрукты перебирают, сортируют по видам, несколько раз промывают в теплой воде, затем закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности : груши варят 1,5-2 часа, яблоки 20-30 минут, урюк 18-20 минут, изюм 5-10 минут. Охлаждают . При отпуске в стакан кладут фрукты и заливают отваром.

Температура подачи : 14 °С

Срок реализации : не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству : не допускаются посторонние примеси и порченные плоды. Ягоды и плоды сварены до полной готовности и пропитаны отваром. Отвар – прозрачный. Вкус сладкий. Вкус и запах соответствуют использованным в компоте сухофруктам. Цвет – коричневый или темно-коричневый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 180

Наименование блюда : **суп молочный с макаронными изделиями**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Молоко	700	700						
Вода	300	300						
Масло сливочное	10	10						
Сахар	8	8						
Макаронны, лапша, вермишель, фигурные изделия	80	80						
Итого :			28,56	19,94	26,26	1,02	86,25	715,68

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,34	0,98	4,55	782,78	1,87

Выход : 1000

Технология приготовления: макаронные изделия отдельно отваривают в кипящей соленой воде до полуготовности: макароны – 15 мин, лапшу – 10 мин, вермишель – 5 мин. Воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды, варят, помешивая, до готовности с добавлением йодированной соли, сахара, в конце – масла сливочного.

Температура подачи: 75 °С

Срок реализации : не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству : консистенция макаронных изделий мягкая, форма должна быть сохранена. Цвет белый, вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 267

Наименование изделия: **Блины**

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	1 порция
	брутто, г	нетто, г
Мука пшеничная	66	66
Молоко или вода	110	110
Яйца	¼	¼
Сахар	4	
Масло сливочное	5	4
Соль	1,2	1,2
Дрожжи прессованные	4	4
Масса теста	-	195
Масло растительное	5	5
Масло сливочное	10	10
Джем	20,2	20
Выход с маслом:		150/10
Выход с джемом:		150/20

Химический состав данного блюда

	Пищевые вещества				Минер, вещества, мг		Витамины, мг		
	белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
с маслом	11,3	17,65	62,8	428	129,6	2,00	0,23	0,27	0,56
с джемом	11,8	10,6	72,9	434	132,4	2,09	0,23	0,20	0,73

Технология приготовления: В небольшом количестве воды или молока растворяют соль, сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до температуры 30-35°C, добавляют муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы. Затем вливают растопленное сливочное масло и снова перемешивают и оставляют в теплом месте на 3-4 часа. В процессе брожения тесто перемешивают. Блины выпекают с обеих сторон диаметром 15см. отпускают по 3 шт на порцию.

Требования к качеству:

Внешний вид: блины одинакового размера и толщины, хорошо прожарены

Консистенция: пышная, мягкая

Цвет: от желтого до золотистого

Вкус: свежесдобитого дрожжевого теста, приятный, слабосоленый

Запах: выпеченных блинов.

Утверждаю
 заведующий МБДОУ - д/с № 2
 «Ягодка» Н.В. Савакова



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 507

Наименование блюда : **Чай с молоком**

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений, под общей редакцией профессора А.Я.Перевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Чай - заварка	50	50						
Вода	100	100						
Сахар	15	15						
Молоко	50	50						
Итого :	-	-	1,45	1,45	1,25	0,00	17,44	87,12

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Ca	Fe
0,02	0,08	0,65	65,40	0,92

Выход : 200

Технология приготовления: в стакан наливают заварку, добавляют сахар, кипяток и горячее кипяченое молоко.

Температура подачи : 65°С

Срок реализации : не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству : напиток имеет аромат чая, смягченный добавленным молоком. Цвет светло-коричневый, непрозрачный.

