

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№020

Наименование изделия: **БАНАН СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры: **TKN№020**

Наименование сборника рецептур: **TKN№020**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАНАН	142,9	100
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,50
Жиры, г	0,50
Углеводы, г	21,00
Энергетическая ценность, ккал	96,00

В1, мг	0,07
С, мг	4,02
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,07

Са, мг	7,24
Mg, мг	37,99
P, мг	25,33
Fe, мг	0,54
K, мг	349,74
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Бананы промывают, очищают от кожуры. Нарезают кусочком.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТК №004

Наименование изделия: **БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры: **ТК №004**

Наименование сборника рецептур: **ТК №004**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15
Выход: 15		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,10
Жиры, г	0,50
Углеводы, г	7,70
Энергетическая ценность, ккал	39,30

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

Са, мг	2,60
Mg, мг	1,80
Р, мг	8,80
Fe, мг	0,20
К, мг	13,80
l, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Батон пшеничный нарезают ломтиками.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТК №004

Наименование изделия: **БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры: **ТК №004**

Наименование сборника рецептур: **ТК №004**

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

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,50
Жиры, г	0,60
Углеводы, г	10,30
Энергетическая ценность, ккал	52,40

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

Са, мг	3,46
Mg, мг	2,39
Р, мг	11,70
Fe, мг	0,27
К, мг	18,35
l, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Батон пшеничный нарезают ломтиками.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТК №004

Наименование изделия: **БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры: **ТК №004**

Наименование сборника рецептур: **ТК №004**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25
Выход: 25		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,88
Жиры, г	0,75
Углеводы, г	12,90
Энергетическая ценность, ккал	66,00

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

Са, мг	4,34
Mg, мг	3,01
Р, мг	14,70
Fe, мг	0,33
К, мг	23,05
l, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Батон пшеничный нарезают ломтиками.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 57

Наименование изделия: **БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **57**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	33,33	25
с 01.09 по 31.12	31,25	25
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,6	12,5
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	19,23	12,5
с 01.03 по 31.07	20,83	12,5
с 01.08 по 31.08	15,63	12,5
с 01.09 по 31.10	16,67	12,5
с 01.11 по 31.12	17,86	12,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10,4	7,8
с 01.09 по 31.12	9,75	7,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,7	4,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,2	3,2
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,9	124,9
ГОВЯДИНА Б/К	25,6	16
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
Выход: 200/10/5		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,26
Жиры, г	6,42
Углеводы, г	8,18
Энергетическая ценность, ккал	110,23

В1, мг	0,05
С, мг	5,52
А, мг	0,18
Е, мг	1,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,07

Са, мг	32,65
Mg, мг	19,27
P, мг	56,53
Fe, мг	1,14
K, мг	291,79
I, мкг	5,36
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Говядину обрабатывают, отваривают, порционируют, заливают бульоном и подвергают вторичному кипячению в течение 5-7 минут, хранят в бульоне или на мармите не более 1 часа., кладут в порционную посуду перед отпуском.

Свеклу, капусту, лук подготавливают - лук мелко шинкуют соломкой. Картофель нарезают брусочками. Свеклу припускают с томатным пюре в небольшом количестве воды, морковь и лук припускают. В кипящий бульон закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 минут, кладут припущенные овощи и варят борщ до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль, сахар, добавляют сметану и доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 479

Наименование изделия: **БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"**

Номер рецептуры: **479**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29,5	29,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,6	8,6
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	13,27	13,27
ДРОЖЖИ	0,3	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
ВАНИЛИН	0,03	0,03
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3
Выход полуфабриката		62,73
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,36
Жиры, г	3,35
Углеводы, г	25,65
Энергетическая ценность, ккал	158,50

В1, мг	0,05
С, мг	0,07
А, мг	0,03
Е, мг	0,24
Д, мкг	0,12
В2, мг	0,06

Са, мг	35,54
Mg, мг	8,43
P, мг	61,49
Fe, мг	0,44
K, мг	73,03
I, мкг	2,13
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто готовят безопасным способом. В дежу тестомесильной машины загружают подготовленный творог. Приливая молоко температурой 70-100° С (40-50% рецептурного количества), доводят температуру смеси до 35-40° С, добавляют сахар (15-20% рецептурного количества), муку (2-4% рецептурного количества), подготовленные дрожжи. Смесь перемешивают и выдерживают при температуре 35-40° С до увеличения объема в 1,5-2 раза в течение 30-40 мин. В подготовленную смесь добавляют оставшиеся по рецептуре молоко (35-40° С), сахар, соль, ванилин, яйца, муку и перемешивают в течение 7-8 мин. Затем вводят растопленное сливочное масло и замешивают тесто до однородной консистенции и легкого отделения его от стенок дежи. Тесто ставят для брожения на 1,5-2 ч при температуре 35-40° С. Первую обминку производят через 50-60 мин. В процессе брожения тесто обминают 2 раза. Разделку производят машинным способом или вручную. Из теста формируют жгутики массой 59 г, заготовки сворачивают с обеих концов к середине в виде улиток, укладывают на смазанные жиром листы, растаивают в течение 30-35 мин, поверхность смазывают яично-молочной смазкой, выпекают при температуре 200-220° С в течение 10-12 мин. При выпечке булочки в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 467

Наименование изделия: **БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ**

Номер рецептуры: **467**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2
САХАР ПЕСОК	6,6	6,6
САХАР ПЕСОК	2	2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8,9	8,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	0,81
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
ДРОЖЖИ	1,1	1,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,1	17,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6
Выход полуфабриката		77,41
Выход: 60		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,53
Жиры, г	8,33
Углеводы, г	35,89
Энергетическая ценность, ккал	236,34

В1, мг	0,06
С, мг	0,00
А, мг	0,04
Е, мг	0,47
Д, мкг	0,15
В2, мг	0,04

Са, мг	10,29
Mg, мг	6,64
Р, мг	38,19
Fe, мг	0,45
К, мг	58,72
I, мкг	0,81
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

Технология приготовления:

Приготавливают булочку домашнюю из дрожжевого теста с влажностью 34% формируют шарики, кладут их швом вниз на смазанные маслом растительным маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 мин. Поверхность шариков перед выпечкой посыпают сахаром-песком.

Булочку домашнюю можно выпекать массой 50 г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 477

Наименование изделия: **БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ**

Номер рецептуры: **477**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	38,5	38,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5
ДРОЖЖИ	0,5	0,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,30
Жиры, г	0,90
Углеводы, г	25,90
Энергетическая ценность, ккал	130,00

В1, мг	0,10
С, мг	0,10
А, мг	0,00
Е, мг	0,30
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	28,60
Mg, мг	8,40
Р, мг	47,60
Fe, мг	0,40
К, мг	81,00
l, мкг	2,40
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Из дрожжевого теста с влажностью 40% формируют шарики массой 58г, кладут их швом вниз на смазанные жиром листы и ставят в теплое место для расстойки на 20-25 минут. Перед выпечкой на поверхности делают 3-4 косых надреза, выпекают 10-12 минут при температуре 230-240 град.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 2

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ**

Номер рецептуры: **2**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ДЖЕМ	11	11
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,40
Жиры, г	2,10
Углеводы, г	15,80
Энергетическая ценность, ккал	68,00

В1, мг	0,00
С, мг	1,80
А, мг	0,00
Е, мг	0,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	5,20
Mg, мг	3,30
Р, мг	11,50
Fe, мг	0,30
К, мг	30,60
l, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Ломтик батона намазывают маслом сливочным, а затем джемом.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 2

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ**

Номер рецептуры: **2**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ДЖЕМ	15	15
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20
Выход: 40		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,90
Жиры, г	2,80
Углеводы, г	21,10
Энергетическая ценность, ккал	90,70

В1, мг	0,00
С, мг	2,40
А, мг	0,00
Е, мг	0,10
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,00

Са, мг	6,90
Мg, мг	4,20
Р, мг	14,70
Fe, мг	0,30
К, мг	40,20
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Ломтик батона намазывают маслом сливочным, а затем джемом.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 1

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ**

Номер рецептуры: **1**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,24
Жиры, г	4,10
Углеводы, г	7,00
Энергетическая ценность, ккал	62,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,10
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,20
В2, мг	0,00

Са, мг	4,40
Mg, мг	2,30
Р, мг	13,20
Fe, мг	0,20
К, мг	19,90
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Ровные ломтики батона, намазанные маслом сливочным.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 3

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С СЫРОМ**

Номер рецептуры: **3**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫР РОССИЙСКИЙ	11	10
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,39
Жиры, г	6,90
Углеводы, г	10,00
Энергетическая ценность, ккал	69,00

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

Са, мг	78,20
Mg, мг	5,10
Р, мг	51,70
Fe, мг	0,30
К, мг	27,20
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

На ломтик батона сверху кладут кусочек сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 3

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С СЫРОМ**

Номер рецептуры: **3**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫР РОССИЙСКИЙ	16	15
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25
Выход: 40		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,30
Жиры, г	3,90
Углеводы, г	9,70
Энергетическая ценность, ккал	92,00

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

Са, мг	116,50
Mg, мг	7,20
P, мг	74,70
Fe, мг	0,50
K, мг	36,20
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

На ломтик батона сверху кладут кусочек сыра.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 249

Наименование изделия: **ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ**

Номер рецептуры: **249**

Наименование сборника рецептур: **Сборник технологических карт рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания, Уфа, 2014г**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35
САХАР ПЕСОК	1,9	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2,01
ДРОЖЖИ	0,3	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14	14
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	22,2	22
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5
ВАНИЛИН	0,003	0,003
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
Выход полуфабриката		87,24
Выход: 70		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	8,54
Жиры, г	5,42
Углеводы, г	30,15
Энергетическая ценность, ккал	204,05

В1, мг	0,06
С, мг	0,04
А, мг	0,06
Е, мг	0,26
Д, мкг	0,17
В2, мг	0,08

Са, мг	42,17
Mg, мг	10,33
Р, мг	78,55
Fe, мг	0,55
К, мг	80,76
І, мкг	1,78
F, мг	0,02
Se, мг	0,02

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто готовят опарным способом. Из теста формируют шарики массой 54г, укладывают их швом вниз на лист, смазанный маслом, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком делают в них углубление, которое заполняют фаршем творожным. После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают при температуре 230-240 оС в течение 6-8 минут.

При выпекании ватрушки в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 298

Наименование изделия: **ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ**

Номер рецептуры: **298**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	120	96
ГОВЯДИНА Б/К	71,1	60
КРУПА РИСОВАЯ	8,1	8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,7	13,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.13 шт.	5,23
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ № 355		20,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,6	5,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,6	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,6	16,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2
Выход полуфабриката		184,43
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	14,28
Жиры, г	12,53
Углеводы, г	12,87
Энергетическая ценность, ккал	224,86

В1, мг	0,07
С, мг	18,18
А, мг	0,04
Е, мг	0,63
Д, мкг	0,15
В2, мг	0,11

Са, мг	62,35
Mg, мг	32,02
Р, мг	149,00
Fe, мг	2,56
К, мг	437,63
l, мкг	9,46
F, мг	0,04
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Мясо обрабатывают, дважды пропускают через мясорубку. При повторном измельчении добавляют нашинкованную свежую белокочанную капусту. В подготовленный мясо-капустный фарш вводят мелко рубленный припущенный лук, рассыпчатый рис, яйца, соль и перемешивают. Из полученной массы формируют голубцы, придавая изделиям цилиндрическую форму. Голубцы кладут на смазанный маслом противень, заливают соусом с добавлением воды (10-20г на порцию) и запекают в жарочном шкафу. Соус сметанный с томатом № 355 Томатное пюре уваривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 минут. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 298

Наименование изделия: **ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ**

Номер рецептуры: **298**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	133,3	106,7
ГОВЯДИНА Б/К	79	66,7
КРУПА РИСОВАЯ	9	8,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,4	14,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0.15 шт.	6,04
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ № 355		22,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,2	6,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,4	18,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,2	2,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3
ВЫХОД ПОЛУФАБРИКАТА		205,24
Выход: 200		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	15,91
Жиры, г	13,94
Углеводы, г	14,32
Энергетическая ценность, ккал	250,19

В1, мг	0,07
С, мг	20,21
А, мг	0,04
Е, мг	0,70
Д, мкг	0,16
В2, мг	0,13

Са, мг	69,25
Mg, мг	35,61
Р, мг	166,02
Fe, мг	2,86
К, мг	486,65
І, мкг	10,56
F, мг	0,04
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Мясо обрабатывают, дважды пропускают через мясорубку. При повторном измельчении добавляют нашинкованную свежую белокочанную капусту. В подготовленный мясо-капустный фарш вводят мелко рубленый припущенный лук, рассыпчатый рис, яйца, соль и перемешивают. Из полученной массы формируют голубцы, придавая изделиям цилиндрическую форму. Голубцы кладут на смазанный маслом противень, заливают соусом с добавлением воды (10-20г на порцию) и запекают в жарочном шкафу. Соус сметанный с томатом № 355 томатное пюре уваривают до половины первоначального объема, соединяют с соусом сметанным. Для приготовления соуса сметанного в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану, соль и кипятят 3-5 минут. Соус проваривают, процеживают и доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТК № 002

Наименование изделия: ГРУША СВЕЖАЯ

Номер рецептуры: ТК № 002

Наименование сборника рецептур: ТК №002

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГРУША	166,7	150
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,60
Жиры, г	0,50
Углеводы, г	15,50
Энергетическая ценность, ккал	70,50

В1, мг	0,00
С, мг	3,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,50
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	25,70
Mg, мг	16,20
Р, мг	21,60
Fe, мг	2,70
К, мг	232,50
І, мкг	1,50
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 277

Наименование изделия: **ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА**

Номер рецептуры: **277**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	154	113
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	31,07	23,3
с 01.09 по 31.12	29,13	23,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,7	4,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,7	46,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
Выход полуфабриката		203,3
Выход: 70/70		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	21,23
Жиры, г	21,39
Углеводы, г	4,91
Энергетическая ценность, ккал	296,98

В1, мг	0,08
С, мг	0,94
А, мг	0,48
Е, мг	0,91
Д, мкг	0,07
В2, мг	0,14

Са, мг	26,86
Mg, мг	30,34
P, мг	191,29
Fe, мг	2,82
K, мг	440,62
I, мкг	9,71
F, мг	0,07
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 276

Наименование изделия: **ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ**

Номер рецептуры: **276**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	101,4	85,7
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	157,54	102,4
с 01.03 по 31.07	170,67	102,4
с 01.08 по 31.08	128	102,4
с 01.09 по 31.10	136,53	102,4
с 01.11 по 31.12	146,29	102,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,5	8,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	17,50
Жиры, г	16,50
Углеводы, г	16,90
Энергетическая ценность, ккал	216,30

В1, мг	0,20
С, мг	8,60
А, мг	0,00
Е, мг	0,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,20

Са, мг	20,40
Mg, мг	37,50
Р, мг	187,90
Fe, мг	2,80
К, мг	877,00
І, мкг	11,60
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Овощи нарезают дольками и слегка запекают. Мясо отваривают и нарезают мелкими кусочками. Отварное мясо и овощи кладут в посуду слоями, добавляют масло сливочное, соль, бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 294

Наименование изделия: **ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ**

Номер рецептуры: **294**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	136,3	126,5
КРУПА РИСОВАЯ	25,8	25,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	60,3	50,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт.	10,47
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
ВЫХОД ПОЛУФАБРИКАТА		216,19
Выход: 200		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	26,00
Жиры, г	8,73
Углеводы, г	22,43
Энергетическая ценность, ккал	299,71

В1, мг	0,30
С, мг	18,72
А, мг	7,95
Е, мг	2,16
Д, мкг	0,33
В2, мг	2,01

Са, мг	34,60
Mg, мг	37,46
Р, мг	399,36
Fe, мг	8,07
К, мг	482,86
І, мкг	12,42
F, мг	0,27
Se, мг	0,04

Технология приготовления:

Печень промывают в холодной воде, снимают пленку, вырезают внутренние кровеносные сосуды. Подготовленную печень нарезают, пропускают через мясорубку. Из рисовой крупы варят рассыпчатую кашу на воде и охлаждают до 60-70 град. Очищенный и промытый репчатый лук мелко нарезают и припускают с маслом сливочным. Измельченную печень соединяют с рассыпчатой кашей, добавляют припущенный лук, яйца, соль и перемешивают. На смазанный жиром противень кладут приготовленную массу, поверхность смазывают яйцом и запекают. При отпуске запеканку нарезают по 1 куску на порцию.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 237

Наименование изделия: **ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА**

Номер рецептуры: **237**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,7	93,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9
КРУПА МАННАЯ	6,7	6,7
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,82
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4
Выход полуфабриката		118,42
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	17,92
Жиры, г	11,73
Углеводы, г	16,35
Энергетическая ценность, ккал	247,68

В1, мг	0,05
С, мг	0,19
А, мг	0,06
Е, мг	1,36
Д, мкг	0,06
В2, мг	0,20

Са, мг	140,34
Mg, мг	22,64
P, мг	189,03
Fe, мг	0,75
K, мг	135,00
I, мкг	0,92
F, мг	0,02
Se, мг	0,02

Технология приготовления:

Творог протирают, крупу просеивают, яйца обрабатывают в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами. Протертый творог смешивают с предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанные маслом растительным и посыпанные сухарями противни или формы. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки. Готовую выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Запеканку, приготовленную на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 224

Наименование изделия: **ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА**

Номер рецептуры: **224**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	123,1	121,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2
КРУПА МАННАЯ	8,7	8,7
САХАР ПЕСОК	8,7	8,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,2	5,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5,2	5,2
Выход полуфабриката		157,83
Выход: 130		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	23,35
Жиры, г	15,29
Углеводы, г	21,21
Энергетическая ценность, ккал	322,41

В1, мг	0,06
С, мг	0,25
А, мг	0,07
Е, мг	1,77
Д, мкг	0,09
В2, мг	0,26

Са, мг	182,73
Mg, мг	29,45
P, мг	246,32
Fe, мг	0,97
K, мг	176,01
I, мкг	1,28
F, мг	0,03
Se, мг	0,03

Технология приготовления:

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

Протертый творог смешивают с предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью.

Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанные маслом растительным и посыпанные сухарями противни или формы. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки.

Готовую выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Запеканку, приготовленную на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски.

При приготовлении запеканки в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 291

Наименование изделия: **ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ**

Номер рецептуры: **291**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	106,87	90,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	229,23	149
с 01.03 по 31.07	248,33	149
с 01.08 по 31.08	186,25	149
с 01.09 по 31.10	198,67	149
с 01.11 по 31.12	212,86	149
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,075 шт.	3,02
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,5	4,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
Выход: 200		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	8,40
Жиры, г	12,00
Углеводы, г	13,30
Энергетическая ценность, ккал	269,00

В1, мг	0,30
С, мг	11,90
А, мг	0,00
Е, мг	1,60
Д, мкг	0,20
В2, мг	0,20

Са, мг	25,30
Mg, мг	51,30
Р, мг	234,10
Fe, мг	3,80
К, мг	1 160,30
l, мкг	14,60
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Мясо промыть, очистить от сухожилий, отварить, охладить, пропустить 2 раза через мясорубку, посолить, хорошо вымешать. Картофель очистить, промыть, сварить, пропустить горячим через протирочную машину, посолить, добавить сырое яйцо, молоко и хорошо вымешать. На противень, смазанный маслом и посыпанный панировочными сухарями, выложить 1/2 картофельного пюре, положить слой вареного рубленого мяса, сверху накрыть оставшейся половиной картофельного пюре, смазать сметаной и запекать в жарочном шкафу 10-15 минут. При приготовлении запеканки в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№005

Наименование изделия: ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.

Номер рецептуры: TKN№005

Наименование сборника рецептов: TKN№005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,80
Жиры, г	2,50
Углеводы, г	4,50
Энергетическая ценность, ккал	56,50

В1, мг	0,00
С, мг	0,30
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	102,00
Mg, мг	11,20
P, мг	76,00
Fe, мг	0,00
K, мг	146,00
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Пакеты обрабатывают в соответствии с санитарными правилами.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№043

Наименование изделия: **КАКАО С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **TKN№043**

Наименование сборника рецептур: **TKN№043**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАКАО-ПОРОШОК	2,4	2,4
САХАР ПЕСОК	6	6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,4	110,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	78	78
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,80
Жиры, г	3,20
Углеводы, г	15,60
Энергетическая ценность, ккал	107,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,60
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	118,70
Mg, мг	22,30
P, мг	93,60
Fe, мг	0,60
K, мг	197,80
I, мкг	9,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 125

Наименование изделия: **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ**

Номер рецептуры: **125**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	162,92	105,9
с 01.03 по 31.07	176,5	105,9
с 01.08 по 31.08	132,38	105,9
с 01.09 по 31.10	141,2	105,9
с 01.11 по 31.12	151,29	105,9
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	38,4	28,8
с 01.09 по 31.12	36	28,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	19,4	18,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,90
Жиры, г	2,50
Углеводы, г	19,60
Энергетическая ценность, ккал	99,30

В1, мг	0,10
С, мг	9,20
А, мг	0,60
Е, мг	0,40
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	43,10
Mg, мг	33,90
Р, мг	83,50
Fe, мг	1,30
К, мг	686,10
l, мкг	8,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Сырой очищенный картофель варят. Очищенную морковь нарезают дольками и припускают в небольшом количестве воды с добавлением (1/2 нормы сливочного масла). Отварной картофель и припущенную морковь протирают в горячем виде, добавляют в два-три приема горячее молоко и растопленное прокипяченное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 181

Наименование изделия: **КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: **181**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60	60
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
Выход: 130		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,20
Жиры, г	5,90
Углеводы, г	33,00
Энергетическая ценность, ккал	240,00

В1, мг	0,20
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	4,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	15,80
Mg, мг	108,90
Р, мг	161,60
Fe, мг	3,80
К, мг	228,80
І, мкг	2,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Масло сливочное можно добавлять во время варки или использовать его, предварительно прокипятив, поливая кашу при отпуске. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 190

Наименование изделия: **КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")**

Номер рецептуры: **190**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА РИСОВАЯ	10	10
ПШЕНО	10	10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24	24
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
САХАР ПЕСОК	6	6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
Выход: 200		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,20
Жиры, г	10,00
Углеводы, г	26,80
Энергетическая ценность, ккал	209,00

В1, мг	0,10
С, мг	0,80
А, мг	0,00
Е, мг	0,40
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	159,20
Mg, мг	29,10
P, мг	143,70
Fe, мг	0,60
K, мг	251,30
I, мкг	14,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ**

Номер рецептуры: **189**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА МАННАЯ	29,7	29,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
Выход: 205		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,00
Жиры, г	8,00
Углеводы, г	27,00
Энергетическая ценность, ккал	203,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	0,90
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	111,10
Mg, мг	16,50
P, мг	94,60
Fe, мг	0,40
K, мг	182,90
I, мкг	8,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90-95° С почти полностью набухает и быстро разваривается. Поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ**

Номер рецептуры: **189**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	29,7	29,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
Выход: 205		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,70
Жиры, г	9,70
Углеводы, г	24,40
Энергетическая ценность, ккал	211,00

В1, мг	0,10
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	1,10
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	124,30
Mg, мг	46,70
P, мг	162,50
Fe, мг	1,20
К, мг	248,10
I, мкг	11,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	40	40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	66,7	66,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	101,3	101,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
САХАР ПЕСОК	4	4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
Выход: 205		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,20
Жиры, г	8,30
Углеводы, г	35,00
Энергетическая ценность, ккал	262,40

В1, мг	0,10
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	0,10
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	123,70
Mg, мг	33,80
P, мг	168,30
Fe, мг	1,70
К, мг	241,10
I, мкг	9,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПШЕНО	38,8	38,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,4	64,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	98	98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
Выход: 205		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,20
Жиры, г	8,30
Углеводы, г	35,00
Энергетическая ценность, ккал	226,40

В1, мг	0,20
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	1,10
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	115,30
Mg, мг	40,70
Р, мг	153,30
Fe, мг	1,20
К, мг	226,20
l, мкг	10,50
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупы перебирают, промывают, варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено — не более 10 мин), добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят кашу до готовности. В конце варки добавляют прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ**

Номер рецептуры: **189**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА РИСОВАЯ	29,7	29,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,4	68,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	102	102
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
САХАР ПЕСОК	3,9	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
Выход: 205		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,07
Жиры, г	8,10
Углеводы, г	27,90
Энергетическая ценность, ккал	205,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	112,20
Mg, мг	25,60
Р, мг	114,80
Fe, мг	0,40
К, мг	179,80
І, мкг	9,60
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№046

Наименование изделия: **КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА**

Номер рецептуры: **TKN№046**

Наименование сборника рецептур: **TKN№046**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА ПЛОДОВЫХ ЭКСТР.	22	22
САХАР ПЕСОК	6	6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,24	0,24
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	18,00
Энергетическая ценность, ккал	68,40

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

Са, мг	10,30
Mg, мг	1,70
Р, мг	4,00
Fe, мг	0,00
К, мг	0,70
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Кисель из концентрата разводят равным количеством холодной воды, полученную смесь вливают в кипящую воду, непрерывно помешивая, доводят до кипения, добавляют сахар, кислоту лимонную.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№042

Наименование изделия: **КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК**

Номер рецептуры: **TKN№042**

Наименование сборника рецептов: **TKN№042**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	30,6	27
САХАР ПЕСОК	6	6
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,2	7,2
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,4	177,4
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,12
Жиры, г	0,12
Углеводы, г	22,70
Энергетическая ценность, ккал	105,40

B1, мг	0,00
C, мг	1,10
A, мг	0,00
E, мг	0,20
D, мкг	0,00
B2, мг	0,00

Ca, мг	13,80
Mg, мг	3,70
P, мг	7,70
Fe, мг	0,50
K, мг	76,90
I, мкг	0,50
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Яблоки перебирают, моют, удаляют семенное гнездо, нарезают ломтиками, заливают горячей водой и варят в закрытой посуде до готовности. Яблоки протирают, соединяют с отваром, в котором они варились, добавляют сахар, кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Крахмал подготавливают следующим образом: его разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№045

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА**

Номер рецептуры: **TKN№045**

Наименование сборника рецептур: **TKN№045**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	18	18
САХАР ПЕСОК	6	6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,40
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	7,00
Энергетическая ценность, ккал	102,00

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

Са, мг	20,60
Mg, мг	8,40
Р, мг	20,90
Fe, мг	0,50
К, мг	150,20
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Подготовленный изюм заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№044

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ КУРАГИ**

Номер рецептуры: **TKN№044**

Наименование сборника рецептур: **TKN№044**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	18,9	18
САХАР ПЕСОК	6	6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,36
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	7,00
Энергетическая ценность, ккал	102,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,30
А, мг	0,10
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	33,50
Mg, мг	18,60
P, мг	23,70
Fe, мг	0,50
K, мг	309,90
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную курагу заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№047

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ**

Номер рецептуры: **TKN№047**

Наименование сборника рецептов: **TKN№047**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГРУША	40	36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
САХАР ПЕСОК	6	6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,12
Жиры, г	0,12
Углеводы, г	21,70
Энергетическая ценность, ккал	88,20

В1, мг	0,00
С, мг	0,70
А, мг	0,00
Е, мг	0,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	12,30
Mg, мг	5,30
P, мг	5,20
Fe, мг	0,60
K, мг	56,50
I, мкг	0,40
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Груши моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Груши варят на слабом огне не более 6-8 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№048

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК**

Номер рецептуры: **TKN№048**

Наименование сборника рецептов: **TKN№048**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	40	36
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
САХАР ПЕСОК	6	6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,12
Жиры, г	0,12
Углеводы, г	21,72
Энергетическая ценность, ккал	88,20

В1, мг	0,00
С, мг	1,40
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	11,40
Mg, мг	4,00
P, мг	3,60
Fe, мг	0,70
K, мг	100,80
I, мкг	0,70
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Груши варят на слабом огне не более 6-8 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 282

Наименование изделия: **КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)**

Номер рецептуры: **282**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	70	59
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,4	12,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7
Выход полуфабриката		97,8
Выход: 70		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,44
Жиры, г	11,11
Углеводы, г	10,38
Энергетическая ценность, ккал	191,08

В1, мг	0,06
С, мг	0,00
А, мг	0,01
Е, мг	0,38
Д, мкг	0,03
В2, мг	0,07

Са, мг	12,85
Mg, мг	18,55
Р, мг	119,14
Fe, мг	1,90
К, мг	227,26
l, мкг	4,25
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Из котлетной массы формируют изделия овально-приплюснутой формы с одним заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 мм (биточки, или плоско-овальной формы толщиной 1 см (шницели). Подготовленные изделия кладут на противень, смазанный маслом, и запекают при температуре 180-200 град. до готовности (12-15 мин.).

При приготовлении котлет в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 305

Наименование изделия: **КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ**

Номер рецептуры: **305**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРА (ГРУДКИ)	56,92	51,8
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,6	12,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,2	18,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,2	4,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,23	0,23
Выход полуфабриката		92,63
Выход: 70		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,88
Жиры, г	9,63
Углеводы, г	11,33
Энергетическая ценность, ккал	184,11

В1, мг	0,06
С, мг	0,10
А, мг	0,02
Е, мг	1,82
Д, мкг	0,04
В2, мг	0,12

Са, мг	30,39
Mg, мг	18,86
Р, мг	136,72
Fe, мг	1,32
К, мг	123,86
l, мкг	1,64
F, мг	0,00
Se, мг	0,01

Технология приготовления:

Филе птицы нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку. Измельченное мясо соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку, добавляют сливочное масло и выбивают. Готовую котлетную массу порционируют, панируют в сухарях или белой панировке (хлеб можно нарезать в виде соломки или кубиков), формуют котлеты, которые затем обжаривают с обеих сторон на сковороде, разогретой до 130-140° С, и доводят до готовности в жарочном шкафу с температурой 250-280° С.

При приготовлении котлет в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№028

Наименование изделия: **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **TKN№028**

Наименование сборника рецептур: **TKN№028**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4
САХАР ПЕСОК	6	6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,80
Жиры, г	2,40
Углеводы, г	12,70
Энергетическая ценность, ккал	84,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	98,30
Mg, мг	14,30
P, мг	72,50
Fe, мг	0,30
K, мг	142,80
I, мкг	8,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 205

Наименование изделия: **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ**

Номер рецептуры: **205**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50,8	50,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,00
Жиры, г	3,40
Углеводы, г	19,40
Энергетическая ценность, ккал	121,80

В1, мг	0,10
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	1,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	12,20
Mg, мг	7,50
Р, мг	40,80
Fe, мг	0,90
К, мг	62,90
І, мкг	0,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 30г соли). Макаронные изделия варят 20-30 минут. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом, чтобы они не склеились и не образовали комков. Подают в горячем виде.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 208

Наименование изделия: **МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ**

Номер рецептуры: **208**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,6	40,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24,2	24,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,30
Жиры, г	8,40
Углеводы, г	28,90
Энергетическая ценность, ккал	242,00

В1, мг	0,10
С, мг	0,10
А, мг	0,00
Е, мг	1,70
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	34,30
Mg, мг	8,80
Р, мг	51,10
Fe, мг	0,70
К, мг	86,60
l, мкг	2,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6л воды, 30 г соли). Макаронные изделия варят 20-30 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в три раза. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом.

Обработанные яйца смешивают с холодным молоком, солят и перемешивают. Смесь соединяют с отварными, заправленными маслом макаронными изделиями, перемешивают, выкладывают на смазанный маслом противень и запекают до образования на поверхности макарон поджаристой корочки. При подаче нарезают на порции. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

При приготовлении блюда в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **МАНДАРИН СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАНДАРИН	130	100
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,80
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	7,50
Энергетическая ценность, ккал	38,00

В1, мг	0,10
С, мг	15,20
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	31,50
Mg, мг	9,90
Р, мг	15,30
Fe, мг	0,10
К, мг	155,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Мандарины вымыть, очистить от кожуры.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 434

Наименование изделия: **МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ**

Номер рецептуры: **434**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,1	210
Выход: 200		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,00
Жиры, г	4,00
Углеводы, г	9,80
Энергетическая ценность, ккал	98,90

В1, мг	0,10
С, мг	1,10
А, мг	0,10
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,20

Са, мг	214,20
Mg, мг	23,50
P, мг	151,20
Fe, мг	0,20
K, мг	306,60
I, мкг	18,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Молоко перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этих целей, затем охлаждают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№022

Наименование изделия: **НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ**

Номер рецептуры: **TKN№022**

Наименование сборника рецептов: **TKN№022**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	20,3	20,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,54
Жиры, г	2,03
Углеводы, г	3,51
Энергетическая ценность, ккал	0,00

В1, мг	0,00
С, мг	3,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	6,60
Mg, мг	1,40
Р, мг	0,00
Fe, мг	0,00
К, мг	0,50
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Приготовление напитка осуществляется в соответствии с инструкцией производителя на упаковке (напиток должен быть разрешен в детском питании, без искусственных красителей, ароматизаторов, пищевых добавок)

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 441

Наименование изделия: **НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА**

Номер рецептуры: **441**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ШИПОВНИК СУХОЙ	18	18
САХАР ПЕСОК	9	9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,60
Жиры, г	0,24
Углеводы, г	22,00
Энергетическая ценность, ккал	93,00

В1, мг	0,00
С, мг	72,00
А, мг	0,20
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	17,20
Mg, мг	4,40
P, мг	2,80
Fe, мг	0,50
K, мг	9,80
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Промытые холодной водой плоды шиповника заливают кипятком, варят в закрытой посуде при слабом кипении 5-10 мин., добавляя сахар. Затем оставляют для настаивания на 2-4, ч. После этого отвар процеживают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 049

Наименование изделия: **НАПИТОК ЛИМОННЫЙ**

Номер рецептуры: **049**

Наименование сборника рецептов: **ТК№049**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЛИМОН	14,4	14,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,6	192,6
САХАР ПЕСОК	6	6
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,12
Жиры, г	0,01
Углеводы, г	16,90
Энергетическая ценность, ккал	64,80

В1, мг	0,00
С, мг	2,30
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	13,10
Mg, мг	3,20
P, мг	2,90
Fe, мг	0,10
K, мг	24,30
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают, заливают горячей водой, после процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый лимонный сок, доводят до кипения и охлаждают.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№039

Наименование изделия: НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ

Номер рецептуры: TKN№039

Наименование сборника рецептур: TKN№039

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	25,6	22,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,2	187,2
САХАР ПЕСОК	6	6
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,12
Жиры, г	0,12
Углеводы, г	23,60
Энергетическая ценность, ккал	96,84

В1, мг	0,00
С, мг	0,90
А, мг	0,00
Е, мг	0,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	10,90
Mg, мг	3,30
P, мг	2,30
Fe, мг	0,50
K, мг	63,60
I, мкг	0,50
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Яблоки с удаленным семенным гнездом протирают и отжимают сок. Оставшуюся мезгу заливают горячей водой, варят 10-15 мин и процеживают. В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый сок, вновь доводят до кипения и охлаждают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 338

Наименование изделия: **ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: **338**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	38,13	28,6
с 01.09 по 31.12	35,75	28,6
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	41,38	26,9
с 01.03 по 31.07	44,83	26,9
с 01.08 по 31.08	33,63	26,9
с 01.09 по 31.10	35,87	26,9
с 01.11 по 31.12	38,43	26,9
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	19,9	13
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	36,4	28,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ №366		44
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	22	22
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,6	2,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,6	2,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22	22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4
Выход: 130		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,84
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	8,50
Энергетическая ценность, ккал	75,20

В1, мг	0,00
С, мг	8,50
А, мг	0,60
Е, мг	0,40
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	31,10
Mg, мг	22,00
P, мг	43,60
Fe, мг	1,00
K, мг	275,80
I, мкг	3,60
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Овощи предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Морковь и картофель нарезают дольками или кубиками, белокочанную капусту — шашками. Овощи по отдельности припускают (на 1 кг овощей берут 0,2-0,3 л воды). Консервированный зеленый горошек прогревают. Готовые овощи соединяют с соусом молочным и прогревают 1-2 мин. При отсутствии того или другого вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовить блюдо из других овощей, соответственно изменив их закладку.

Соус молочный №366

Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 мин при слабом кипении. Затем кладут соль, сахар, процеживают и доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 129

Наименование изделия: **ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: **129**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	73,73	55,3
с 01.09 по 31.12	69,13	55,3
РЕПА	30,9	22,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	18,5	12
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3
СОУС СМЕТАННЫЙ № 371		48
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,9	3,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,4	37,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,50
Жиры, г	2,00
Углеводы, г	9,80
Энергетическая ценность, ккал	67,00

В1, мг	0,00
С, мг	5,90
А, мг	1,10
Е, мг	0,40
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	51,50
Mg, мг	26,40
Р, мг	50,60
Fe, мг	0,80
К, мг	185,90
l, мкг	4,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Овощи нарезают кубиками или дольками, белокочанную капусту шашками, цветную капусту разбирают на кочешки. Подготовленные овощи припускают в кипящей подсоленной воде (0,2-0,3 л на 1 кг овощей). Консервированный зеленый горошек кипятят в собственном отваре 3-4 мин. Припущенные по отдельности овощи, прогретый консервированный зеленый горошек соединяют с соусом молочным или сметанным, добавляют сахар, соль и проваривают 1-2 мин. При отсутствии того или другого вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовить блюдо из других овощей, соответственно изменив их закладку. Соус сметанный № 371 Пшеничную муку просеивают, слегка пассеруют без масла, охлаждают до 60-70 град., вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду и кипятят 10-15 мин. Затем соединяют с прокипяченной сметаной, солят и проваривают 3-5 мин. Процеживают и доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№015

Наименование изделия: **ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры: **TKN№015**

Наименование сборника рецептов: **TKN№015**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	40,41	40
Выход: 40		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,30
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	1,00
Энергетическая ценность, ккал	5,60

В1, мг	0,00
С, мг	1,60
А, мг	0,00
Е, мг	0,08
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	8,32
Mg, мг	5,04
P, мг	15,12
Fe, мг	0,40
K, мг	56,40
I, мкг	1,20
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Вымыть, очистить, нарезать на порции.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№015

Наименование изделия: **ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры: **TKN№015**

Наименование сборника рецептов: **TKN№015**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	50,51	50
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,40
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	1,30
Энергетическая ценность, ккал	7,00

В1, мг	0,00
С, мг	2,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	10,40
Mg, мг	6,30
P, мг	18,90
Fe, мг	0,50
K, мг	70,50
I, мкг	1,50
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Вымыть, очистить, нарезать на порции.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№017

Наименование изделия: **ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ**

Номер рецептуры: **TKN№017**

Наименование сборника рецептур: **TK №017**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,38
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	0,88
Энергетическая ценность, ккал	6,50

B1, мг	0,00
C, мг	1,00
A, мг	0,00
E, мг	0,00
D, мкг	0,00
B2, мг	0,00

Ca, мг	10,40
Mg, мг	6,30
P, мг	10,80
Fe, мг	0,30
K, мг	70,50
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Освободить огурцы от рассола. Порционировать.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 214

Наименование изделия: **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ**

Номер рецептуры: **214**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,86 шт.	115,12
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	42,9	42,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,1	7,1
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	15,40
Жиры, г	21,00
Углеводы, г	2,90
Энергетическая ценность, ккал	149,00

В1, мг	0,10
С, мг	0,20
А, мг	0,30
Е, мг	5,30
Д, мкг	2,50
В2, мг	0,50

Са, мг	100,80
Mg, мг	17,10
Р, мг	228,70
Fe, мг	2,60
К, мг	222,60
І, мкг	26,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

К обработанным яйцам добавляют молоко (или воду) и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают в емкость, смазанную сливочным маслом, слоем не более 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-220° С в течение 8-10 мин.

Готовый омлет нарезают на порции.

При приготовлении омлета в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№018

Наименование изделия: **ПЕЧЕНЬЕ**

Номер рецептуры: **TKN№018**

Наименование сборника рецептов: **TKN№018**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,28
Жиры, г	3,00
Углеводы, г	26,00
Энергетическая ценность, ккал	111,00

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

Са, мг	7,86
Mg, мг	5,40
Р, мг	24,30
Fe, мг	0,60
К, мг	33,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№018

Наименование изделия: **ПЕЧЕНЬЕ**

Номер рецептуры: **TKN№018**

Наименование сборника рецептов: **TKN№018**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,80
Жиры, г	5,00
Углеводы, г	43,20
Энергетическая ценность, ккал	223,00

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

Са, мг	13,10
Mg, мг	9,00
P, мг	40,50
Fe, мг	1,00
K, мг	55,00
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 451

Наименование изделия: **ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ**

Номер рецептуры: **451**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ		58
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	36,7	36,7
САХАР ПЕСОК	2,6	2,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
ДРОЖЖИ	0,4	0,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,74	1,74
ФАРШ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ЯЙЦОМ ТК №456 СБ.2008		25
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,75	1,75
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,42
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,35	0,25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
Выход: 75		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,50
Жиры, г	9,00
Углеводы, г	36,30
Энергетическая ценность, ккал	201,00

В1, мг	0,10
С, мг	5,60
А, мг	0,00
Е, мг	0,80
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,00

Са, мг	25,60
Mg, мг	11,00
Р, мг	45,20
Fe, мг	0,80
К, мг	110,80
І, мкг	2,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Дрожжевое тесто, приготовленное опарным или безопарным способом, выкладывают на подпыленной мукой стол, отрезают от него кусок массой 1-1,5 кг, закатывают его в жгут и делят на куски требуемой массы (58, 43 и 22 г соответственно). Затем куски формируют в шарики, дают им расстояться 5-6 мин и раскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5-1 см. На середину каждой лепешки кладут фарш и защипывают края, придавая пирожку форму «лодочки», «полумесяца», цилиндрическую и др. Сформированные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом. Пирожки выпекают при температуре 200-240° С 8-10 мин.

Прилежание. В случае использовании жидкого повидла часть его (8-10%) заменяют мукой.

Дрожжевое тесто готовят двумя способами - опарным и безопарным.

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

Безопарный способ. В дежу тестомесильной машины вливают подогретую до температуры 35-40° С воду, предварительно разведенные в воде с температурой не выше 40° С и процеженные дрожжи, сахар, соль, добавляют яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят размягченное масло и замешивают тесто до тех пор, пока оно приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок дежи. Дежу закрывают крышкой и ставят на 3-4 ч для брожения в помещении с температурой 35-40° С. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз.

Опарный способ. В дежу вливают подогретую до температуры 35-40° С воду (60-70% от общего количества жидкости), добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают муку (35-60%) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, дежу накрывают крышкой и ставят в помещение с температурой 35-40° С на 2,5-3 ч для брожения. Когда опара увеличится в объеме в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют размягченное масло. Дежу закрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 ч для брожения. За время брожения тесто обминают 2-3 раза. Фарш из свежей капусты

Свежую очищенную, промытую капусту шинкуют, затем кладут слоем не более 3 см на противень с маслом растительным и жарят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180-200° С.

Готовую капусту охлаждают, добавляют соль, пассерованный лук или сваренные вкрутую рубленые яйца, мелко нарезанную зелень петрушки. Солить капусту до жаренья, а также не охлажденную после жаренья нельзя, так как при этом из нее выделится влага, что снизит качество фарша.

Если свежая капуста горчит, ее предварительно бланшируют в течение 3-5 мин, откидывают, обсушивают, а затем обжаривают. Свежую капусту при частом помешивании можно обжарить на плите.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 304

Наименование изделия: **ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ**

Номер рецептуры: **304**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРА (ГРУДКИ)	112,64	102,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	21,65	16,24
с 01.09 по 31.12	20,3	16,24
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,5	8,71
КРУПА РИСОВАЯ	44,24	43,76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,06	1,06
Выход: 200		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	24,17
Жиры, г	12,72
Углеводы, г	33,19
Энергетическая ценность, ккал	344,98

В1, мг	0,08
С, мг	0,67
А, мг	0,33
Е, мг	3,47
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,23

Са, мг	27,61
Mg, мг	44,08
Р, мг	257,03
Fe, мг	1,95
К, мг	214,58
І, мкг	1,68
F, мг	0,03
Se, мг	0,03

Технология приготовления:

Подготовленные тушки Филе птицы нарезают, кладут в посуду, добавляют мелко нарезанные морковь и лук, заливают горячей водой и дают закипеть (жидкость наливают из расчета нормы воды и дают закипеть), затем кладут промытую рисовую крупу и доводят до кипения. После этого посуду с пловом ставят на 30-40 мин в жарочный шкаф. При приготовлении плова в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№014

Наименование изделия: **ПОМИДОР СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры: **TKN№014**

Наименование сборника рецептов: **TKN№014**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,52	50
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,50
Жиры, г	0,13
Углеводы, г	1,90
Энергетическая ценность, ккал	12,00

В1, мг	0,00
С, мг	5,00
А, мг	0,10
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	6,30
Mg, мг	9,00
Р, мг	11,70
Fe, мг	0,50
К, мг	145,00
І, мкг	1,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Вымыть, очистить, нарезать на порции.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 34

Наименование изделия: **ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ**

Номер рецептуры: **34**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по использованию рецептов блюд повышенной пищевой и биологической ценности, 2012 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	108,8	89,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	14,27	10,7
с 01.09 по 31.12	13,38	10,7
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	12,31	8
с 01.03 по 31.07	13,33	8
с 01.08 по 31.08	10	8
с 01.09 по 31.10	10,67	8
с 01.11 по 31.12	11,43	8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,6	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
Выход полуфабриката		131,55
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	16,99
Жиры, г	9,30
Углеводы, г	2,73
Энергетическая ценность, ккал	181,87

В1, мг	0,21
С, мг	13,01
А, мг	5,87
Е, мг	1,56
Д, мкг	0,27
В2, мг	1,42

Са, мг	21,78
Mg, мг	20,17
P, мг	252,61
Fe, мг	5,45
K, мг	341,33
I, мкг	8,43
F, мг	0,18
Se, мг	0,03

Технология приготовления:

Мороженую печень размораживают на воздухе, промывают в холодной воде, снимают пленку и вырезают внутренние кровеносные сосуды, нарезают небольшими кусками, припускают с добавлением воды и репчатого лука. Затем печень с луком дважды измельчают на мясорубке с частой решеткой, добавляют размягченное сливочное масло, морковно-картофельную массу, желтки яиц, соль и тщательно перемешивают. В массу вводят взбитые в пену белки, перемешивают, выкладывают в смазанную маслом форму и запекают в жарочном шкафу 25-30 минут. Температура внутри готового изделия должна быть не ниже 85 град С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 269

Наименование изделия: **ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ**

Номер рецептуры: **269**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ		
с 01.01 по 31.12	61,82	54,4
с 01.01 по 31.12	61,82	54,4
Выход полуфабриката		98,346
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,5	8,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,8	12,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,003 шт.	0,12
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ ГУСТОЙ (ДЛЯ ФАРШИРОВАНИЯ)		16
ВЫХОД ПОЛУФАБРИКАТА		79,446
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,1	12,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,5	2,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	10,03
Жиры, г	5,44
Углеводы, г	6,87
Энергетическая ценность, ккал	116,48

V1, мг	0,06
C, мг	0,35
A, мг	0,03
E, мг	0,62
D, мкг	0,08
V2, мг	0,05

Ca, мг	41,45
Mg, мг	18,90
P, мг	128,63
Fe, мг	0,38
K, мг	232,72
I, мкг	75,73
F, мг	0,34
Se, мг	0,01

Технология приготовления:

Филе рыбы припускают, охлаждают, измельчают вместе с хлебом, замоченным в молоке, добавляют яичные желтки, масло сливочное, хорошо вымешивают, вводят взбитые белки, выкладывают в формы, смазанные маслом, заливают молочным соусом и запекают 15-20 минут.

Соус молочный густой (для фарширования)

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают и разводят горячим молоком, вымешивают до образования однородной массы и варят 7-10 минут при слабом кипении. Затем кладут соль, процеживают и доводят до кипения. Соус используют для приготовления котлет рубленых, запеченных с молочным соусом.

При приготовлении пудинга в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 324

Наименование изделия: **ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ**

Номер рецептуры: **324**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	218	163,5
с 01.09 по 31.12	204,38	163,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,40
Жиры, г	5,60
Углеводы, г	15,60
Энергетическая ценность, ккал	121,80

В1, мг	0,00
С, мг	6,60
А, мг	0,00
Е, мг	0,30
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	55,20
Мg, мг	32,40
Р, мг	64,30
Fe, мг	2,10
К, мг	471,90
І, мкг	11,40
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Свеклу моют, варят, очищают от кожицы. протирают, добавляют сливочное масло, сахар и прогревают 5-7 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 322

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ**

Номер рецептуры: **322**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	160	104
с 01.03 по 31.07	173,33	104
с 01.08 по 31.08	130	104
с 01.09 по 31.10	138,67	104
с 01.11 по 31.12	148,57	104
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	42,67	32
с 01.09 по 31.12	40	32
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,00
Жиры, г	4,80
Углеводы, г	19,50
Энергетическая ценность, ккал	134,30

В1, мг	0,10
С, мг	9,00
А, мг	0,60
Е, мг	0,40
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	44,00
Mg, мг	34,60
Р, мг	84,10
Fe, мг	1,20
К, мг	681,80
l, мкг	8,40
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Очищенную морковь нарезают дольками припускают в небольшом количестве воды. Очищенный картофель варят в воде до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Отварной горячий картофель вместе с припущенной морковью протирают. В полученную массу в 2-3 приема при непрерывном помешивании добавляют горячее молоко, сливочное масло, соль, смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 335

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: **335**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	170,77	111
с 01.03 по 31.07	185	111
с 01.08 по 31.08	138,75	111
с 01.09 по 31.10	148	111
с 01.11 по 31.12	158,57	111
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,8	20
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,4	4,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
Выход: 130		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,70
Жиры, г	4,60
Углеводы, г	17,50
Энергетическая ценность, ккал	119,40

В1, мг	0,10
С, мг	9,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	32,40
Mg, мг	25,30
Р, мг	73,40
Fe, мг	1,00
К, мг	660,40
І, мкг	7,40
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л на 1 кг картофеля). После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают картофель 2-3 мин. Вареный горячий картофель протирают через протирочную машину. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения масло сливочное. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 335

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: **335**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	196,92	128
с 01.03 по 31.07	213,33	128
с 01.08 по 31.08	160	128
с 01.09 по 31.10	170,67	128
с 01.11 по 31.12	182,86	128
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24	23
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,20
Жиры, г	5,00
Углеводы, г	21,30
Энергетическая ценность, ккал	147,00

В1, мг	0,20
С, мг	10,30
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	36,50
Mg, мг	29,20
Р, мг	84,40
Fe, мг	1,20
К, мг	761,40
І, мкг	8,50
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л на 1 кг картофеля). После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают картофель 2-3 мин. Вареный горячий картофель протирают через протирочную машину. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения масло сливочное. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 344

Наименование изделия: **РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)**

Номер рецептуры: **344**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	73,85	48
с 01.03 по 31.07	80	48
с 01.08 по 31.08	60	48
с 01.09 по 31.10	64	48
с 01.11 по 31.12	68,57	48
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	21,6	16,2
с 01.09 по 31.12	20,25	16,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6
РЕПА	25,14	18,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	33,75	27
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
СОУС СМЕТАННЫЙ № 371		45
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6	3,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,9	33,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,6	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,40
Жиры, г	6,90
Углеводы, г	13,40
Энергетическая ценность, ккал	125,10

В1, мг	0,10
С, мг	9,20
А, мг	0,30
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,00

Са, мг	37,80
Mg, мг	21,70
Р, мг	53,50
Fe, мг	1,10
К, мг	383,50
l, мкг	5,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Нарезанные дольками или кубиками картофель, морковь, репа, лук репчатый припускают. Капусту белокочанную нарезают квадратами, припускают. Затем картофель и овощи соединяют со сметанным соусом и тушат 10-15 минут. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить.

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

Соус сметанный № 371

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 76

Наименование изделия: **РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **76**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	78	50,7
с 01.03 по 31.07	84,5	50,7
с 01.08 по 31.08	63,38	50,7
с 01.09 по 31.10	67,6	50,7
с 01.11 по 31.12	72,43	50,7
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,4	3,3
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	9,07	6,8
с 01.09 по 31.12	8,5	6,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	10,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,4	127,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
ГОВЯДИНА Б/К	21,32	16
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5
Выход: 200/10/5		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,50
Жиры, г	4,50
Углеводы, г	4,00
Энергетическая ценность, ккал	165,00

V1, мг	0,10
C, мг	4,40
A, мг	0,20
E, мг	1,70
D, мкг	0,00
B2, мг	0,00

Ca, мг	24,00
Mg, мг	20,20
P, мг	70,40
Fe, мг	1,10
K, мг	385,50
I, мкг	4,60
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают подготовленную крупу. Соленые огурцы нарезают соломкой или ромбиками, у огурцов с грубой кожей или крупными семенами предварительно очищают кожу и удаляют семена. Подготовленные огурцы припускают в небольшом количестве бульона 15 мин. Картофель нарезают брусочками или дольками, лук, морковь-соломкой. В кипящий бульон с крупой кладут картофель, доводят до кипения и варят до полуготовности. затем добавляют пассерованные морковь и лук, через 5-10 минут вводят припущенные огурцы, в конце варки кладут соль, прокипяченную сметану. Говядину подготавливают в соответствии с требованиями санитарных правил, отваривают, порционируют, подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут, кладут в порционную посуду перед отпуском.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 73

Наименование изделия: **РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **73**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	92,31	60
с 01.03 по 31.07	100	60
с 01.08 по 31.08	75	60
с 01.09 по 31.10	80	60
с 01.11 по 31.12	85,71	60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	13,4	12
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ГОВЯДИНА Б/К	21,23	16
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5
Выход: 200/10/5		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,70
Жиры, г	7,50
Углеводы, г	13,10
Энергетическая ценность, ккал	121,20

В1, мг	0,10
С, мг	5,30
А, мг	0,00
Е, мг	1,90
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	26,40
Mg, мг	19,80
Р, мг	67,40
Fe, мг	1,00
К, мг	435,30
l, мкг	5,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный дольками, доводят до кипения, добавляют припущенный лук, а через 5-10 мин вводят припущенные огурцы, в конце варки добавляют соль, прокипяченную сметану и доводят до кипения.

Говядину подготавливают в соответствии с требованиями санитарных правил, отваривают, порционируют, подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут, кладут в порционную посуду перед отпуском.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 228

Наименование изделия: **РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ**

Номер рецептуры: **228**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ		
с 01.01 по 31.12	114,55	100,8
с 01.01 по 31.12	114,55	100,8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	4,27	3,2
с 01.09 по 31.12	4	3,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,8	3,2
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	14,70
Жиры, г	0,50
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	165,00

В1, мг	0,10
С, мг	0,60
А, мг	0,10
Е, мг	0,90
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	25,00
Mg, мг	28,70
P, мг	193,80
Fe, мг	0,50
K, мг	354,70
I, мкг	136,40
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Филе рыбы нарезают порционными кусками. На поверхности кожи каждого куса делают 2-3 надреза, чтобы при варке куски рыбы не деформировались.

Затем их укладывают в один ряд в посуду кожей вверх, заливают горячей водой, уровень которой должен быть на 3-5 см выше поверхности рыбы, добавляют лук репчатый, морковь, петрушку, лавровый лист, перец черный горошком, соль. Когда жидкость закипит, удаляют пену и варят рыбу до готовности без кипения при температуре 85-90° С в течение 5-7 мин, считая с момента закипания воды.

Хранят отварную рыбу в горячем бульоне не более 30-40 мин.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 246

Наименование изделия: **РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ**

Номер рецептуры: **246**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ		
с 01.01 по 31.12	72,84	64,1
с 01.01 по 31.12	72,84	64,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21	21
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,7	14
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
Выход: 70		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	8,30
Жиры, г	0,46
Углеводы, г	0,30
Энергетическая ценность, ккал	144,40

В1, мг	0,10
С, мг	0,90
А, мг	0,00
Е, мг	0,70
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,00

Са, мг	41,60
Mg, мг	21,50
P, мг	144,50
Fe, мг	0,40
K, мг	273,80
I, мкг	88,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Филе трески обрабатывают, перекладывают луком, нарезанным полукольцами, заливают молоком, добавляют масло сливочное, соль, припускают 20-25 минут.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 10

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

Номер рецептуры: **10**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Москва. Дели принт.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	73	47,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,5	0,5
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,50
Жиры, г	2,70
Углеводы, г	3,00
Энергетическая ценность, ккал	40,50

В1, мг	0,10
С, мг	2,20
А, мг	0,00
Е, мг	1,70
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	9,70
Mg, мг	9,40
Р, мг	27,20
Fe, мг	0,30
К, мг	51,00
l, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Консервированный горошек прогревают в собственном соку, затем отвар сливают и отпускают с растительным маслом и мелко рубленной зеленью петрушки.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 40

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК**

Номер рецептуры: **40**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	36	27
с 01.09 по 31.12	33,75	27
ЯБЛОКИ	25	22
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,5	2,5
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,43
Жиры, г	0,05
Углеводы, г	3,94
Энергетическая ценность, ккал	41,30

В1, мг	0,00
С, мг	1,50
А, мг	0,60
Е, мг	1,40
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	15,60
Mg, мг	10,90
Р, мг	15,70
Fe, мг	0,80
К, мг	115,20
І, мкг	1,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Морковь моют, очищают, отваривают, охлаждают, нарезают тонкой соломкой. Яблоки свежие с удаленными семенными гнездами нарезают мелкой соломкой. Подготовленные морковь и яблоки соединяют, прогревают при температуре 85 град. не менее 3 минут, заправляют растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 33

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ**

Номер рецептуры: **33**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	63,33	47,5
с 01.09 по 31.12	59,38	47,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,80
Жиры, г	2,90
Углеводы, г	1,50
Энергетическая ценность, ккал	45,60

В1, мг	0,00
С, мг	1,90
А, мг	0,00
Е, мг	1,40
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	15,80
Mg, мг	9,50
Р, мг	18,50
Fe, мг	0,60
К, мг	136,80
І, мкг	3,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Отварную очищенную свеклу нарезают мелкой соломкой. При отпуске свеклу заправляют растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 43

Наименование изделия: **САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ**

Номер рецептуры: **43**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	56,92	37
с 01.03 по 31.07	61,67	37
с 01.08 по 31.08	46,25	37
с 01.09 по 31.10	49,33	37
с 01.11 по 31.12	52,86	37
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	9,5	7,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	7,5	7,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,80
Жиры, г	7,60
Углеводы, г	6,00
Энергетическая ценность, ккал	96,00

В1, мг	0,00
С, мг	3,90
А, мг	0,00
Е, мг	3,30
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	10,70
Mg, мг	9,00
Р, мг	21,60
Fe, мг	0,50
К, мг	229,60
І, мкг	1,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Очищенный вареный картофель нарезают мелкими ломтиками, смешивают с шинкованным зеленым луком. Салат заправляют маслом растительным.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 464

Наименование изделия: **СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ**

Номер рецептуры: **464**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35,56	35,56
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,11	1,11
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,48	1,48
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,56	0,56
ДРОЖЖИ	0,14	0,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3
Выход полуфабриката		60,84
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,06
Жиры, г	3,23
Углеводы, г	28,71
Энергетическая ценность, ккал	159,85

В1, мг	0,05
С, мг	0,00
А, мг	0,01
Е, мг	0,79
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,02

Са, мг	9,26
Mg, мг	5,77
Р, мг	31,61
Fe, мг	0,37
К, мг	48,09
І, мкг	0,80
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

Технология приготовления:

Булочные изделия готовят из дрожжевого безопасного и опарного теста.

Безопасное тесто готовят для изделий с малым содержанием сдобы (сахара, масла сливочного). В дежу тестомесильной машины вливают подогретую до 35-40° С воду, подготовленные дрожжи, сахар, соль, всыпают муку и перемешивают в течение 7-8 мин. Затем вливают размягченное сливочное масло и замешивают тесто, которое ставят на 3-4 ч для брожения в помещении с температурой 35-40° С. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят его обминку и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают 1-2 раза.

Опорное тесто готовят для изделий с большим содержанием сдобы. В дежу тестомесильной машины вливают подогретую до 35-40° С воду (60-70% общего количества жидкости), добавляют подготовленные дрожжи, всыпают муку (35-60% общего количества муки, предусмотренного рецептурой) и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой и ставят в помещение с температурой 35-40° С на 2,5-3 ч для брожения. Когда опара увеличится в объеме в 2-2,5 раза и начнет оседать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными в ней солью и сахаром. Затем перемешивают, всыпают остальную муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют размягченное сливочное масло и остальное сырье согласно рецептуре. Тесто оставляют на 2-2,5 ч для брожения. За время брожения тесто обминают 1-2 раза.

Наиболее распространенным видом сдобы являются плюшки (одинарные, двойные и круглые). Дрожжевое тесто делят на куски, прокатывают их в жгут, а затем нарезают на куски и раскатывают в продольную лепешку. Эту лепешку смазывают жиром, свертывают в виде рулета, выравнивают растягиванием так, чтобы толщина его была одинаковой по всей длине, перегибают пополам, при этом толщина его одинакова по всей длине, перегибают пополам, при этом концы накладывают один на другой и скрепляют. После этого рулет нарезают по длине ножом на 2 части для одинарной плюшки и на 3 части для двойной плюшки, оставляя неразрезанными скрепленные концы.

При укладке на лист плюшку разворачивают в стороны по линии разреза. Для плюшки круглой формы концы рулета не скрепляют, а после надреза его разворачивают, придавая изделиям круглую форму. Разделанные плюшки укладывают на листы, смазанные жиром, ставят в теплое место для расстойки на 50-80 мин. За 15-20 мин до конца расстойки поверхность смазывают яичной смесью. Выпекают изделия в течение 12-16 мин при температуре 200-220° С.

Изделия можно готовить в виде продолговатых, спиральных, фигурных устриц и крученых изделий (плетенка, крученка, вензель и др.).

При приготовлении изделий в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 442

Наименование изделия: **СОК АБРИКОСОВЫЙ**

Номер рецептуры: **442**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	180
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,96
Жиры, г	0,24
Углеводы, г	17,80
Энергетическая ценность, ккал	78,00

В1, мг	0,00
С, мг	2,90
А, мг	0,40
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	32,40
Mg, мг	16,20
P, мг	29,20
Fe, мг	0,40
K, мг	441,00
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 442

Наименование изделия: **СОК ПЕРСИКОВЫЙ**

Номер рецептуры: **442**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	180
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,96
Жиры, г	0,24
Углеводы, г	17,80
Энергетическая ценность, ккал	78,00

В1, мг	0,00
С, мг	4,30
А, мг	0,10
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	8,10
Mg, мг	19,40
P, мг	24,30
Fe, мг	0,40
K, мг	273,60
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 442

Наименование изделия: **СОК ЯБЛОЧНЫЙ**

Номер рецептуры: **442**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,96
Жиры, г	0,24
Углеводы, г	17,80
Энергетическая ценность, ккал	78,00

В1, мг	0,00
С, мг	1,44
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	11,40
Mg, мг	6,48
P, мг	11,40
Fe, мг	2,28
K, мг	216,00
I, мкг	1,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 367

Наименование изделия: **СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)**

Номер рецептуры: **367**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,3	2,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25
САХАР ПЕСОК	4	4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
ВАНИЛИН	0,003	0,003
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,90
Жиры, г	2,30
Углеводы, г	6,50
Энергетическая ценность, ккал	39,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,10
А, мг	0,00
Е, мг	0,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	28,70
Mg, мг	3,60
Р, мг	20,40
Fe, мг	0,00
К, мг	39,80
l, мкг	2,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В соус молочный жидкий, приготовленный, как указано в ТК № 366, добавляют сахар и ванилин, растворенный в горячей кипяченной воде, доводят до кипения.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 354

Наименование изделия: **СОУС СМЕТАННЫЙ**

Номер рецептуры: **354**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
Выход: 20		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,30
Жиры, г	1,00
Углеводы, г	1,20
Энергетическая ценность, ккал	14,80

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

Са, мг	5,16
Mg, мг	0,72
Р, мг	3,76
Fe, мг	0,00
К, мг	7,32
l, мкг	0,48
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70 град. выливают 1/4 часть горячей воды и вымешивают, затем кладут прокипяченную сметану, соль, кипятят 3-5 минут, процеживают и снова доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 354

Наименование изделия: **СОУС СМЕТАННЫЙ**

Номер рецептуры: **354**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,8	3,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	37,5	37,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,00
Жиры, г	2,00
Углеводы, г	3,00
Энергетическая ценность, ккал	37,30

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

Са, мг	12,90
Mg, мг	1,80
P, мг	9,40
Fe, мг	0,00
K, мг	18,30
I, мкг	1,20
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70 град. выливают 1/4 часть горячей воды и вымешивают, затем кладут прокипяченную сметану, соль, кипятят 3-5 минут, процеживают и снова доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 81

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ**

Номер рецептуры: **81**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	50,77	33
с 01.03 по 31.07	55	33
с 01.08 по 31.08	41,25	33
с 01.09 по 31.10	44	33
с 01.11 по 31.12	47,14	33
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	13,2	13,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,8	6,7
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10,93	8,2
с 01.09 по 31.12	10,25	8,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,3	115,3
ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА (БАТОНА ПШЕНИЧНОГО)		9,5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,3	16,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
Выход: 200/10		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,60
Жиры, г	4,50
Углеводы, г	20,00
Энергетическая ценность, ккал	147,00

В1, мг	0,10
С, мг	3,10
А, мг	0,20
Е, мг	2,70
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	28,70
Мg, мг	23,90
Р, мг	61,50
Fe, мг	1,50
К, мг	326,70
І, мкг	3,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками, морковь - мелкими кубиками, лук мелко рубят. Подготовленный горох кладут в воду, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные морковь и лук и варят до готовности. При отпуске в тарелку супа кладут гренки. Гренки из пшеничного хлеба (батона пшеничного). Батон пшеничный очищают от корок, нарезаю кубиками 10x10 мм и подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 85

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ**

Номер рецептуры: **85**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	44,31	28,8
с 01.03 по 31.07	48	28,8
с 01.08 по 31.08	36	28,8
с 01.09 по 31.10	38,4	28,8
с 01.11 по 31.12	41,14	28,8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	7,6	5,7
с 01.09 по 31.12	7,13	5,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,8	5,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,6	108,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
КЛЕЦКИ ТК №120		9,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,4	0,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,21
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,7	4,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ГОВЯДИНА Б/К	21,23	16
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1	0,9
Выход: 200/10/10		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,00
Жиры, г	7,70
Углеводы, г	11,00
Энергетическая ценность, ккал	179,00

В1, мг	0,00
С, мг	3,20
А, мг	0,10
Е, мг	0,70
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	17,60
Mg, мг	13,80
P, мг	50,40
Fe, мг	0,80
K, мг	250,00
l, мкг	3,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль. Клецки варят отдельно в бульоне или подсоленной воде небольшими порциями и кладут в суп при отпуске. Клецки тк №120В воду кладут масло сливочное, соль и доводят до кипения. В кипящую жидкость, помешивая, всыпают муку и заваривают тесто, которое, не переставая помешивать, прогревают в течение 5-10 минут. После этого массу охлаждают до 60-70 град., добавляют в 3-4 приема сырые яйца и перемешивают. Приготовленное тесто закатывают в виду жгута и нарезают на кусочки массой 10-15г. Для варки клецек на 1 кг берут 5л жидкости. Варят при слабом кипении 5-7 минут.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 77

Наименование изделия: СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ

Номер рецептуры: 77

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	108	70,2
с 01.03 по 31.07	117	70,2
с 01.08 по 31.08	87,75	70,2
с 01.09 по 31.10	93,6	70,2
с 01.11 по 31.12	100,29	70,2
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	8,27	6,2
с 01.09 по 31.12	7,75	6,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,4	6,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,2	109,2
КУРА (ГРУДКИ)	15,38	14
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1
Выход: 200/10/5		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,55
Жиры, г	3,16
Углеводы, г	12,26
Энергетическая ценность, ккал	98,20

В1, мг	0,07
С, мг	6,60
А, мг	0,14
Е, мг	0,77
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,08

Са, мг	24,35
Мg, мг	22,00
Р, мг	71,79
Fe, мг	0,95
К, мг	452,62
І, мкг	4,46
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Филе птицы обрабатывают, отваривают, порционируют, заливают бульоном и подвергают вторичному кипячению в течение 5-7 минут, хранят в бульоне или на мармите не более 1 часа., кладут в порционную посуду перед отпуском. В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания добавляют соль, сметану и доводят до кипения. При отпуске в тарелку кладут кусочек птицы и зелень.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 82

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ**

Номер рецептуры: **82**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	108,15	70,3
с 01.03 по 31.07	117,17	70,3
с 01.08 по 31.08	87,88	70,3
с 01.09 по 31.10	93,73	70,3
с 01.11 по 31.12	100,43	70,3
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	7	7
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	9,33	7
с 01.09 по 31.12	8,75	7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,9	122,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
КУРА (ГРУДКИ)	16,15	14,7
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1
Выход: 200/10/1		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,35
Жиры, г	2,85
Углеводы, г	17,01
Энергетическая ценность, ккал	115,33

В1, мг	0,08
С, мг	6,64
А, мг	0,15
Е, мг	1,05
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,07

Са, мг	23,45
Mg, мг	23,34
Р, мг	77,06
Fe, мг	1,11
К, мг	460,22
І, мкг	4,19
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель-брусочками или кубиками, морковь - соломкой или кубиками, лук репчатый шинкуют. Морковь и лук припускают. В кипящую воду кладут макаронные изделия и варят 10-15 мин., затем добавляют картофель, припущенные овощи, макаронные изделия, соль и варят до готовности. Филе птицы отваривают, порционируют, заливают бульоном и подвергают вторичному кипячению в течение 5-7 минут, хранят в бульоне на мармите не более 1 часа, кладут в порционную посуду при отпуске.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 84

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ**

Номер рецептуры: **84**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год2012**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	101,69	66,1
с 01.03 по 31.07	110,17	66,1
с 01.08 по 31.08	82,63	66,1
с 01.09 по 31.10	88,13	66,1
с 01.11 по 31.12	94,43	66,1
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	8,8	6,6
с 01.09 по 31.12	8,25	6,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,6	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,7	115,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ		18,2
ГОВЯДИНА Б/К	25,5	21,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,2	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,8	1,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1
Выход: 200/20		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,60
Жиры, г	5,31
Углеводы, г	11,87
Энергетическая ценность, ккал	117,98

В1, мг	0,07
С, мг	6,04
А, мг	0,15
Е, мг	0,96
Д, мкг	0,04
В2, мг	0,07

Са, мг	21,42
Mg, мг	22,84
Р, мг	78,23
Fe, мг	1,28
К, мг	489,47
l, мкг	5,88
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют припущенное томатное пюре, соль. Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон от припускания фрикаделек добавляют в суп.

Фрикадельки мясные:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 268

Наименование изделия: **СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ**

Номер рецептуры: **268**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ		
с 01.01 по 31.12	78,41	69
с 01.01 по 31.12	78,41	69
СОУС МОЛОЧНЫЙ ГУСТОЙ ТК №353		27
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20,5	20,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,1	4,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
ВЫХОД ПОЛУФАБРИКАТА		115,86
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,94
Жиры, г	11,79
Углеводы, г	3,47
Энергетическая ценность, ккал	171,41

В1, мг	0,08
С, мг	0,39
А, мг	0,08
Е, мг	2,28
Д, мкг	0,35
В2, мг	0,10

Са, мг	43,41
Mg, мг	22,48
P, мг	164,83
Fe, мг	0,61
K, мг	284,19
I, мкг	97,06
F, мг	0,44
Se, мг	0,02

Технология приготовления:

Филе рыбы (трески) припускают, охлаждают, измельчают, смешивают с густым молочным соусом, желтками яиц, тщательно выбивают, вводят взбитые яичные белки, выкладывают в формы, смазанные маслом, сбрызгивают маслом и запекают 15-20 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом.

При приготовлении суфле в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

Соус молочный густой тк №353

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают и разводят горячим молоком с добавлением воды, вымешивают до образования однородной массы и варят 7-10 минут при слабом кипении. Затем кладут соль, процеживают и доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 310

Наименование изделия: **СУФЛЕ КУРИНОЕ**

Номер рецептуры: **310**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРА (ГРУДКИ)	53,85	49
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	3/10 шт.	12,08
СОУС МОЛОЧНЫЙ ГУСТОЙ (ДЛЯ ФАРШИРОВАНИЯ)		19,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14,7	14,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,9	2,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,15	0,15
Выход полуфабриката		61,08
Выход: 70		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,15
Жиры, г	6,12
Углеводы, г	2,49
Энергетическая ценность, ккал	114,13

В1, мг	0,04
С, мг	0,08
А, мг	0,04
Е, мг	0,30
Д, мкг	0,31
В2, мг	0,14

Са, мг	27,21
Mg, мг	11,61
Р, мг	119,75
Fe, мг	0,91
К, мг	100,62
І, мкг	3,78
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

Технология приготовления:

Отварное филе курицы дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой, добавляют в массу молочный соус, желтки яиц, затем взбивают и вводят белки, взбитые в густую пену, слегка вымешивают снизу вверх и раскладывают в формочки, смазанные маслом и запекают при температуре 220 град в жарочном шкафу 30 минут.

Соус молочный густой (для фарширования)

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают и разводят горячим молоком, вымешивают до образования однородной массы и варят 7-10 минут при слабом кипении. Затем кладут соль, процеживают и доводят до кипения. Соус используют для приготовления котлет рубленых, запеченных с молочным соусом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 263

Наименование изделия: **ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ**

Номер рецептуры: **263**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ		
с 01.01 по 31.12	68,18	60
с 01.01 по 31.12	68,18	60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12	12
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/5 шт.	8,05
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
Выход полуфабриката		95,35
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	11,19
Жиры, г	4,00
Углеводы, г	6,06
Энергетическая ценность, ккал	104,69

В1, мг	0,06
С, мг	0,24
А, мг	0,04
Е, мг	0,78
Д, мкг	0,23
В2, мг	0,06

Са, мг	21,11
Mg, мг	18,55
Р, мг	133,46
Fe, мг	0,56
К, мг	226,83
І, мкг	82,61
F, мг	0,38
Se, мг	0,01

Технология приготовления:

Филе рыбы измельчают с замоченным в воде хлебом, добавляют взбитые яйца, солят, перемешивают, выбивают, формируют фрикадельки в виде шариков, укладывают в смазанную маслом гастроемкость или противень, заливают на 1/3 высоты бульоном или водой, варят на слабом огне 15-20 минут. Отпускают с соусом молочным.

Соус молочный (для подачи к блюду)

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают и разводят горячим молоком и варят 7-10 минут при слабом кипении 7-10 минут. Затем кладут сахар, соль, процеживают и доводят до кипения.

При приготовлении фрикаделек в пароконвектомате, режимы приготовления и технологию приготовления данного блюда соблюдать в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату (указать в технологической карте самостоятельно, в соответствии с инструкцией к данному пароконвектомату).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТК №003

Наименование изделия: **ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры: **ТК №003**

Наименование сборника рецептур: **ТК №003**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15
Выход: 15		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,00
Жиры, г	0,12
Углеводы, г	6,40
Энергетическая ценность, ккал	31,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,30
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	2,40
Mg, мг	2,60
Р, мг	11,80
Fe, мг	0,50
К, мг	20,40
І, мкг	0,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Хлеб нарезают ломтиками.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТК №003

Наименование изделия: **ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры: **ТК №003**

Наименование сборника рецептур: **ТК №003**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25
Выход: 25		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,70
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	10,60
Энергетическая ценность, ккал	51,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,50
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	4,01
Mg, мг	4,34
Р, мг	19,71
Fe, мг	0,84
К, мг	34,07
І, мкг	1,34
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Хлеб нарезают ломтиками.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТК №003

Наименование изделия: **ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры: **ТК №003**

Наименование сборника рецептур: **ТК №003**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30
Выход: 30		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,04
Жиры, г	0,24
Углеводы, г	12,72
Энергетическая ценность, ккал	61,20

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	4,80
Mg, мг	5,20
Р, мг	23,60
Fe, мг	1,00
К, мг	40,80
І, мкг	1,60
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Хлеб нарезают ломтиками.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 392

Наименование изделия: **ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ**

Номер рецептуры: **392**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,6	178,6
ВАРЕНЬЕ	15	15
Выход: 180/15		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,12
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	8,20
Энергетическая ценность, ккал	33,60

В1, мг	0,00
С, мг	0,20
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	10,20
Mg, мг	3,70
Р, мг	3,30
Fe, мг	0,30
К, мг	21,60
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Чайник ополаскиваю кипятком, кладут в него чай и заливают кипятком. Настаивают 5-10 минут. В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Варенье добавляют в чай.

Утверждено советом по питанию
27.12.2021

ГБДОУ детский сад № 81

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№038

Наименование изделия: **ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

Номер рецептуры: **TKN№038**

Наименование сборника рецептур: **TKN№038**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3
ЛИМОН	7,67	7
САХАР ПЕСОК	6	6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,7	177,7
Выход: 180/6/7		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,12
Жиры, г	0,01
Углеводы, г	6,14
Энергетическая ценность, ккал	26,25

В1, мг	0,00
С, мг	1,13
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	11,17
Mg, мг	3,55
Р, мг	3,61
Fe, мг	0,29
К, мг	19,56
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан или чашку. Предварительно промытый теплой водой лимон ошпаривают кипятком в течение 1-2 минут. Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром непосредственно перед отпуском.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№040

Наименование изделия: **ЧАЙ С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **TKN№040**

Наименование сборника рецептур: **TKN№040**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3
САХАР ПЕСОК	6	6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	92	92
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,20
Жиры, г	2,80
Углеводы, г	13,60
Энергетическая ценность, ккал	77,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	97,70
Mg, мг	12,00
P, мг	68,50
Fe, мг	0,30
K, мг	142,10
I, мкг	8,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 392

Наименование изделия: **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры: **392**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4
САХАР ПЕСОК	6	6
Выход: 180/6		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	8,40
Энергетическая ценность, ккал	34,00

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

Са, мг	8,80
Mg, мг	2,50
Р, мг	1,40
Fe, мг	0,20
К, мг	5,80
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Чай заваривают кипятком, добавляют сахар, доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 67

Наименование изделия: **ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ**

Номер рецептуры: **67**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДелиПринт, 2012 год**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	30	19,5
с 01.03 по 31.07	32,5	19,5
с 01.08 по 31.08	24,38	19,5
с 01.09 по 31.10	26	19,5
с 01.11 по 31.12	27,86	19,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40,7	32,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10,93	8,2
с 01.09 по 31.12	10,25	8,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,8	6,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,6	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,4	130,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1
Выход: 200/5/1		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,40
Жиры, г	4,06
Углеводы, г	6,16
Энергетическая ценность, ккал	69,60

В1, мг	0,03
С, мг	8,73
А, мг	0,19
Е, мг	1,53
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,04

Са, мг	34,48
Mg, мг	15,43
Р, мг	31,34
Fe, мг	0,69
К, мг	226,56
l, мкг	3,16
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Капусту нарезают квадратиками, картофель дольками. В кипящий бульон закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки в щи добавляют припущенное томатное пюре. Добавляют сметану, доводят до кипения. Зелень петрушки обрабатывают в соответствии с требованиями санитарных правил, мелко шинкуют и добавляют в тарелку перед отпуском.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТК №010

Наименование изделия: **ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ**

Номер рецептуры: **ТК №010**

Наименование сборника рецептов: **ТК№010**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	170,4	150
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,60
Жиры, г	0,60
Углеводы, г	14,80
Энергетическая ценность, ккал	66,30

В1, мг	0,00
С, мг	6,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,90
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	21,60
Mg, мг	10,80
Р, мг	14,90
Fe, мг	3,00
К, мг	417,00
І, мкг	3,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 213

Наименование изделия: **ЯЙЦО ВАРЕНОЕ**

Номер рецептуры: **213**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	40,25
Выход: 40		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,90
Жиры, г	4,50
Углеводы, г	0,30
Энергетическая ценность, ккал	60,90

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,10
Е, мг	0,80
Д, мкг	0,90
В2, мг	0,20

Са, мг	19,80
Mg, мг	4,30
Р, мг	69,10
Fe, мг	0,90
К, мг	56,00
І, мкг	8,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

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