

Купить Технологические карты к примерному меню для  
организации питания детей (1,5-3 года)

**Технологические карты  
к примерному меню  
для организации питания детей**



## 2 ДЕНЬ

### Реестр технологических карт:

1. Омлет натуральный, запеченный
2. Кофейный напиток из цикория с молоком
3. Сельдь с луком
4. Суп с изделиями макаронными  
(фигурными) группы А на бульоне из  
птицы
5. Рагу из мяса птицы
6. Напиток из плодов сухих (изюм)
7. Каша жидкая на молоке  
(из хлопьев овсяных)
8. Булочка с изюмом
9. Тефтели рыбные
10. Картофель отварной, запеченный со  
сливочным маслом
11. Кисель из клюквы быстрозамороженной



## Технологическая карта № 120301

Наименование изделия: **Омлет натуральный, запеченный**

Номер рецептуры: № 120301

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо*	75	75
Молоко	30	30
Соль	0,25	0,25
<b>Масса омлетной смеси:</b>		<b>105</b>
Масло сливочное	2	2
<b>Выход:</b>		<b>100</b>

**Примечание:** при подаче допускается добавить в блюдо обработанную зелень из расчета 0,5 гр. на 1 порцию

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
10,44	11,24	1,95	150,71	0,18

### Технология приготовления:

К предварительно подготовленному яйцу добавляют молоко, соль и аккуратно перемешивают (не взбивая!). Масло сливочное растапливают и доводят до кипения. Приготовленную смесь выливают на противень, смазанный маслом сливочным, слоем не более 2,5-3 см и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 180-200°C в течение 8-10 мин. Готовый омлет натуральный нарезают на порции.

**Температура подачи:** 60- 65°C

**Срок реализации:** не более 2 часов с момента приготовления

Технолог \_\_\_\_\_

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

### Технологическая карта № 160104

Наименование изделия: **Кофейный напиток из цикория с молоком**

Номер рецептуры: № 160104

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	120	120
Напиток из цикория	3,2	3,2
Сахар-песок	10	10
Вода	80	80
<b>Выход:</b>		200

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,95	1,92	8,83	60,24	0,36

### Технология приготовления:

Смесь молока и воды довести до кипения 90-110°C, добавить сахар-песок и цикорий растворимый и вновь довести до кипения.

**Температура подачи:** 60- 65°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

**Технологическая карта № 100612-1**Наименование изделия: **Сельдь с луком**Номер рецептуры: **№ 100612-1****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Сельдь м/с	42,86	42
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	16,2	16,2
или Лук репчатый свежий	17,61	16,2
Масло растительное	2,4	2,4
<b>Выход:</b>		<b>60</b>

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

**Химический состав данного блюда на 100 гр:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
12,28	10,00	2,21	148,53	2,70

**Технология приготовления:**

Филе сельди нарезать кусочками. Лук репчатый очищают, промывают в проточной воде не менее 5 минут и мелко шинкуют. Подготовленный лук бланшируют. Ингредиенты соединяют и непосредственно перед подачей заправляют растительным маслом.

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

Технолог

### Технологическая карта № 110333

Наименование изделия: **Суп с изделиями макаронными(фигурными) группы А на бульоне из птицы**

Номер рецептуры: № 110333

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макароны гр.А <вермишель, лапша яичная>	16	16
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	8	8
или Морковь столовая свежая	10	8
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	8	8
или Лук репчатый свежий	9,52	8
Масло сливочное	4	4
Бульон куриный (или вода)	190	<b>190</b>
Соль	0,2	<b>0,2</b>
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

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

#### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
2.31	1.83	6.22	50.49	0.60

#### Технология приготовления:

Для приготовления блюда используют бульон (или воду), полученный при варке филе птицы для второго блюда. Овощи сортируют, моют, очищают. Очищенные овощи промывают под проточной водой в течение 5 минут. Подготовленные морковь, лук нарезают соломкой. Измельченные морковь и лук припускают в небольшом количестве бульона (или воды) с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин. В кипящий бульон 90-110°C кладут припущенные овощи и варят с момента закипания 5-8 мин, после чего добавляют вермишель и варят суп до готовности. За 5 минут до окончания варки в суп закладывают соль.

**Температура подачи:** 60- 65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 120609

Наименование изделия: **Рагу из мяса птицы**

Номер рецептуры: **№ 120609**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
П/ф из птицы (курица или индейка) бескостные охлажденные	54,54	54,0
или П/ф из птицы (курица или индейка) бескостные замороженные	58,068	54,0
Соль	1,8	1,8
<b>Масса птицы отварной:</b>		<b>45,0</b>
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	90	90,0
или Картофель свежий продовольственный	128,556	90,0
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	18	18,0
или Морковь столовая свежая	22,5	18,0
Томатная паста	2,16	2,2
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	10,8	10,8
или Лук репчатый свежий	12,852	10,8
Мука пшеничная	4,86	<b>4,9</b>
Масло растительное	3,6	<b>3,6</b>
Бульон куриный (вода)	54	<b>54,0</b>
<b>Масса гарнира и соуса готовых:</b>		<b>135,0</b>
<b>Выход готового продукта</b>		<b>180,0</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
8.45	7.78	11.45	144.08	7.18

**Технология приготовления:**

**Примечание:** Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Подготовленное филе птицы нарезают кусочками весом 15-20 г, закладывают в горячую воду, доводят до кипения 90-110°C, снимают с поверхности бульона пену, добавляют соль, и варят в закрытой посуде до готовности. Остальные овощи моют, очищают, промывают в проточной воде в течение 5 минут. Картофель нарезают кубиками. Подготовленные морковь и лук репчатый нарезают соломкой и припускают 5-10 минут при температуре 90-110°C в небольшом количестве воды (или бульона) с добавлением растительного масла и томатной пасты. Муку просеивают, подсушивают, охлаждают и разводят охлажденной кипяченой водой. Подготовленную разведенную водой муку добавляют в припущенные овощи и тушат в течение 5 минут. Подготовленные овощи соединяют с птицей и тушат в закрытой посуде при температуре 100-120°C в течение 15-20 минут.

**Температура подачи:** 60- 65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

**Технологическая карта № 160242**Наименование изделия: **Напиток из плодов сухих (изюм)**Номер рецептуры: **№ 160242****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Кислота лимонная	0,02	0,02
Сахар-песок	14	14
Вода	210	210
Изюм	12,2	12
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

**Химический состав данного блюда на 100 гр:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,14	0,03	13,94	56,76	0,00

**Технология приготовления:**

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

**Температура подачи:** не ниже +15°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 120224

Наименование изделия: **Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсянных)**

Номер рецептуры: № 120224

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Геркулес	18,48	18,48
Молоко	45,6	45,6
Соль	0,3	0,3
Вода	60	60
Масло сливочное	3,6	3,6
Сахар-песок	3,6	3,6
<b>Выход:</b>		<b>120</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,06	4,65	14,32	111,42	0,23

### Технология приготовления:

Хлопья овсяные не промывают, просеивают и перебирают, засыпают в кипящее молоко, добавляют соль и варят при периодическом помешивании до готовности.

Кашки жидкие молочные отпускают с прокипяченным маслом сливочным и с сахаром-песком (допускается сахар-песок и масло сливочное добавлять в кашу при варке).

**Температура подачи:** не ниже 60- 65°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 190104

Наименование изделия: **Булочка с изюмом**

Номер рецептуры: № 190104

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука Пшеничная	15,66	15,66
Молоко	10,5	10,5
Сахар-песок	1,2	1,2
Масло сливочное	1,2	1,2
Яйцо*	2,1	2,1
Дрожжи сухие	0,15	0,15
или Дрожжи прессованные	0,6	0,6
Изюм	1,53	1,5
Соль	0,075	0,075
Яйцо*	0,6	0,6
<b>Масса полуфабриката:</b>	0	<b>34,5</b>
Масло растительное д/смазки противня	0,09	0,09
<b>Выход:</b>		<b>30</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,04	6,47	45,56	272,65	0,21

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

**Технология приготовления:**

Изюм перебирают, промывают и замачивают в кипятке. Тесто готовится безопасным способом: в подготовленную емкость вливают подогретое до температуры 35-40°C молоко, добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшим количеством муки), сахар, соль, предварительно подготовленное яйцо, подготовленный изюм, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растопленное масло сливочное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят для брожения в помещение с температурой 35-40°C. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз.

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

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

**Температура подачи:** 25 ±5°C

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

Технолог

---

### Технологическая карта № 120403

Наименование изделия: **Тефтели рыбные**

Номер рецептуры: **120403**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Филе трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, или кефали) мороженное	37,12	35,27
Хлеб пшеничный	10,00	10,00
Молоко	4,00	4,00
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	5,00	5,00
или Лук репчатый свежий	5,95	10,00
Соль	0,38	0,38
Масло сливочное	0,50	0,50
<b>Выход:</b>	-	<b>50,00</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
13,27	2,12	11,2	117,05	1,75

### Технология приготовления:

Подготовленное филе рыбное без костей промывают, нарезают, пропускают через мясорубку вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в молоке. Лук репчатый очищенный мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного, охлаждают. В фарш с хлебом добавляют соль, лук репчатый припущенный, повторно пропускают через мясорубку и тщательно перемешивают. Из фарша формируют тефтели в виде шариков, запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате до готовности при температуре 250-280°C в течение 20-25 мин.

**Температура подачи:** 0- 65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 130105

Наименование изделия: **Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом**

Номер рецептуры: № 130105

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	202,86	202,86
или Картофель свежий продовольственный	289,8	202,86
Масло сливочное	5,4	5,4
Соль	0,45	0,45
<b>Выход:</b>	-	<b>180</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,28	2,93	18,39	109,22	11,27

### Технология приготовления:

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

**Температура подачи:** 60-65°С

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

Технолог

### Технологическая карта № 160203-1

Наименование изделия: **Кисель из клюквы быстрозамороженной**

Номер рецептуры: № 160203-1

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	210	210
Клюква б/з	10	10
Крахмал картофельный	7	7
Сахар-песок	18	18
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,03	0,01	12,05	48,27	0,75

### Технология приготовления:

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

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

Технолог



## 3 ДЕНЬ

### Реестр технологических карт:

1. Каша жидкая на молоке (манная)
2. Чай с лимоном
3. Салат из моркови с растительным маслом
4. Салат из моркови отварной с сыром
5. Рассольник домашний на мясном бульоне
6. Говядина отварная
7. Печень по-строгановски
8. Каша гречневая рассыпчатая
9. Компот из плодов сухих
10. Пудинг из творога запеченный
11. Шницель рубленый куриный
12. Свекла тушеная
13. Напиток смородина



### Технологическая карта № 120205

Наименование изделия: **Каша жидкая на молоке (манная)**

Номер рецептуры: № 120205

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа Манная	27,72	27,72
Молоко	122,4	122,4
Сахар-песок	5,4	5,4
Масло сливочное	3,6	3,6
Вода	50,4	50,4
Соль	0,45	0,45
<b>Выход:</b>		<b>180</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
3,64	3,98	17,08	119,01	0,41

### Технология приготовления:

Крупу манную не промывают, просеивают, засыпают в кипящее молоко с водой 90-110°C, добавляют соль, сахар и варят при непрерывном помешивании в течение 20 мин.

Добавляют, масло сливочное (предварительно растопленное и доведенное до кипения), тщательно перемешивают и доводят блюдо до кулинарной готовности.

**Температура подачи:** 60- 65°C

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

Технолог

### Технологическая карта № 160106

Наименование изделия: **Чай с лимоном**

Номер рецептуры: № **160106**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
"Чай черный	0,7	0,7
или Чай черный в пакетах "	1,0 шт	1,0 шт
Вода	208	208
Сахар-песок	10	10
Лимоны	4,6	4
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

#### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,02	0,00	5,06	20,63	0,80

#### Технология приготовления:

Для приготовления чая-заварки используют фарфоровый или фаянсовый чайник, или посуду из нержавеющей стали. Емкость первоначально ополаскивают крутым кипятком, насыпают чай черный на определенное количество порций, заливают кипятком 90-110°C на 1/3 объема чайника или посуды, закрывают крышкой, настаивают 5-10 мин. На одну порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки. Не следует смешивать чай-заварку с чаем сухим.

Воду кипятят, добавляют сахар доводят до кипения 90-110°C. Чай-заварку заливают подготовленным кипятком и настаивают в течение 5 минут. Подготовленные лимоны нарезают на порции. Допускается чай разлить в чайники непосредственно перед раздачей и производить порционирование, лимон опускают чашку. Сахар можно подавать отдельно порционно.

**Температура подачи:** 60- 65°C

**Срок реализации:** не более 30 минут с момента заварки

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 100301

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

Номер рецептуры: **№100301**

**Наименование сборника рецептов: Наименование сборника рецептов:**

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	56,4	56,4
или Морковь столовая свежая	70,5	56,4
Масло растительное	4,2	4,2
<b>Выход:</b>		<b>60</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,22	7,09	6,49	95,83	4,70

### Технология приготовления:

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

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 100308

Наименование изделия: **Салат из отварной моркови с сыром**

Номер рецептуры: № 01023, 100308

**Наименование сборника рецептов:** Требования к оказанию единой комплексной услуг по организации питания обучающихся и воспитанников в образовательных учреждениях системы

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	48,6	48,60
или Морковь столовая свежая	60,75	48,60
<b>Масса моркови отварной:</b>	-	<b>48</b>
Сыр полутвердый	6,45	6
Масло растительное	6	6
Соль	0,18	0,18
<b>Выход:</b>	-	<b>60</b>

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

#### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,37	13,02	5,59	154,65	4,12

#### Технология приготовления:

Морковь сортируют, моют очищают. Очищенную морковь промывают в проточной воде в течение 5 минут. Подготовленную морковь погружают в кипяток и варят при слабом кипении до готовности, затем сливают воду и охлаждают до температуры 8-10°C, нарезают кубиками. Сыр зачищают от верхней пленки, натирают. Подготовленные ингредиенты соединяют, добавляют соль, масло растительное, непосредственно перед подачей и перемешивают.

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

Технолог

### Технологическая карта № 110207

Наименование изделия: **Рассольник домашний на мясном бульоне**

Номер рецептуры: № 110207

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	15,2	15,2
<i>или Капуста белокочанная свежая</i>	19	15,2
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	57	57
<i>или Картофель свежий продовольственный</i>	81,43	57
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	7,6	7,6
<i>или Морковь столовая свежая</i>	9,5	7,6
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	7,6	7,6
<i>или Лук репчатый свежий</i>	9,04	7,6
Огурцы консервированные (без учета заливки)	11,4	11,4
Масло сливочное	3,8	3,8
Бульон мясной (или вода)	133	133
Соль	0,23	0,23
Сметана 15%	3,8	3,8
<b>Выход:</b>	-	<b>190</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,94	2,10	6,08	47,36	6,31

**Технология приготовления:**

**Примечание:** Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Остальные овощи очищенные промывают в проточной воде в течение 5 минут. У белокачанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут. Морковь, лук мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин. Огурцы соленые режут тонкой соломкой и припускают в небольшом количестве воды в течение 15 мин. Капусту свежую шинкуют. Подготовленный картофель нарезают брусочками.

В кипящую воду кладут капусту шинкованную, доводят до кипения, закладывают нарезанный картофель, а через 5-10 мин припущенные овощи: морковь, лук, огурцы соленые. За 5-7 мин до готовности добавляют соль и варят рассольник до готовности. Готовый рассольник заправляют прокипяченной сметаной и вновь доводят его до кипения.

**Температура подачи:** 60-65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 120509

Наименование изделия: **Говядина отварная**

Номер рецептуры: № 120509

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденная	15,74	15,5
или Говядина крупный кусок замороженная	17,22	15,5
Соль	0,05	0,05
<b>Выход</b>		<b>10</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
28,83	24,80	0,00	337,90	0,00

### Технология приготовления:

Подготовленное мясо промывают, зачищают, нарезают на куски массой от 1 до 1,5 кг, закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды), закрывают крышкой, доводят до кипения 90-110 °С, снимают образовавшуюся на поверхности пену и варят в течение 2-2,5 часов. За 15-20 мин до готовности мяса в бульон добавляют соль. Готовность мяса проверяют путем прокола куска мяса поварской вилкой. Готовое отварное мясо на разрезе должно иметь равномерный серый цвет.

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

**Температура подачи:** 60- 65°С

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 120536

Наименование изделия: **Печень по-строгановски**

Номер рецептуры: № 120536

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Печень говяжья замороженная	62,412	51,8
Томатная паста	1,4	1,4
Сметана 15%	22,75	22,75
Соль	0,35	0,35
Масло сливочное	2,275	2,275
Мука Пшеничная	2,275	2,275
Соль	0,112	0,112
Вода	22,75	22,75
<b>Выход:</b>		<b>70</b>

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

#### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
14,92	10,34	4,17	183,84	25,45

#### Технология приготовления:

Печень размораживают, зачищают от пленок, желчных протоков, промывают, нарезают брусочками, заливают кипятком и припускают в небольшом количестве при температуре 90-110°C воды в течение 5 мин при помешивании, отвар сливают. Печень, припущенную заливают соусом сметанным, добавляют томат-пасту, соль, доводят до кипения, тушат при температуре 100-120 °С в течение 20-25 мин при слабом кипении до готовности. Отпускают блюдо вместе с соусом, в котором тушилась печень. Для приготовления соуса сметанного: муку просеивают, слегка просушивают (без масла), охлаждают, перетирают с маслом сливочным. В протертую с маслом муку вливают 1/4 часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду. В готовый соус белый кладут прокипяченную сметану, размешивают, заправляют солью, варят при постоянном помешивании в течение 3-5 минут.

**Температура подачи:** 60- 65°C

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

Технолог

### Технологическая карта № 130309

Наименование изделия: **Каша гречневая рассыпчатая**

Номер рецептуры: **№130309**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа Гречневая	40,776	39,96
Вода	81	81
Соль	0,3	0,3
Масло сливочное	3,6	3,6
<b>Выход:</b>		<b>120</b>

#### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
4,22	3,57	19,04	125,00	0,00

#### Технология приготовления:

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

Для упревания каши гречневой из ядрицы быстрорастваривающейся требуется 1-1,5 часа. Масло сливочное растапливают, доводят до кипения и заправляют кашу гречневую.

**Температура подачи:** 60-65°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 160209-2

Наименование изделия: **Компот из плодов сухих**

Номер рецептуры: № 160209-2

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Изюм	12,24	12
Чернослив	4	4
Сахар-песок	20	20
Вода	180	180
Кислота лимонная	0,1	0,1
<b>Выход:</b>	-	<b>200</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
0,14	0,03	13,94	56,76	0,00

### Технология приготовления:

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

Допускается отпускать с вареными плодами.

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 120318

Наименование изделия: **Пудинг из творога запеченный**

Номер рецептуры: **№ 120318**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог 9 % жирн.	83,84	83
Крупа Манная	8	8
Сахар-песок	5	5
Яйцо*	5	5
Соль	0,25	0,25
Масло сливочное	2	2
Ванилин	0,01	0,01
Сухари панировочные	2,5	2,5
Сметана 15%	2,5	2,5
Вода	10	10
<b>Масса полуфабриката:</b>		<b>118</b>
<b>Выход:</b>		<b>100</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
16,82	10,29	16,77	226,92	0,43

### Технология приготовления:

В горячей воде растворяют ванилин и всыпают тонкой струйкой крупу манную и, помешивая, заваривают. В протертый творог добавляют яичный желток, растертый с сахаром-песком, соль, охлажденную заваренную крупу манную, размягченное масло сливочное (1/2 от рецептурной нормы). Массу тщательно перемешивают. Белок взбивают до густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием. Полученную массу выкладывают слоем толщиной 3-5 см на политые маслом сливочным и посыпанные сухарями противни (или в формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате 20-30 минут при температуре 220-280°C. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, нарезают на порции.

**Температура подачи:** 60-65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

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

### Технологическая карта № 120615

Наименование изделия: **Шницель рубленный куриный**

Номер рецептуры: № 120615

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
П/ф из птицы (курица) бескостные охлажденные	45,455	45
или П/ф из птицы (курица) бескостные замороженные	48,385	45
Молоко	7,5	7,5
Яйцо *	5	5
Соль	0,3	0,3
<b>Масса фарша:</b>		<b>57,5</b>
Сухари панировочные	5	5
<b>Масса полуфабриката:</b>		<b>62,5</b>
Масло растительное	1,5	1,5
<b>Выход:</b>		<b>50</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
22,41	21,73	8,03	305,37	1,71

### Технология приготовления:

Подготовленное филе птицы нарезают на куски и пропускают через мясорубку, добавляя молоко, предварительно подготовленное яйцо, соль. Массу хорошо вымешивают, порционируют, формируют шницели овально-приплюснутой формы, панируют в сухарях. Полуфабрикат шницеля укладывают на противень, смазанный маслом растительным запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 220-280 °С в течение 20-25 мин до готовности. Признаком готовности является выделение бесцветного сока на разрезе.

**Температура подачи:** 60-65°С

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

Технолог

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

### Технологическая карта № 130209

Наименование изделия: **Свекла тушеная**

Номер рецептуры: №130209

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	185,94	185,94
или Свекла столовая свежая	249,914	185,94
Масло сливочное	5,4	5,4
Сметана 15%	9	9
Соль	0,45	0,45
<b>Масса полуфабриката</b>		<b>196,56</b>
Масса свеклы тушеной		180
<b>Выход</b>		<b>180</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,76	3,33	9,34	73,93	10,35

### Технология приготовления:

Свеклу промывают проточной водой в течение 5 минут. Свеклу отваривают до готовности, очищают и нарезают соломкой или пропускают через протирочную машину или натирают на терке и прогревают с маслом сливочным (предварительно растопленным и доведенным до кипения), затем добавляют сметану (предварительно прокипяченную) и тушат при температуре 100-120°C, периодически помешивая, в течение 10-15 мин.

**Температура подачи:** 60-65°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

## Технологическая карта № 160207

Наименование изделия: **Напиток смородина**

Номер рецептуры: № **160207**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Смородина черная б/з	12	12
Сахар-песок	16	16
Вода	180	180
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,06	0,02	8,43	34,56	6,00

#### Технология приготовления:

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

Допускается отпускать с вареными ягодами.

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

## 4 ДЕНЬ

### Реестр технологических карт:

1. Запеканка из творога
2. Соус клюквенный
3. Какао на молоке
4. Салат из свежих огурцов с растительным маслом
5. Суп из овощей на курином бульоне
6. Гуляш из отварной птицы
7. Изделия макаронные отварные
8. Напиток вишневый
9. Запеканка овощная
10. Булочка городская
11. Тефтели мясные с соусом собственного производства
12. Рис отварной
13. Компот из плодов свежих(апельсин)



## Технологическая карта № 120305

Наименование изделия: **Запеканка из творога**

Номер рецептуры: **№120305**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Творог 9 % жирн.	90,91	90
Крупа манная	10	10
Сахар-песок	7	7
Яйцо*	3	3
Масло сливочное	3	3
Соль	0,25	0,25
Сухари панировочные	2	2
Вода	20	20
Сметана 15%	2	2
<b>Масса полуфабриката:</b>		<b>117</b>
<b>Выход:</b>		<b>100</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
17,96	11,43	20,14	255,22	0,46

### Технология приготовления:

Манную крупу просеивают. Подготовленную крупу медленно всыпают в горячую воду, постоянно помешивая (заваривают из расчета воды к крупе манной 2:1). Протертый творог смешивают с крупой манной, предварительно подготовленным яйцом, сахаром, солью. Полученную массу тщательно перемешивают и выкладывают слоем 3-4 см на политый маслом сливочным и посыпанный панировочными сухарями противень. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате при температуре 220-280°C в течение 20-30 мин до готовности.

**Температура подачи:** 60-65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

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

### Технологическая карта № 140208

Наименование изделия: **Соус клюквенный**

Номер рецептуры: № 140208

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Клюква	1,2	1,2
Крахмал картофельный	0,3	0,3
Вода	4	4
Сахар-песок	6	6
<b>Выход:</b>		<b>10</b>

#### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,06	0,02	52,85	212,25	1,8

#### Технология приготовления:

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

**Температура подачи:** 60-65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 160101

Наименование изделия: **Какао на молоке**

Номер рецептуры: № 160101

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Какао-порошок	4	4
Вода	110	110
Сахар	10	10
Молоко	90	90
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,84	1,74	7,31	52,73	0,27

### Технология приготовления:

Какао-порошок кладут, смешивают с сахаром, добавляют часть кипятка и растирают до однородной массы. Молоко соединяют с оставшейся частью кипятка, доводят до кипения 90-110°C и проваривают 5 минут. В подготовленную смесь, помешивая, вводят разведенный какао-порошок, доводят до кипения 90-110°C.

**Температура подачи:** 60-65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 100507

Наименование изделия: **Салат из свежих огурцов с растительным маслом**

Номер рецептуры: № 100507

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы свежие	55,58	52,8
Масло растительное	7,2	7,2
Соль	0,15	0,15
<b>Выход:</b>		<b>60</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

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

### Технология приготовления:

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

**Температура подачи:** не ниже +15 °С.

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 110326

Наименование изделия: **Суп из овощей на курином бульоне**

Номер рецептуры: **№ 110326**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	30	"30
<i>или Капуста белокочанная свежая</i>	37,5	30"
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	40	40
<i>или Картофель свежий продовольственный</i>	57,14	40
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	8	8
<i>или Морковь столовая свежая</i>	10	8
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	8	8
<i>или Лук репчатый свежий</i>	9,52	8
Сметана	10	10
Масло сливочное	6	6
Бульон (и/или вода)	150	150
Соль	0,48	0,48
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
2	3,33	4,82	53,18	7,12

**Технология приготовления:**

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

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

Очищенные овощи промывают в проточной воде в течение 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут.

Морковь, лук репчатый шинкуют и припускают в небольшом количестве воды(или бульона) с добавлением масла сливочного в течение 5-10 минут. Подготовленную капусту шинкуют. Подготовленный картофель нарезают брусочками или дольками. В кипящий бульон (и/или воду) 90-110°C закладывают нашинкованную капусту, подготовленный картофель, и после закипания варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки добавляют припущенные овощи, соль. Готовый суп заправляют прокипеченной сметаной и вновь доводят до кипения.

**Температура подачи:** 60-65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 120601-01

Наименование изделия: **Гуляш из отварной птицы**

Номер рецептуры: **№120601; 120601-1**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
П/ф из птицы (курица) бескостные охлажденные	42,427	42
или П/ф из птицы (курица) бескостные замороженные	45,164	42
Вода(для варки бульона)	140	140
<b>Масса птицы отварной:</b>		<b>28</b>
Масло сливочное	0,7	0,7
Мука пшеничная	0,91	0,91
Томатная паста	1,4	1,4
Бульон из курицы	45,5	45,5
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	1,4	1,4
или Морковь столовая свежая	1,75	1,4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	1,4	1,4
или Лук репчатый свежий"	1,666	1,4
Соль	0,035	0,35
<b>Масса соуса:</b>		<b>45,5</b>
<b>Выход:</b>		<b>70</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
14,14	11,89	1,60	158,18	2,28

**Технология приготовления:**

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

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

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

**Температура подачи:** 60- 65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 130401

Наименование изделия: **Изделия макаронные отварные**

Номер рецептуры: № 130401

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макароны гр.А <фигурные>	39,96	39,96
Соль	1,2	1,2
Масло сливочное	3,6	3,6
<b>Выход:</b>		<b>120</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
3,69	2,91	23,50	134,99	0,00

### Технология приготовления:

Перед варкой длинные макароны ломают на части. Варят изделия макаронные в большом количестве кипящей подсоленной воды 90-110°C (в соотношении 1:6) без последующей промывки, в течение 20 - 30 мин. Масло сливочное растапливают и доводят до кипения. Сваренные изделия макаронные откидывают, кладут после стекания воды в емкость и заправляют прокипеченным маслом сливочным.

**Температура подачи:** 60- 65°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 160204

Наименование изделия: **Напиток вишневый**

Номер рецептуры: № 160204

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вишня б/з	12	12
Сахар-песок	16	16
Вода	200	200
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,05	0,01	8,63	35,04	0,90

### Технология приготовления:

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

Допускается отпускать с вареными ягодами.

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 130223

Наименование изделия: **Запеканка овощная**

Номер рецептуры: **№ 386**

**Наименование сборника рецептов:** Сборником рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Горошек зеленый консервированный (без учета заливки)	15,00	15,00
Картофель свежий продовольственный	73,57	51,50
или Картофель очищенный полуфабрикат	51,50	51,50
Капуста белокочанная свежая	24,38	19,50
или Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	19,50	19,50
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	16,50	16,50
или Морковь столовая свежая продовольственная	20,63	16,50
Лук репчатый очищенный полуфабрикат	10,00	10,00
или Лук репчатый свежий	11,90	10,00
Яйцо	5,00	5,00
Крупа манная	5,00	5,00
Сухари панировочные	5,00	5,00
Сметана	2,50	2,50
Сыр с м.д.ж.45%	5,38	5,00
Соль	0,50	0,50
<b>Выход:</b>		<b>100</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
3,49	2,78	8,28	72,5	1,55

**Технология приготовления:**

Нарезанные соломкой и припущенные отдельно морковь, капусту соединяют с пассерованным луком, нарезанным полукольцами, всыпают манную крупу и проваривают до загустения. Овощную массу смешивают с протертым вареным картофелем, охлаждают, выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень (гастроёмкость), смазывают сметаной, посыпают оставшимися сухарями и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате в режиме "жар" при температуре 180 °С в течение 20-25 мин. до образования на поверхности румяной корочки.

**Температура подачи:** 60- 65°С

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 190102

Наименование изделия: **Булочка "Городская"**

Номер рецептуры: **№190102**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Мука Пшеничная	17,16	17,16
Сахар-песок	1,5	1,5
Масло сливочное	1,5	1,5
Молоко	7,5	7,5
Яйцо*	2,1	2,1
Дрожжи сухие	0,15	0,15
или Дрожжи прессованные	0,6	0,6
Соль	0,075	0,075
Сахар-песок	0,9	0,9
Ванилин	0,009	0,009
Яйцо*	0,6	0,6
<b>Масса полуфабриката:</b>	<b>0</b>	<b>31,5</b>
Масло растительное д/смазки противня	0,09	0,09
<b>Выход:</b>		<b>30</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,17	7,02	49,30	292,74	0,15

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

**Технология приготовления:**

Тесто дрожжевое готовят безопарным способом: в подготовленную емкость вливают подогретое до температуры 35-40°C молоко, добавляют дрожжи (дрожжи сухие предварительно смешивают с небольшим количеством муки), сахар, соль, предварительно подготовленные яйца, всыпают муку и все перемешивают в течение 7-8 мин. После этого вводят растопленное масло сливочное, замешивают тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию и будет легко отделяться от стенок емкости. Емкость закрывают крышкой и ставят для брожения в помещение с температурой 35-40°C. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, производят обминку в течение 1-2 мин и вновь оставляют для брожения, в процессе которого тесто обминают еще 1-2 раза. Тесто, приготовленное из муки со слабой клейковиной, обминают 1 раз.

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

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

**Температура подачи:** 25 ±5°C

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

Технолог

---

### Технологическая карта № 120539

Наименование изделия: **Тефтели мясные с соусом собственного производства**

Номер рецептуры: №120539

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Говядина крупный кусок охлажденное	17,77	17,50
или Говядина крупный кусок замороженное	19,45	17,50
Хлеб пшеничный	6,00	6,00
Молоко	5,00	5,00
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	5,00	5,00
или Лук репчатый свежий	5,95	5,00
Соль	0,30	0,30
<b>Масса полуфабриката:</b>		<b>30,00</b>
<b>Масса тефтелей готовых:</b>		<b>25,00</b>
Вода	35,00	35,00
Масло растительное	1,00	1,00
Мука Пшеничная	1,50	1,50
Томат-паста	1,13	1,13
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	1,80	1,80
или Морковь столовая свежая	2,25	1,80
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	0,90	0,90
или Лук репчатый свежий	1,07	0,90
Сахар-песок	0,60	0,60
Соль	0,25	0,25
<b>Масса соуса:</b>	-	<b>25,00</b>
<b>Выход:</b>	-	<b>50,00</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8,41	8,34	11,41	154,68	2,43

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

**Технология приготовления:**

Подготовленное мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в молоке. Лук репчатый очищенный мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды, охлаждают. В мясной фарш с хлебом добавляют соль, лук репчатый припущенный, повторно пропускают через мясорубку и тщательно перемешивают. Из фарша формируют тефтели в виде шариков, шарики панируют в просеянной пшеничной муке и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате до готовности при температуре 250-280°C в течение 20-25 мин. Запеченные тефтели перекладывают в неглубокую посуду, заливают соусом красным основным, добавляют воду (10-20 г на порцию) и тушат до готовности при слабом кипении при температуре 100-120 °С. При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились.

**Для приготовления соуса красного основного:** очищенные морковь, лук репчатый нарезают мелкой соломкой и припускают в небольшом количестве воды в течение 10-15 минут, затем вводят томат-пасту и при слабом кипении припускают еще 10-15 минут. Муку пшеничную просеивают, подсушивают при температуре 150-160°C, периодически помешивая, до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают до температуры 70-80°C и разводят теплой водой в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящую воду, затем добавляют припущенные с томат-пастой овощи и при слабом кипении варят в течение 45 - 60 минут. В конце варки добавляют соль, сахар-песок. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

**Температура подачи:** 60-65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 130301

Наименование изделия: **Рис отварной**

Номер рецептуры: № 130301

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа Рисовая	64,278	63
Вода	378	378
Масло сливочное	5,4	5,4
Соль	0,45	0,45
<b>Выход:</b>		<b>180</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
2,47	2,83	27,32	138,99	0,00

### Технология приготовления:

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

**Температура подачи:** 60-65°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

## Технологическая карта № 160212

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

Номер рецептуры: **№ 160212**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Апельсины	30	30
Сахар-песок	22	22
Вода	190	190
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,14	0,03	12,20	50,34	9,00

### Технология приготовления:

Апельсины тщательно промывают, нарезают ломтиками. Приготавливают сироп: в кипящую воду закладывают сахар, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 10 мин. В подготовленный сироп закладывают нарезанные апельсины, доводят до кипения 90-110°C и проваривают в течение 5 мин. Затем снимают с варочной поверхности (или отключают нагрев стационарного котла) и настаивают в течение 1,5-2 часов постепенно охлаждая до температуры подачи.

Допускается отпускать с вареными плодами.

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

## 5 ДЕНЬ

### Реестр технологических карт:

1. Каша жидкая на молоке  
(из хлопьев овсяных)
2. Чай с сахаром
3. Салат из свеклы с растительным маслом
4. Суп крестьянский с крупой  
(крупя перловая)
5. Рыба, запеченная с картофелем  
по-русски
6. Кисель из смородины
7. Пудинг маннй
8. Соус абрикосовый
9. Помидоры свежие
10. Рагу из мяса птицы
11. Напиток витаминный



### Технологическая карта № 120224

Наименование изделия: **Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсянных)**

Номер рецептуры: № 120224

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Геркулес	27,72	27,72
Молоко	68,4	68,4
Соль	0,45	0,45
Вода	90	90
Масло сливочное	5,4	5,4
Сахар-песок	5,4	5,4
<b>Выход:</b>		<b>180</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
3,06	4,65	14,32	111,42	0,23

### Технология приготовления:

Хлопья овсяные не промывают, просеивают и перебирают, засыпают в кипящее молоко, добавляют соль и варят при периодическом помешивании до готовности.

Каши жидкие молочные отпускают с прокипяченным маслом сливочным и с сахаром-песком (допускается сахар-песок и масло сливочное добавлять в кашу при варке).

**Температура подачи:** не ниже 60- 65°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 160105

Наименование изделия: **Чай с сахаром**

Номер рецептуры: № 160105

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай черный	0,7	0,7
или Чай черный в пакетах	1,0 шт	1,0 шт
Вода	208	208
Сахар-песок	10	10
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

#### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,00	0,00	5,00	19,95	0,00

#### Технология приготовления:

Для приготовления чая-заварки используют фарфоровый или фаянсовый чайник, или посуду из нержавеющей стали. Емкость первоначально ополаскивают крутым кипятком, насыпают чай черный на определенное количество порций. Заливают кипятком на 1/3 объема чайника, закрывают крышкой, настаивают 5-10 мин. На одну порцию чая (200 мл) расходуют 50 мл заварки. Не следует смешивать чай-заварку с чаем сухим.

Воду кипятят, добавляют сахар и доводят до кипения 90-110°C. Чай-заварку заливают подготовленным кипятком, настаивают в течение 5 минут. Заваренный чай кипятить и длительно хранить на плите не рекомендуется, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Допускается чай разлить в чайники непосредственно перед раздачей и производить порционирование.

Сахар можно подавать отдельно порционно.

**Температура подачи:** 60- 65°C

**Срок реализации:** не более 30 минут с момента заварки

Технолог

### Технологическая карта № 100407

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

Номер рецептуры: **№ 51; 100407**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Свекла свежая очищенная полуфабрикат	56,64	56,64
или Свекла столовая свежая	75,54	56,64
<b>Масса вареной свеклы:</b>	-	<b>54,6</b>
Масло растительное	6	6
Соль	1,6	1,6
<b>Выход:</b>		<b>60</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
1,42	10,08	8,31	129,55	9,44

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

<b>Технология приготовления:</b>
Подготовленную свеклу промывают в проточной воде в течение 5 минут. Свеклу отваривают до готовности , охлаждают, очищают, нарезают мелкой соломкой или натирают. Перед отпуском салат посыпают солью, заправляют маслом растительным, непосредственно перед раздачей.

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

Технолог

### Технологическая карта № 110322

Наименование изделия: **Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)**

Номер рецептуры: № 110322

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Капуста белокочанная очищенная полуфабрикат	32	32
или Капуста белокочанная свежая	40	32
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	16	16
или Картофель свежий продовольственный	22,8	16
Крупа Перловая	8	8
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	10	10
или Морковь столовая свежая	12,4	10
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	8	8
или Лук репчатый свежий	9,4	8
Масло растительное	4	4
Бульон (или вода)	150	150
Соль	0,4	0,4
Сметана 15%	6	6
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
1,05	2,55	5,54	49,47	6,26

**Технология приготовления:**

**Примечание:** Подготовленный картофель свежий промывают в проточной воде в течение 5 минут. Допускается использование картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Далее картофель используют согласно технологическому процессу. Для приготовления блюда допускается использовать процеженный бульон, полученный при варке мяса для второго блюда.

Перловую крупу перебирают, промывают сначала в теплой, затем в горячей воде, закладывают в кипящую воду (3 л на 1 кг крупы) и варят до полуготовности, отвар сливают. Подготовленные овощи промывают в проточной воде не менее 5 минут. У белокочанной капусты удаляют 3-4 наружных листа, повторно промывают в течение 5 минут и нарезают шашечками. Картофель нарезают брусочками или дольками. Морковь, лук шинкуют и припускают в небольшом количестве воды (или бульона) с добавлением масла растительного в течение 10-20 мин.

В кипящий бульон (или воду) 90-110°C кладут подготовленную крупу, капусту белокочанную свежую, картофель и варят после закипания до готовности. За 5-7 мин до окончания варки кладут припущенные овощи. Готовый суп заправляют прокипяченной сметаной и вновь доводят до кипения.

**Температура подачи:** 60- 65°C

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 120409

Наименование изделия: **Рыба, запеченная с картофелем, по-русски**

Номер рецептуры: № 120409

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	81	81
<i>или Картофель свежий продовольственный</i>	15,722	81
Филе трески (или пикши, или сайды, или минтая, или хека, или окуня морского, или судака, <i>или кефали</i> ) мороженное	73,89	70,2
Соль	1,08	1,08
Масло растительное	5,4	5,4
Сухари панировочные	2,7	2,7
Молоко	36	36
Мука Пшеничная	9	9
<b>Выход:</b>	-	<b>180</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы,г	Энерг. ценность, ккал	
8,47	4,20	12,86	123,16	5,01

**Технология приготовления:**

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

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

**Температура подачи:** 60- 65°С

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

Технолог \_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 160203

Наименование изделия: **Кисель из смородины**

Номер рецептуры: № 640, 160203

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Вода	210	210
Смородина б/з	10	10
Крахмал картофельный	7	7
Сахар-песок	18	18
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

#### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,05	0,02	12,23	49,07	5

#### Технология приготовления:

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

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

**Технологическая карта № 120229**Наименование изделия: **Пудинг манный**Номер рецептуры: **№ 120229****Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа Манная	25,5	25,5
Молоко	25	25
Вода	66	66
Соль	0,3	0,3
Сахар-песок	5	5
Яйцо*	5	5
Масло сливочное	3	3
Сухари панировочные	3	3
Сметана 15%	3	3
<b>Выход:</b>		<b>100</b>

**Химический состав данного блюда на 100 гр:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
4,52	4,72	26,55	166,87	0,16

**Технология приготовления:**

Крупу манную просеивают, засыпают в кипящее молоко с водой 90-110°C и варят при непрерывном помешивании в течение 20 мин. Соль, сахар-песок добавляют за 5-10 мин до окончания варки каши.

В готовую вязкую кашу манную, охлажденную до температуры 60-70°C, добавляют растертые с сахаром-песком яичные желтки, масло сливочное, тщательно вымешивают массу, вводят в нее взбитые в густую пену яичные белки. Затем массу выкладывают ровным слоем толщиной 4-5 см, политые в формочки маслом сливочным (предварительно растопленным и доведенным до кипения), и посыпают сухарями, поверхность покрывают сметаной и запекают в жарочном шкафу или пароконвектомате в течение 8-10 минут при температуре 180-200°C до образования на его поверхности румяной корочки.

**Температура подачи:** 60-65°C**Срок реализации:** не более 2-х часов с момента приготовления

Технолог \_\_\_\_\_

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

### Технологическая карта № 140206

Наименование изделия: **Соус абрикосовый**

Номер рецептуры: № 140206

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Курага	0,561	0,55
Вода	2	2
Сахар-песок	3	3
<b>Выход:</b>		<b>5</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,57	0,03	65,55	264,92	0,44

### Технология приготовления:

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

**Температура подачи:** 60-65°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 100520

Наименование изделия: **Помидоры свежие**

Номер рецептуры: № 100520

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	35,28	30
<b>Выход:</b>		<b>30</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

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

### Технология приготовления:

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

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

### Технологическая карта № 120609

Наименование изделия: **Рагу из мяса птицы**

Номер рецептуры: **120609**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
П/ф из птицы (курица или индейка) бескостные охлажденные	60,6	60
или П/ф из птицы (курица или индейка) бескостные замороженные	64,52	60
Соль	2	2
<b>Масса птицы отварной:</b>		<b>50</b>
Картофель свежий очищенный полуфабрикат	100	100
или Картофель свежий продовольственный	142,84	100
Морковь столовая очищенная полуфабрикат	20	20
или Морковь столовая свежая	25	20
Томатная паста	2,4	2,4
Лук репчатый свежий очищенный полуфабрикат	12	12
или Лук репчатый свежий	14,28	12
Мука пшеничная	5,4	5,4
Масло растительное	4	4
Бульон куриный (вода)	60	60
<b>Масса гарнира и соуса готовых:</b>		<b>150</b>
<b>Выход готового продукта</b>		<b>200</b>

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

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
8.45	7.78	11.45	144.08	7.18

**Технология приготовления:**

**Примечание:** Допускается при использовании картофеля свежего очищенного полуфабриката, картофель промывают, помещают в кипящую воду, доводят до кипения 90-110 С и кипятят в течении 5-7 мин, отвар сливают. Подготовленное филе птицы нарезают кусочками весом 15-20 г, закладывают в горячую воду, доводят до кипения 90-110°C, снимают с поверхности бульона пену, добавляют соль, и варят в закрытой посуде до готовности. Остальные овощи моют, очищают, промывают в проточной воде в течение 5 минут. Картофель нарезают кубиками. Подготовленные морковь и лук репчатый нарезают соломкой и припускают 5-10 минут при температуре 90-110°C в небольшом количестве воды (или бульона) с добавлением растительного масла и томатной пасты. Муку просеивают, подсушивают, охлаждают и разводят охлажденной кипяченой водой. Подготовленную разведенную водой муку добавляют в припущенные овощи и тушат в течение 5 минут. Подготовленные овощи соединяют с птицей и тушат в закрытой посуде при температуре 100-120°C в течение 15-20 минут.

**Температура подачи:** 60- 65°C

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

Технолог

\_\_\_\_\_

## Технологическая карта № 160238

Наименование изделия: **Напиток витаминный**

Номер рецептуры: № 160238

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организациях

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Шиповник (сухой)	8	8
Сахар-песок	20	20
Вода	220	220
Изюм	8,16	8
<b>Выход:</b>		<b>200</b>

### Химический состав данного блюда на 100 гр:

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	
0,23	0,08	14,55	62,50	26,00

### Технология приготовления:

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

**Температура подачи:** не ниже +15°C

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

Технолог \_\_\_\_\_