

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАНАН СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАНАН	135,9	95
<b>Выход: 95</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	1,43
Жиры, г	0,48
Углеводы, г	19,95
Энергетическая ценность, ккал	91,20

В1, мг	0,00
С, мг	3,80
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	6,84
Mg, мг	35,91
Р, мг	23,94
Fe, мг	0,48
К, мг	330,60
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Бананы промывают, очищают от кожуры. Нарезают кусочком.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

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

### *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	2,55
Mg, мг	1,73
Р, мг	8,78
Fe, мг	0,15
К, мг	13,80
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Батон пшеничный нарезают ломтиками.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

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

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	1,46
Жиры, г	0,67
Углеводы, г	10,24
Энергетическая ценность, ккал	52,27

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	3,39
Mg, мг	2,30
Р, мг	11,68
Fe, мг	0,20
К, мг	18,35
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Батон пшеничный нарезают ломтиками.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 272

Наименование изделия: **БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ**

Номер рецептуры: **272**

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
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	59,24	50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,8	10,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3,6	3,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
<b>Выход: 60</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	10,58
Жиры, г	11,55
Углеводы, г	8,96
Энергетическая ценность, ккал	181,96

В1, мг	0,05
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	1,80
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,07

Са, мг	10,52
Mg, мг	15,80
Р, мг	101,09
Fe, мг	1,62
К, мг	192,83
І, мкг	3,60
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели). Котлеты, биточки и шницели можно готовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды.

Изделия укладывают на разогретую до 160-170° С смазанную маслом поверхность сковороды, противня или функциональной емкости и обжаривают на плите 3-5 мин. До готовности доводят в жарочном шкафу при температуре 250-280° С (5-7 мин). Температура внутри изделия не ниже 85° С.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 57

Наименование изделия: **БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ**

Номер рецептуры: **57**

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
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	36,92	24
с 01.09 по 31.12	30	24
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	18,46	12
с 01.03 по 31.07	20	12
с 01.08 по 31.08	15	12
с 01.09 по 31.10	16	12
с 01.11 по 31.12	17,14	12
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,5	4,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2	2
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	25	21,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2	1,9
<b>Выход: 150/10</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,05
Жиры, г	5,33
Углеводы, г	7,90
Энергетическая ценность, ккал	100,16

В1, мг	0,02
С, мг	5,70
А, мг	0,19
Е, мг	1,14
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,06

Са, мг	33,08
Mg, мг	19,16
Р, мг	59,66
Fe, мг	1,14
К, мг	269,21
І, мкг	4,77
F, мг	0,01
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 и доводят до кипения.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 57

Наименование изделия: **БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ**

Номер рецептуры: **57**

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
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	36,92	24
с 01.09 по 31.12	30	24
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15	12
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	17,31	11,25
с 01.03 по 31.07	18,75	11,25
с 01.08 по 31.08	14,06	11,25
с 01.09 по 31.10	15	11,25
с 01.11 по 31.12	16,07	11,25
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2,99	2,99
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	119,39	119,39
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	23,7	20
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2,52	2,39
<b>Выход: 150/10/1</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,89
Жиры, г	6,11
Углеводы, г	7,90
Энергетическая ценность, ккал	106,63

В1, мг	0,02
С, мг	6,07
А, мг	0,19
Е, мг	1,56
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,06

Са, мг	34,03
Mg, мг	19,49
Р, мг	58,51
Fe, мг	1,14
К, мг	272,13
І, мкг	4,72
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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## 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 СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ	10	10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22	22
<b>Выход: 22/10</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,73
Жиры, г	3,13
Углеводы, г	18,62
Энергетическая ценность, ккал	108,48

В1, мг	0,02
С, мг	4,00
А, мг	0,02
Е, мг	0,07
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,01

Са, мг	6,74
Mg, мг	4,26
Р, мг	16,47
Fe, мг	0,28
К, мг	34,69
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Ломтик батона намазывают маслом сливочным, а затем джемом.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## 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 СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ	11	11
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22	22
<b>Выход: 30</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,74
Жиры, г	3,13
Углеводы, г	19,35
Энергетическая ценность, ккал	111,32

В1, мг	0,02
С, мг	4,40
А, мг	0,02
Е, мг	0,07
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,01

Са, мг	6,96
Mg, мг	4,40
Р, мг	16,63
Fe, мг	0,29
К, мг	36,09
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Ломтик батона намазывают маслом сливочным, а затем джемом.



Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## 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	5	5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	22	22
<b>Выход: 25/5</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,68
Жиры, г	4,77
Углеводы, г	11,35
Энергетическая ценность, ккал	95,04

В1, мг	0,02
С, мг	0,00
А, мг	0,04
Е, мг	0,11
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,02

Са, мг	4,78
Mg, мг	2,86
Р, мг	15,25
Fe, мг	0,23
К, мг	20,99
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Ровные ломтики батона, намазывают маслом сливочным.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## 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	5	5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25
<b>Выход: 30</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,91
Жиры, г	4,86
Углеводы, г	12,89
Энергетическая ценность, ккал	102,90

В1, мг	0,03
С, мг	0,00
А, мг	0,04
Е, мг	0,11
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,02

Са, мг	5,35
Mg, мг	3,25
Р, мг	17,20
Fe, мг	0,26
К, мг	23,75
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Ровные ломтики батона, намазывают маслом сливочным.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

### 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
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	12,77	12
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23	23
<b>Выход: 23/12</b>		

#### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	4,53
Жиры, г	3,56
Углеводы, г	11,82
Энергетическая ценность, ккал	98,18

В1, мг	0,03
С, мг	0,08
А, мг	0,03
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,05

Са, мг	108,77
Mg, мг	8,99
Р, мг	92,95
Fe, мг	0,30
К, мг	33,16
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

#### **Технология приготовления:**

На ломтик батона кладут кусочек сыра.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## 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
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ	12,7	12
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	23	23
<b>Выход: 35</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	4,53
Жиры, г	3,56
Углеводы, г	11,82
Энергетическая ценность, ккал	98,18

В1, мг	0,03
С, мг	0,08
А, мг	0,03
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,05

Са, мг	108,77
Mg, мг	8,99
Р, мг	92,95
Fe, мг	0,30
К, мг	33,16
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### **Технология приготовления:**

На ломтик батона кладут кусочек сыра.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 249

Наименование изделия: **ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ**

Номер рецептуры: **249**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40
САХАР ПЕСОК	1	1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,7	0,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ	20	20
САХАР ПЕСОК	1	1
ВАНИЛИН	0,2	0,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	0,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30
<b>Выход: 50</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,44
Жиры, г	2,32
Углеводы, г	44,48
Энергетическая ценность, ккал	214,27

В1, мг	0,05
С, мг	3,20
А, мг	0,01
Е, мг	0,12
Д, мкг	0,03
В2, мг	0,02

Са, мг	12,84
Mg, мг	8,74
Р, мг	35,18
Fe, мг	0,47
К, мг	78,49
І, мкг	0,62
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Дрожжевое тесто для ватрушек готовят опарным способом. Из теста формируют шарики массой 39 г, 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 град С 6-8 мин.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 262

Наименование изделия: **ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ**

Номер рецептуры: **262**

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
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	71,09	60
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	5	5
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	24	20
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНЫЙ СЛАДКИЙ	27	20
<b>КАПУСТА ТУШЕНАЯ</b>		<b>50</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	75	60
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2	2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,3	1,3
МОРКОВЬ	1,73	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,4	2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8
САХАР ПЕСОК	1,6	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,4	17,4
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,68
Жиры, г	16,25
Углеводы, г	7,81
Энергетическая ценность, ккал	229,22

В1, мг	0,09
С, мг	29,55
А, мг	0,09
Е, мг	3,57
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,11

Са, мг	39,50
Mg, мг	26,87
Р, мг	122,99
Fe, мг	2,27
К, мг	433,26
І, мкг	7,08
F, мг	0,04
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Говядину нарезают на кусочки массой 20-30 г, соединяют со слегка обжаренным луком, нарезанным мелкими кубиками, и еще обжаривают 10-15 мин. Добавляют воду (30 г на одну порцию), мелко нарезанные помидоры, закрывают крышкой и тушат 20-25 мин. Затем добавляют бланшированный мелко нарезанный перец сладкий, капусту тушеную и тушат до готовности.

Капуста тушеная

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 306

Наименование изделия: **ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (говядина)**

Номер рецептуры: **306**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	137,5	110
ГОВЯДИНА Б/К (ЛОПАТКА)	84,51	60
КРУПА РИСОВАЯ	7,68	7,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,24	17
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	8,5	8,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4
<b>Выход: 170</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	14,30
Жиры, г	14,16
Углеводы, г	11,81
Энергетическая ценность, ккал	233,10

В1, мг	0,07
С, мг	20,48
А, мг	0,00
Е, мг	3,70
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,11

Са, мг	62,55
Мg, мг	33,68
Р, мг	146,92
Fe, мг	2,64
К, мг	453,98
І, мкг	8,24
F, мг	0,05
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Подготовленную белокочанную капусту шинкуют крупной соломкой и припускают в подсоленной воде. Лук нарезают соломкой, пассеруют. Котлетное мясо говядины пропускают через мясорубку, обжаривают на противне и доводят до готовности в жарочном шкафу. К жареной говядине добавляют сваренный в подсоленной воде рассыпчатый рис, пассерованный лук, припущенную капусту, соль и перемешивают и тушат до готовности.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 306

Наименование изделия: **ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (говядина)**

Номер рецептуры: **306**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	120
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	47,39	40
КРУПА РИСОВАЯ	5,05	5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13,1	11
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3	3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,81
Жиры, г	9,31
Углеводы, г	9,93
Энергетическая ценность, ккал	163,85

В1, мг	0,05
С, мг	22,04
А, мг	0,00
Е, мг	1,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,08

Са, мг	62,31
Мg, мг	28,19
Р, мг	106,99
Fe, мг	2,12
К, мг	376,76
І, мкг	6,88
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Подготовленную белокочанную капусту шинкуют крупной соломкой и припускают в подсоленной воде. Лук нарезают соломкой, пассеруют. Котлетное мясо говядины пропускают через мясорубку, обжаривают на противне и доводят до готовности в жарочном шкафу. К жареной говядине добавляют сваренный в подсоленной воде рассыпчатый рис, пассерованный лук, припущенную капусту, соль и перемешивают и тушат до готовности.



Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ГРУША СВЕЖАЯ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГРУША СВЕЖАЯ ПОЗДНИХ СРОКОВ	105,6	95
<b>Выход: 95</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,38
Жиры, г	0,29
Углеводы, г	9,79
Энергетическая ценность, ккал	44,65

В1, мг	0,04
С, мг	9,50
А, мг	0,10
Е, мг	1,43
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,08

Са, мг	19,00
Mg, мг	15,20
Р, мг	32,30
Fe, мг	0,95
К, мг	344,85
І, мкг	1,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Груши перебирают, промывают, удаляют семенное гнездо, порционируют., подают на тарелке.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ГРУША**

Номер рецептуры:

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
ГРУША СВЕЖАЯ ПОЗДНИХ СРОКОВ	105,5	95
<b>Выход: 95</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,38
Жиры, г	0,29
Углеводы, г	9,79
Энергетическая ценность, ккал	44,65

В1, мг	0,04
С, мг	9,50
А, мг	0,10
Е, мг	1,43
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,08

Са, мг	19,00
Mg, мг	15,20
Р, мг	32,30
Fe, мг	0,95
К, мг	344,85
І, мкг	1,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### **Технология приготовления:**

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

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 259**Наименование изделия: **ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ**Номер рецептуры: **259**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
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	71,09	60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3	3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,93	7,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b>		<b>20</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,1	1,1
МОРКОВЬ	1,47	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,2	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
<b>Выход: 40/20</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	11,35
Жиры, г	13,42
Углеводы, г	2,88
Энергетическая ценность, ккал	177,81

В1, мг	0,04
С, мг	1,20
А, мг	0,18
Е, мг	2,22
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,08

Са, мг	12,50
Mg, мг	16,54
P, мг	102,06
Fe, мг	1,55
K, мг	262,67
I, мкг	5,38
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

**Технология приготовления:**

Нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассерованной томатной пасты в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин.

**Соус томатный №364**

Морковь перебирают, промывают, очищают и повторно промывают в проточной воде, шинкуют. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде, шинкуют. Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Нарезанные овощи пассеруют, добавляют томатное пюре, муку, продолжают пассерование еще 15-20 мин.

В конце варки добавляют соль, сахар. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 277

Наименование изделия: **ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ( говядина )**

Номер рецептуры: **277**

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
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	95,73	80,8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	22,27	16,7
с 01.09 по 31.12	20,88	16,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,3	33,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
<b>Выход: 50/50</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	15,19
Жиры, г	15,02
Углеводы, г	3,50
Энергетическая ценность, ккал	209,70

В1, мг	0,04
С, мг	0,67
А, мг	0,35
Е, мг	0,66
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,09

Са, мг	19,22
Mg, мг	21,70
Р, мг	136,73
Fe, мг	2,01
К, мг	314,97
І, мкг	6,95
F, мг	0,05
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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 276

Наименование изделия: **ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ( говядина )**

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 (ЗАД, ЧАСТЬ)	59,24	50
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	126	81,9
с 01.03 по 31.07	136,5	81,9
с 01.08 по 31.08	102,38	81,9
с 01.09 по 31.10	109,2	81,9
с 01.11 по 31.12	117	81,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,4	7,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
<b>Выход: 120</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	10,72
Жиры, г	10,33
Углеводы, г	13,53
Энергетическая ценность, ккал	190,03

В1, мг	0,04
С, мг	1,92
А, мг	0,01
Е, мг	0,36
Д, мкг	0,04
В2, мг	0,09

Са, мг	18,82
Мg, мг	16,42
Р, мг	104,74
Fe, мг	1,16
К, мг	370,82
І, мкг	5,45
F, мг	0,03
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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 291

Наименование изделия: **ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ( говядина )**

Номер рецептуры: **291**

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 ( ЛОПАТКА)	70,42	50
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	184,62	120
с 01.03 по 31.07	200	120
с 01.08 по 31.08	150	120
с 01.09 по 31.10	160	120
с 01.11 по 31.12	171,43	120
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,25	1,25
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,5	2,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,52
Жиры, г	8,84
Углеводы, г	21,30
Энергетическая ценность, ккал	214,99

В1, мг	0,09
С, мг	2,80
А, мг	0,03
Е, мг	0,12
Д, мкг	0,07
В2, мг	0,11

Са, мг	25,45
Mg, мг	23,32
Р, мг	130,75
Fe, мг	1,44
К, мг	489,55
І, мкг	6,30
F, мг	0,04
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Мясо промыть, очистить, отварить, охладить, измельчить на мясорубке, добавить припущенный лук. Протертый картофель делят на 2 равные части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень и посыпанный сухарями, разравнивают, кладут измельченное мясо с луком, на них оставшуюся часть картофеля. После разравнивания изделие посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в жарочном шкафу 10-15 минут при 220-250 град С..

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 123

Наименование изделия: **КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ**

Номер рецептуры: **123**

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
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	184,62	120
с 01.03 по 31.07	200	120
с 01.08 по 31.08	150	120
с 01.09 по 31.10	160	120
с 01.11 по 31.12	171,43	120
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 120</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	2,36
Жиры, г	4,48
Углеводы, г	19,01
Энергетическая ценность, ккал	125,91

В1, мг	0,04
С, мг	2,40
А, мг	0,02
Е, мг	0,11
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,06

Са, мг	16,71
Mg, мг	9,72
Р, мг	37,48
Fe, мг	0,01
К, мг	286,35
І, мкг	2,40
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Картофель варят целыми клубнями (мелкий, чаще молодой картофель) или нарезают на части. Очищенный картофель кладут в кипящую подсоленную воду.

Когда картофель сварился, сливают воду, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 мин на менее горячем участке плиты. При варке рассыпчатого картофеля воду следует сливать примерно через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром, образующимся в котле.

Очищенный картофель варят в котле слоем не более 50 см, чтобы при варке сохранилась форма клубней.

Варить картофель следует небольшими партиями по мере спроса. При продолжительном хранении в горячем состоянии у картофеля изменяется цвет, ухудшается вкус и снижается его пищевая ценность.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 187

Наименование изделия: **КАША ПШЕННАЯ "ЯНТАРНАЯ" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ**

Номер рецептуры: **187**

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	25,25	25
САХАР ПЕСОК	7	7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
ЯБЛОКИ	11,36	10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 155</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,86
Жиры, г	4,71
Углеводы, г	24,84
Энергетическая ценность, ккал	153,29

В1, мг	0,08
С, мг	0,40
А, мг	0,02
Е, мг	0,82
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,02

Са, мг	13,02
Mg, мг	20,48
Р, мг	54,18
Fe, мг	0,89
К, мг	81,87
І, мкг	1,33
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Промытое пшено заливают водой и варят 10 мин, Свежие яблоки очищают от кожицы, удаляют семенные гнезда, нарезают кубиками, заливают сиропом и припускают. В вязкую кашу добавляют припущенные яблоки, растопленное сливочное масло Массу тщательно перемешивают, доводят до готовности в жарочном шкафу.  
Для приготовления сиропа сахар растворяют в горячей воде, проваривают 10-12 мин и процеживают.



Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 181

Наименование изделия: **КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: **181**

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 ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40,4	40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	68,9	68,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
<b>Выход: 100</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	4,91
Жиры, г	3,69
Углеводы, г	22,17
Энергетическая ценность, ккал	141,27

В1, мг	0,13
С, мг	0,00
А, мг	0,01
Е, мг	2,73
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,07

Са, мг	10,97
Mg, мг	72,66
Р, мг	107,88
Fe, мг	2,54
К, мг	152,68
І, мкг	1,32
F, мг	0,01
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 добавляют в конце варки, предварительно прокипятив.. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 190

Наименование изделия: **КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ**

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	10,1	10
ПШЕНО	10,1	10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
САХАР ПЕСОК	7	7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,83
Жиры, г	4,37
Углеводы, г	20,83
Энергетическая ценность, ккал	129,81

В1, мг	0,04
С, мг	0,00
А, мг	0,02
Е, мг	0,42
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,01

Са, мг	10,45
Мg, мг	13,29
Р, мг	35,44
Fe, мг	0,38
К, мг	32,51
І, мкг	0,59
F, мг	0,01
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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" 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
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	25	25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
САХАР ПЕСОК	8	8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 155</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	3,02
Жиры, г	5,51
Углеводы, г	22,77
Энергетическая ценность, ккал	152,60

В1, мг	0,08
С, мг	0,00
А, мг	0,02
Е, мг	0,91
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,04

Са, мг	19,42
Mg, мг	30,44
Р, мг	74,77
Fe, мг	0,92
К, мг	83,97
І, мкг	1,50
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Хлопья овсяные «Геркулес» засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности, добавив соль, сахар. В конце варки добавляют рокипащенное сливочное масло. Тщательно перемешивают.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША ПШЕНИЧНАЯ 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 ПШЕНИЧНАЯ..АРТЕК,,	25,25	25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
САХАР ПЕСОК	8	8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 155</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	2,82
Жиры, г	4,33
Углеводы, г	24,25
Энергетическая ценность, ккал	147,02

В1, мг	0,06
С, мг	0,00
А, мг	0,02
Е, мг	0,11
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,04

Са, мг	17,72
Mg, мг	14,97
Р, мг	59,90
Fe, мг	1,02
К, мг	58,99
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,02

### ***Технология приготовления:***

Крупы перебирают, промывают и варят 20-30 мин в кипящей воде до полуготовности, затем добавляют горячее молоко, соль, сахар, варят до готовности. В конце варки добавляют прокипяченное сливочное масло, тщательно перемешивают.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША ПШЕННАЯ 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
ПШЕНО	25,25	25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	140	140
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
САХАР ПЕСОК	7	7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 155</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,82
Жиры, г	4,67
Углеводы, г	23,89
Энергетическая ценность, ккал	148,73

В1, мг	0,08
С, мг	0,00
А, мг	0,02
Е, мг	0,76
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,02

Са, мг	14,38
Mg, мг	20,06
Р, мг	53,60
Fe, мг	0,71
К, мг	54,18
І, мкг	1,13
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено — не более 10 мин), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности, добавив соль, сахар. В конце варки добавляют прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают..

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 185

Наименование изделия: **КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И ТЫКВОЙ**

Номер рецептуры: **185**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПШЕНО	25	24,75
ТЫКВА СВЕЖАЯ		
с 01.01 по 31.12	50	35
с 01.01 по 31.12	50	35
с 01.01 по 31.12	50	35
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
САХАР ПЕСОК	8	8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 155</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,13
Жиры, г	4,70
Углеводы, г	26,17
Энергетическая ценность, ккал	159,56

В1, мг	0,10
С, мг	1,12
А, мг	0,11
Е, мг	0,75
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,04

Са, мг	22,61
Mg, мг	24,37
Р, мг	60,95
Fe, мг	0,83
К, мг	125,11
І, мкг	1,46
F, мг	0,04
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена и семенную мякоть, нарезают мелкими кубиками, закладывают в кипящее молоко или воду с молоком, добавляют соль, сахар и нагревают до кипения. Затем засыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## 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	25,25	25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
САХАР ПЕСОК	8	8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 155</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,73
Жиры, г	4,25
Углеводы, г	25,73
Энергетическая ценность, ккал	147,99

В1, мг	0,02
С, мг	0,00
А, мг	0,02
Е, мг	0,22
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,02

Са, мг	10,19
Mg, мг	12,70
Р, мг	34,85
Fe, мг	0,25
К, мг	26,49
І, мкг	0,35
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Подготовленную крупу рисовую варят 20-30 мин в кипящей воде, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности, добавив соль, сахар. В конце варки добавляют прокипяченное сливочное масло, тщательно перемешивают.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 185

Наименование изделия: **КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ И ТЫКВОЙ**

Номер рецептуры: **185**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА РИСОВАЯ	25,25	25
ТЫКВА СВЕЖАЯ	10	10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
САХАР ПЕСОК	8	8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 155</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,77
Жиры, г	4,25
Углеводы, г	26,30
Энергетическая ценность, ккал	150,51

В1, мг	0,03
С, мг	0,32
А, мг	0,02
Е, мг	0,22
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,02

Са, мг	12,68
Mg, мг	13,98
Р, мг	36,36
Fe, мг	0,49
К, мг	48,69
І, мкг	0,35
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Тыкву очищают от кожицы, удаляют семена и семенную мякоть, нарезают мелкими кубиками, закладывают в кипящее молоко или воду с молоком, добавляют соль, сахар и нагревают до кипения. Затем засыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.



Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВАРЕНЬЕ	15	15
САХАР ПЕСОК	6	6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	143	143
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9
<b>Выход: 150</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,07
Жиры, г	0,05
Углеводы, г	23,44
Энергетическая ценность, ккал	92,44

В1, мг	0,00
С, мг	0,18
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	11,18
Mg, мг	2,59
Р, мг	8,13
Fe, мг	0,07
К, мг	18,01
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, добавляют сахар, кислоту лимонную, непрерывно помешивая, доводят до кипения

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	50,5	44,44
САХАР ПЕСОК	5	5
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	9	9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147,8	147,8
<b>Выход: 150</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,18
Жиры, г	0,17
Углеводы, г	15,90
Энергетическая ценность, ккал	66,93

В1, мг	0,01
С, мг	1,78
А, мг	0,00
Е, мг	0,28
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	15,72
Mg, мг	4,61
Р, мг	10,64
Fe, мг	0,88
К, мг	125,48
І, мкг	0,89
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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	20	20
САХАР ПЕСОК	5	5
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,45
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	17,61
Энергетическая ценность, ккал	73,86

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

Са, мг	20,69
Mg, мг	8,94
Р, мг	23,22
Fe, мг	0,54
К, мг	166,61
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 5-10 минут.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	20	20
САХАР ПЕСОК	6	6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,6	183,6
<b>Выход: 180</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,45
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	18,58
Энергетическая ценность, ккал	77,73

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

Са, мг	21,94
Mg, мг	9,22
Р, мг	23,22
Fe, мг	0,54
К, мг	166,73
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 5-10 минут.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ КУРАГИ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРАГА	20	20
САХАР ПЕСОК	8	8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,01
Жиры, г	0,06
Углеводы, г	17,63
Энергетическая ценность, ккал	75,97

В1, мг	0,02
С, мг	0,32
А, мг	0,12
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	35,14
Mg, мг	20,28
Р, мг	26,28
Fe, мг	0,58
К, мг	344,10
І, мкг	0,00
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Подготовленную курагу заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности 10-20 минут.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТKN№027

Наименование изделия: КОМПОТ ИЗ КУРАГИ

Номер рецептуры: TKN№027

Наименование сборника рецептур: TKN№027

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРАГА	20	20
САХАР ПЕСОК	8	8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2
<b>Выход: 180</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,01
Жиры, г	0,06
Углеводы, г	17,63
Энергетическая ценность, ккал	75,97

В1, мг	0,02
С, мг	0,32
А, мг	0,12
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	36,23
Mg, мг	20,52
P, мг	26,28
Fe, мг	0,58
K, мг	344,18
I, мкг	0,00
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Промытые холодной водой плоды шиповника заливают кипятком, варят в закрытой посуде при слабом кипении 5-10 мин. Добавляют сахар, настаивают. После этого отвар процеживают.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГРУША СВЕЖАЯ ПОЗДНИХ СРОКОВ	57,78	52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129	129
САХАР ПЕСОК	5	5
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,20
Жиры, г	0,16
Углеводы, г	10,04
Энергетическая ценность, ккал	43,06

В1, мг	0,02
С, мг	2,08
А, мг	0,04
Е, мг	0,78
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	14,68
Mg, мг	8,65
Р, мг	15,91
Fe, мг	0,47
К, мг	189,30
І, мкг	1,04
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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №**Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	58,33	51,33
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	125	125
САХАР ПЕСОК	5	5
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,15	0,15
<b>Выход: 150</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,20
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	9,72
Энергетическая ценность, ккал	42,76

В1, мг	0,02
С, мг	2,05
А, мг	0,00
Е, мг	0,32
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	12,55
Mg, мг	4,83
Р, мг	5,09
Fe, мг	1,02
К, мг	143,23
І, мкг	1,03
F, мг	0,01
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. Яблоки варят на слабом огне не более 6-8 минут.



Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 282

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

Номер рецептуры: **282**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур 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 (ЛОПАТКА)	71,13	55
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8	8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,3	14,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
<b>Выход: 60</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	11,66
Жиры, г	7,86
Углеводы, г	5,80
Энергетическая ценность, ккал	140,42

В1, мг	0,05
С, мг	0,00
А, мг	0,01
Е, мг	0,07
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,07

Са, мг	10,23
Mg, мг	14,94
Р, мг	103,14
Fe, мг	1,60
К, мг	213,05
І, мкг	3,96
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Из котлетной массы формируют изделия овально-приплюснутой формы с одним заостренным концом (котлеты) Подготовленные изделия кладут на противень, смазанный маслом, и запекают при температуре 180-200 град. до готовности (12-15 мин.).

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 272

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

Номер рецептуры: **272**

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
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	59,24	50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	9	9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,9	11,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3	3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
<b>Выход: 50</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	10,32
Жиры, г	10,92
Углеводы, г	7,48
Энергетическая ценность, ккал	169,25

В1, мг	0,05
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	1,55
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,07

Са, мг	9,68
Mg, мг	14,65
Р, мг	96,84
Fe, мг	1,53
К, мг	187,87
І, мкг	3,60
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели). Котлеты, биточки и шницели можно готовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды.

Изделия укладывают на разогретую до 160-170° С смазанную маслом поверхность сковороды, противня или функциональной емкости и обжаривают на плите 3-5 мин. До готовности доводят в жарочном шкафу при температуре 250-280° С (5-7 мин). Температура внутри изделия не ниже 85° С.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 305

Наименование изделия: **КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ ( индейка )**

Номер рецептуры: **305**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур 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
ИНДЕЙКА (ФИЛЕ)	65,93	60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8	8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3	3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7
<b>Выход: 60</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,33
Жиры, г	14,62
Углеводы, г	5,80
Энергетическая ценность, ккал	204,16

В1, мг	0,04
С, мг	0,00
А, мг	0,02
Е, мг	0,04
Д, мкг	0,03
В2, мг	0,11

Са, мг	12,89
Mg, мг	14,36
Р, мг	123,05
Fe, мг	1,07
К, мг	89,71
І, мкг	0,00
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 батоном, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу порционируют, формируют котлеты, панируют в сухарях, кладут на смазанный маслом противень и запекают до готовности в жарочном шкафу.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 314

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (индейка)**

Номер рецептуры: **314**

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
ИНДЕЙКА (ФИЛЕ)	54,95	50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11	11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16	16
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3	3
<b>Выход: 60</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	11,05
Жиры, г	15,49
Углеводы, г	9,08
Энергетическая ценность, ккал	219,88

В1, мг	0,05
С, мг	0,00
А, мг	0,02
Е, мг	1,30
Д, мкг	0,03
В2, мг	0,10

Са, мг	11,39
Мg, мг	15,53
Р, мг	116,10
Fe, мг	1,17
К, мг	90,29
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Мякоть тушек 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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 332

Наименование изделия: **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: **332**

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
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	9,07	6,8
с 01.09 по 31.12	8,5	6,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНый СЛАДКИЙ	5,87	4,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,31	5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2,4	2,4
<b>Выход: 100</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,53
Жиры, г	3,69
Углеводы, г	21,99
Энергетическая ценность, ккал	135,50

В1, мг	0,04
С, мг	4,23
А, мг	0,17
Е, мг	1,77
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,01

Са, мг	10,53
Mg, мг	8,49
Р, мг	31,70
Fe, мг	0,72
К, мг	84,63
І, мкг	1,13
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

### 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 .е.овоши нарезают соломкой и пассеруют добавляют томатную пасту и продолжают пассерование 5 - 7 мин. отварные макароны соединяют с подготовленными овощами и перемешивают

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 205

Наименование изделия: **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ**

Номер рецептуры: **205**

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
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 100</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,23
Жиры, г	4,39
Углеводы, г	20,56
Энергетическая ценность, ккал	134,64

В1, мг	0,04
С, мг	0,00
А, мг	0,02
Е, мг	0,74
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,02

Са, мг	8,95
Mg, мг	4,52
Р, мг	24,93
Fe, мг	0,58
К, мг	37,74
І, мкг	0,45
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

### 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. Остальной частью масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском. Подают в горячем виде.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 205

Наименование изделия: **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ**

Номер рецептуры: **205**

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
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	37	37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3
<b>Выход: 120</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,97
Жиры, г	2,88
Углеводы, г	25,33
Энергетическая ценность, ккал	143,08

В1, мг	0,05
С, мг	0,00
А, мг	0,01
Е, мг	0,85
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,01

Са, мг	9,29
Mg, мг	5,49
Р, мг	29,97
Fe, мг	0,70
К, мг	46,03
І, мкг	0,56
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

### 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. Остальной частью масла макароны заправляют непосредственно перед отпуском. Подают в горячем виде.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 252

Наименование изделия: **МЯСО ОТВАРНОЕ (говядина)**

Номер рецептуры: **252**

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
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	71,09	60
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	2,67	2
с 01.09 по 31.12	2,5	2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,4	2
<b>Выход: 50</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	10,89
Жиры, г	9,31
Углеводы, г	0,30
Энергетическая ценность, ккал	128,36

В1, мг	0,03
С, мг	0,12
А, мг	0,04
Е, мг	0,35
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,06

Са, мг	6,07
Mg, мг	11,49
Р, мг	92,27
Fe, мг	1,34
К, мг	203,10
І, мкг	4,48
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Мясо, предназначенное для варки, нарезают кусками массой не более 2 кг. Мякоть лопаточной части и покромку свертывают рулетом и перевязывают.

Подготовленное мясо закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды) и варят при слабом кипении 2-2,5 часа. Для улучшения вкуса и аромата вареного мяса в бульон при варке добавляют морковь и лук. Соль кладут в бульон за 15-20 мин до готовности мяса. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок. Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куса на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 50-60° С в закрытой посуде.



Утверждаю

Заведующий  
/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 257

Наименование изделия: **МЯСО ТУШЕНОЕ (говядина)**

Номер рецептуры: **257**

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
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	82,94	70
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	4	3
с 01.09 по 31.12	3,75	3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,57	3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	4	4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,2	3,2
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b>		<b>20</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	0,2	0,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1
МОРКОВЬ	1,33	1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,24	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
<b>Выход: 50/20</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	13,08
Жиры, г	15,92
Углеводы, г	2,36
Энергетическая ценность, ккал	205,16

В1, мг	0,03
С, мг	1,15
А, мг	0,10
Е, мг	2,67
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,09

Са, мг	10,10
Mg, мг	16,67
Р, мг	113,13
Fe, мг	1,71
К, мг	288,57
І, мкг	5,83
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Нарезанные кусочками по 20-30 г мясо посыпают солью, обжаривают по 10-15 мин. Обжаренные куски мяса тушат с добавлением бульона или воды, обжаренных овощей и томатной пасты 2-2,5 часа. На бульоне, полученном после тушения, приготавливают соус. Готовое мясо заливают соусом и доводят до кипения.

#### Соус томатный №364

Морковь перебирают, промывают, очищают и повторно промывают в проточной воде, шинкуют. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде, шинкуют. Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Нарезанные овощи пассеруют, добавляют томатное пюре, муку, продолжают пассерование еще 15-20 мин.

В конце варки добавляют соль, сахар. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТК№027

Наименование изделия: НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА

Номер рецептуры: ТК№027

Наименование сборника рецептур: ТК№027

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ШИПОВНИК СУХОЙ	20	20
САХАР ПЕСОК	5	5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,66
Жиры, г	0,27
Углеводы, г	14,21
Энергетическая ценность, ккал	74,45

В1, мг	0,01
С, мг	80,00
А, мг	0,16
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,05

Са, мг	16,97
Mg, мг	4,41
Р, мг	3,06
Fe, мг	0,54
К, мг	10,60
І, 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. Добавляют сахар, настаивают. После этого отвар процеживают.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: .

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	50	44
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	156	156
САХАР ПЕСОК	5	5
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,17
Жиры, г	0,17
Углеводы, г	9,02
Энергетическая ценность, ккал	39,41

В1, мг	0,01
С, мг	1,76
А, мг	0,00
Е, мг	0,28
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	12,75
Mg, мг	4,57
Р, мг	4,36
Fe, мг	0,87
К, мг	122,94
І, мкг	0,88
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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 130

Наименование изделия: **ОВОЩИ И ФРУКТЫ ТУШЕННЫЕ**

Номер рецептуры: **130**

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
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	13,33	10
с 01.09 по 31.12	12,5	10
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	20,21	20
КАРТОФЕЛЬ до 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	123,08	80
с 01.03 по 31.07	133,33	80
с 01.08 по 31.08	100	80
с 01.09 по 31.10	106,67	80
с 01.11 по 31.12	114,29	80
ПЕРЕЦ ЗЕЛЕНый СЛАДКИЙ	6,9	4,8
ЯБЛОКИ	11,36	10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,3	34,3
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	3,58	3,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
<b>Выход: 120</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,29
Жиры, г	4,44
Углеводы, г	16,33
Энергетическая ценность, ккал	115,46

В1, мг	0,11
С, мг	15,28
А, мг	0,28
Е, мг	0,50
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,08

Са, мг	29,94
Mg, мг	28,88
Р, мг	62,30
Fe, мг	1,38
К, мг	613,62
І, мкг	5,40
F, мг	0,04
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Нарезанный полукольцами репчатый лук слегка пассеруют, затем добавляют нарезанные дольками морковь, свежие помидоры, картофель, сладкий перец, обжаривают в течение 10-15 мин, кладут соль, мелко нарезанную зелень петрушки и перемешивают.

Яблоки нарезают пополам, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Подготовленные плоды смешивают с обжаренными овощами, заливают бульоном или водой и тушат при слабом кипении до готовности в течение 20-25 мин.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	42,9	40
<b>Выход: 40</b>		

### *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	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	8,30
Mg, мг	5,00
P, мг	15,10
Fe, мг	0,40
K, мг	56,40
I, мкг	1,20
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Огурцы вымыть, удалить места соединения с плодоножкой, нарезать на порции.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	44	40
<b>Выход: 40</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	0,30
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	0,70
Энергетическая ценность, ккал	5,20

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

Са, мг	8,30
Mg, мг	5,00
Р, мг	8,60
Fe, мг	0,20
К, мг	56,40
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Освободить огурцы от рассола, удалить места соединения с плодоножкой. Порционировать.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 256

Наименование изделия: **ПЕЧЕНЬ (говяжья) ПО-СТРОГАНОВСКИ**

Номер рецептуры: **256**

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
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	106,8	88,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,2	7,2
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b>		<b>20</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	0,2	0,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1
МОРКОВЬ	1,33	1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,24	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
<b>Выход: 60/20</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	15,72
Жиры, г	10,12
Углеводы, г	1,57
Энергетическая ценность, ккал	179,52

В1, мг	0,18
С, мг	12,29
А, мг	5,61
Е, мг	1,84
Д, мкг	0,11
В2, мг	1,38

Са, мг	9,64
Mg, мг	14,73
Р, мг	227,54
Fe, мг	5,08
К, мг	276,93
І, мкг	5,94
F, мг	0,16
Se, мг	0,03

### Технология приготовления:

Подготовленную печень нарезают брусочками длиной 3-4 см массой 5-7 г, посыпают солью. Кладут ровным слоем на разогретую сковороду с маслом и обжаривают при помешивании 3-4 мин. Затем заливают соусом томатным,, размешивают и доводят до кипения.

#### Соус томатный №364

Морковь перебирают, промывают, очищают и повторно промывают в проточной воде, шинкуют. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде, шинкуют. Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Нарезанные овощи пассеруют, добавляют томатное пюре ,муку, продолжают пассерование еще 15-20 мин.

В конце варки добавляют соль, сахар. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 256

Наименование изделия: **ПЕЧЕНЬ (говяжья) ПО-СТРОГАНОВСКИ**

Номер рецептуры: **256**

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
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	106,8	88,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7,2	7,2
<b>СОУС ТОМАТНЫЙ №364</b>		<b>40</b>
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	0,4	0,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2
МОРКОВЬ	2,67	2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,48	0,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2	2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4
<b>Выход: 60/40</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	15,89
Жиры, г	11,31
Углеводы, г	2,72
Энергетическая ценность, ккал	195,40

В1, мг	0,19
С, мг	12,50
А, мг	5,63
Е, мг	2,36
Д, мкг	0,11
В2, мг	1,38

Са, мг	11,41
Mg, мг	15,79
Р, мг	229,68
Fe, мг	5,12
К, мг	289,29
І, мкг	6,09
F, мг	0,16
Se, мг	0,03

### Технология приготовления:

Подготовленную печень нарезают брусочками длиной 3-4 см массой 5-7 г, посыпают солью. Кладут ровным слоем на разогретую сковороду с маслом и обжаривают при помешивании 3-4 мин. Затем заливают соусом томатным, размешивают и доводят до кипения.

#### Соус томатный №364

Морковь перебирают, промывают, очищают и повторно промывают в проточной воде, шинкуют. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде, шинкуют. Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Нарезанные овощи пассеруют, добавляют томатное пюре, муку, продолжают пассерование еще 15-20 мин.

В конце варки добавляют соль, сахар. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов.



Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ПЕЧЕНЬЕ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	25	25
<b>Выход: 25</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,85
Жиры, г	2,35
Углеводы, г	18,28
Энергетическая ценность, ккал	101,75

В1, мг	0,03
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	6,50
Mg, мг	7,50
Р, мг	21,00
Fe, мг	0,35
К, мг	31,50
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ПЕЧЕНЬЕ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	50	50
<b>Выход: 50</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,70
Жиры, г	4,70
Углеводы, г	36,55
Энергетическая ценность, ккал	203,50

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

Са, мг	13,00
Mg, мг	15,00
Р, мг	42,00
Fe, мг	0,70
К, мг	63,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Утверждаю

Заведующий  
/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 451

Наименование изделия: **ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ**

Номер рецептуры: **451**

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
<b>ТЕСТО ДРОЖЖЕВОЕ</b>		<b>35</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,7	0,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕННЫЕ	0,7	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,5	10,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1
<b>ФАРШ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ № 456</b>		<b>20</b>
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	31,38	25,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1,4	1,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	0,6	0,6
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,3	0,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	0,2	0,2
<b>Выход: 50</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,76
Жиры, г	3,23
Углеводы, г	31,01
Энергетическая ценность, ккал	172,22

В1, мг	0,06
С, мг	4,70
А, мг	0,01
Е, мг	0,97
Д, мкг	0,01
В2, мг	0,03

Са, мг	23,09
Mg, мг	10,12
Р, мг	40,15
Fe, мг	0,65
К, мг	99,17
І, мкг	1,37
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

### 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.

#### Тесто дрожжевое

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, 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

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 304

Наименование изделия: **ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ ( филе индейки )**

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
ИНДЕЙКА (ФИЛЕ)	70	63,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	16,4	12,3
с 01.09 по 31.12	15,38	12,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,74	6,5
КРУПА РИСОВАЯ	25,25	25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
<b>Выход: 150</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	14,02
Жиры, г	16,49
Углеводы, г	19,31
Энергетическая ценность, ккал	282,00

В1, мг	0,05
С, мг	0,51
А, мг	0,27
Е, мг	0,27
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,14

Са, мг	17,80
Mg, мг	27,24
Р, мг	158,66
Fe, мг	1,22
К, мг	137,96
І, мкг	1,17
F, мг	0,02
Se, мг	0,01

### **Технология приготовления:**

Филе птицы нарезают, кладут в посуду, добавляют мелко нарезанные морковь и лук, заливают горячей водой и дают закипеть., затем кладут промытую рисовую крупу и доводят до кипения. После этого посуду с пловом ставят на 30-40 минут в жарочный шкаф.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 267

Наименование изделия: **ПЛОВ С ФАСОЛЬЮ ( говядина )**

Номер рецептуры: **267**

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
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	71,09	60
КРУПА РИСОВАЯ	23,23	23
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	26,67	20
с 01.09 по 31.12	25	20
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,74	6,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	7,5	7,5
ФАСОЛЬ	6	6
<b>Выход: 100</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	13,95
Жиры, г	16,95
Углеводы, г	21,10
Энергетическая ценность, ккал	293,30

В1, мг	0,08
С, мг	1,14
А, мг	0,40
Е, мг	3,73
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,09

Са, мг	25,35
Mg, мг	34,13
Р, мг	160,64
Fe, мг	2,07
К, мг	335,98
І, мкг	5,84
F, мг	0,05
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Перебранный и промытый рис замачивают на 1,5-2 ч в подсоленной воде.

Мясо, нарезанное на куски массой 1-1,5 кг, обжаривают на растительном масле, нагретом до температуры 160-170° С, до образования поджаристой корочки, затем кладут нарезанный полукольцами обжаренный репчатый лук, нарезанную соломкой морковь, добавляют соль, воду (соотношение воды и риса 1:1), специи и тушат 15-20 мин. Ровным слоем по всей поверхности котла закладывают рис и варят до полного поглощения жидкости 40-45 мин. Затем рис перемешивают, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 30-40 мин. За 25-30 мин до окончания тушения мяса с овощами добавляют подготовленную фасоль, предварительно замоченную в течение 5-8 ч.

Готовый плов аккуратно перемешивают.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ПОМИДОР СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	42,3	40
<b>Выход: 40</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	0,40
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	1,50
Энергетическая ценность, ккал	9,60

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

Са, мг	5,00
Mg, мг	7,20
P, мг	9,40
Fe, мг	0,40
К, мг	116,00
I, мкг	0,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Помидоры моют, удаляют плодоножки, порционируют.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ПОМИДОР СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ	52,9	50
<b>Выход: 50</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	0,60
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	1,90
Энергетическая ценность, ккал	12,00

В1, мг	0,00
С, мг	5,00
А, мг	0,13
Е, мг	0,25
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	6,25
Mg, мг	9,00
Р, мг	11,75
Fe, мг	0,50
К, мг	145,00
І, мкг	1,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### *Технология приготовления:*

Помидоры моют, удаляют плодоножки, порционируют.



Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 129

Наименование изделия: **ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ**

Номер рецептуры: **129**

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
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	40	30
с 01.09 по 31.12	37,5	30
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	16	9,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	56,25	45
САХАР ПЕСОК	1	1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,6	29,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ТЫКВА СВЕЖАЯ		
с 01.01 по 31.12	64,29	45
с 01.01 по 31.12	64,29	45
с 01.01 по 31.12	64,29	45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
<b>Выход: 120</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,93
Жиры, г	4,16
Углеводы, г	7,60
Энергетическая ценность, ккал	76,32

В1, мг	0,06
С, мг	10,52
А, мг	0,73
Е, мг	0,45
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,08

Са, мг	48,46
Mg, мг	24,60
Р, мг	44,00
Fe, мг	0,92
К, мг	245,47
І, мкг	3,30
F, мг	0,06
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Овощи нарезают кубиками или дольками, Подготовленные овощи тушат в кипящей подсоленной воде (0,2-0,3 л на 1 кг овощей). за 10 минут до конца тушения всыпают зеленый горошек тушеные овощи протирают в горячем виде и при непрерывном помешивании смесь взбивают до получения пышной однородной массы. При отсутствии того или другого вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовить блюдо из других овощей,

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## 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	184,62	120
с 01.09 по 31.12	150	120
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
САХАР ПЕСОК	1,1	1,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
<b>Выход: 110</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,80
Жиры, г	4,10
Углеводы, г	11,40
Энергетическая ценность, ккал	89,00

В1, мг	0,00
С, мг	4,80
А, мг	0,00
Е, мг	0,30
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,00

Са, мг	41,50
Мg, мг	23,90
Р, мг	47,40
Fe, мг	1,50
К, мг	346,40
І, мкг	8,40
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

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

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 322

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ**

Номер рецептуры: **322**

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 сентября		
с 01.01 по 29.02	156,92	102
с 01.03 по 31.07	170	102
с 01.08 по 31.08	127,5	102
с 01.09 по 31.10	136	102
с 01.11 по 31.12	145,71	102
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	24	18
с 01.09 по 31.12	22,5	18
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20
<b>Выход: 120</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,25
Жиры, г	8,42
Углеводы, г	17,41
Энергетическая ценность, ккал	154,85

В1, мг	0,04
С, мг	2,40
А, мг	0,40
Е, мг	0,33
Д, мкг	0,15
В2, мг	0,06

Са, мг	24,53
Mg, мг	14,64
Р, мг	41,78
Fe, мг	0,19
К, мг	280,34
l, мкг	2,94
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Очищенную морковь нарезают дольками и припускают в небольшом количестве воды. Очищенный картофель варят в воде до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Отварной картофель и припущенную морковь протирают. В полученную массу в 2-3 приема при непрерывном помешивании добавляют горячее молоко, сливочное масло, соль, смесь взбивают до получения пышной однородной массы. в горячем виде, добавляют в два-три приема горячее молоко и растопленное прокипяченное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 321

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: **321**

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 сентября		
с 01.01 по 29.02	153,85	100
с 01.03 по 31.07	166,67	100
с 01.08 по 31.08	125	100
с 01.09 по 31.10	133,33	100
с 01.11 по 31.12	142,86	100
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,5	16,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	10	10
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,18	0,18
<b>Выход: 110</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,99
Жиры, г	8,39
Углеводы, г	15,89
Энергетическая ценность, ккал	147,25

В1, мг	0,03
С, мг	2,00
А, мг	0,04
Е, мг	0,22
Д, мкг	0,15
В2, мг	0,05

Са, мг	15,78
Mg, мг	8,29
Р, мг	32,25
Fe, мг	0,03
К, мг	239,57
І, мкг	2,00
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Очищенный картофель варят в подсоленной воде до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Вареный горячий картофель притирают, температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80 градС. Вгорячий протертый картофель при помешивании добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 141**Наименование изделия: **РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ**Номер рецептуры: **141**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
КАРТОФЕЛЬ до 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	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
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	40	30
с 01.09 по 31.12	37,5	30
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9
ТЫКВА СВЕЖАЯ		
с 01.01 по 31.12	42,86	30
с 01.01 по 31.12	42,86	30
с 01.01 по 31.12	42,86	30
<b>Выход: 150</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	2,52
Жиры, г	5,14
Углеводы, г	15,87
Энергетическая ценность, ккал	120,83

В1, мг	0,11
С, мг	12,16
А, мг	0,69
Е, мг	0,42
Д, мкг	0,09
В2, мг	0,09

Са, мг	43,96
Mg, мг	32,14
Р, мг	67,76
Fe, мг	1,30
К, мг	535,98
І, мкг	6,00
F, мг	0,07
Se, мг	0,00

**Технология приготовления:**

Нарезанные дольками или кубиками картофель и слегка обжаривают, лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют и тушат 10-15 мин. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут соль, .

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 76

Наименование изделия: **РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ**

Номер рецептуры: **76**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	69,23	45
с 01.03 по 31.07	75	45
с 01.08 по 31.08	56,25	45
с 01.09 по 31.10	60	45
с 01.11 по 31.12	64,29	45
КРУПА ЯЧНЕВАЯ ПЕРЛОВАЯ	3,03	3
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	8	6
с 01.09 по 31.12	7,5	6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	23,7	20
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2	1,9
<b>Выход: 150/10/1</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,05
Жиры, г	6,25
Углеводы, г	10,24
Энергетическая ценность, ккал	117,63

В1, мг	0,04
С, мг	2,58
А, мг	0,14
Е, мг	1,45
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,04

Са, мг	26,45
Mg, мг	15,04
Р, мг	63,17
Fe, мг	0,68
К, мг	229,23
І, мкг	2,82
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.

В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, а через 5-10 минут вводят припущенные овощи и припущенные огурцы соленные. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль, в конце варки прокипяченную сметану.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 73

Наименование изделия: **РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ**

Номер рецептуры: **73**

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 сентября		
с 01.01 по 29.02	69,23	45
с 01.03 по 31.07	75	45
с 01.08 по 31.08	56,25	45
с 01.09 по 31.10	60	45
с 01.11 по 31.12	64,29	45
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,1	9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	112,5	112,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	23,7	20
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2	1,9
<b>Выход: 150/10/1</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,70
Жиры, г	6,21
Углеводы, г	7,89
Энергетическая ценность, ккал	106,48

В1, мг	0,03
С, мг	2,46
А, мг	0,02
Е, мг	1,41
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,04

Са, мг	22,86
Mg, мг	11,72
Р, мг	51,21
Fe, мг	0,60
К, мг	211,11
І, мкг	2,52
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.

В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный дольками или брусочками, доводят до кипения, добавляют припущенный лук, а через 5-10 минут вводят припущенные огурцы, в конце варки добавляют соль, прокипяченную сметану.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 325

Наименование изделия: **РИС ОТВАРНОЙ**

Номер рецептуры: **325**

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	28,8	28,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,7	3,7
<b>Выход: 80</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,96
Жиры, г	3,34
Углеводы, г	17,38
Энергетическая ценность, ккал	107,59

В1, мг	0,01
С, мг	0,00
А, мг	0,03
Е, мг	0,16
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	1,59
Mg, мг	10,07
Р, мг	32,33
Fe, мг	0,32
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Рис перебирают и промывают в теплой, а затем в горячей воде. Подготовленный рис кладут в подсоленную кипящую воду (6 л воды на 1 кг риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом, перемешивают и прогревают.



Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## 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. Могильный М.П., Москва. Дели принт.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИ КОНСЕРВЫ	47,5	28,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1,5	1,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3
<b>Выход: 30</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,89
Жиры, г	1,56
Углеводы, г	1,87
Энергетическая ценность, ккал	25,04

В1, мг	0,03
С, мг	3,30
А, мг	0,00
Е, мг	0,98
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	6,44
Mg, мг	6,25
Р, мг	17,99
Fe, мг	0,21
К, мг	30,62
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 подсолнечным маслом и мелко рубленной зеленью петрушки. Салат заправляют непосредственно перед раздачей.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## 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	28,27	21,2
с 01.09 по 31.12	26,5	21,2
ЯБЛОКИ	20	17,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2	2
<b>Выход: 40</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,34
Жиры, г	2,09
Углеводы, г	3,14
Энергетическая ценность, ккал	33,45

В1, мг	0,02
С, мг	2,18
А, мг	0,42
Е, мг	1,08
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	12,55
Mg, мг	8,66
Р, мг	12,47
Fe, мг	0,58
К, мг	91,33
І, мкг	1,41
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Подготовленную морковь нарезают мелкой соломкой, яблоки свежие с удаленными семенными гнездами нарезают мелкой соломкой. Подготовленные морковь и яблоки соединяют, прогревают при температуре 85 град С не менее 3 минут, заправляют растительным маслом непосредственно перед подачей..

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 33

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ**

Номер рецептуры: **33**

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	58,46	38
с 01.09 по 31.12	47,5	38
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	2,4	2,4
<b>Выход: 40</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,55
Жиры, г	2,44
Углеводы, г	3,24
Энергетическая ценность, ккал	37,06

В1, мг	0,01
С, мг	1,52
А, мг	0,00
Е, мг	1,06
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	12,65
Mg, мг	7,52
Р, мг	14,76
Fe, мг	0,48
К, мг	109,44
І, мкг	2,66
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Отварную очищенную свеклу нарезают мелкой соломкой. При отпуске салат заправляют растительным маслом непосредственно перед раздачей.

Утверждаю

Заведующий  
/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 43

Наименование изделия: **САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ**

Номер рецептуры: **43**

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
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	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
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	7,6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	6	6
<b>Выход: 40</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,64
Жиры, г	6,12
Углеводы, г	4,74
Энергетическая ценность, ккал	76,65

В1, мг	0,01
С, мг	2,38
А, мг	0,02
Е, мг	2,58
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	9,89
Mg, мг	3,41
Р, мг	10,49
Fe, мг	0,06
К, мг	84,08
І, мкг	0,58
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 непосредственно перед подачей.

**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	45	45
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,48	1,48
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,11	1,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1,48	1,48
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,14	0,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	0,25	0,25
<b>Выход: 50</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	4,88
Жиры, г	3,15
Углеводы, г	35,23
Энергетическая ценность, ккал	188,44

В1, мг	0,06
С, мг	0,00
А, мг	0,01
Е, мг	0,75
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,02

Са, мг	10,34
Mg, мг	6,96
P, мг	36,62
Fe, мг	0,44
K, мг	57,09
I, мкг	0,70
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

**Технология приготовления:**

Булочные изделия готовят из дрожжевого безопарного и опарного теста.

Безопарное 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.

Опарное 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 разрезают 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 разрезают 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 изготавливать в виде продолговатых, спиральных, фигурных устриц и крученых изделий (плетенка, крученка, вензель и др.).

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 442

Наименование изделия: **СОК**

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
ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ С 4 х МЕСЯЦЕВ	150	150
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	0,00

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	0,00
Mg, мг	0,00
Р, мг	0,00
Fe, мг	0,00
К, мг	0,00
І, 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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 364

Наименование изделия: **СОУС ТОМАТНЫЙ №364**

Номер рецептуры: **364**

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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	1,33	1
с 01.09 по 31.12	1,25	1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,2	0,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5	5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2
<b>Выход: 20</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,35
Жиры, г	1,17
Углеводы, г	1,88
Энергетическая ценность, ккал	19,86

В1, мг	0,01
С, мг	0,93
А, мг	0,04
Е, мг	0,56
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	2,48
Mg, мг	2,85
Р, мг	4,60
Fe, мг	0,14
К, мг	47,37
І, мкг	0,53
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Морковь перебирают, промывают, очищают и повторно промывают в проточной воде, шинкуют. Лук репчатый перебирают, очищают от кожицы, промывают в проточной воде, шинкуют. Томатную пасту разводят водой в соотношении 1:1. Нарезанные овощи пассеруют, добавляют томатное пюре, муку, продолжают пассерование еще 15-20 мин.

В конце варки добавляют соль, сахар. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов.

Утверждаю

Заведующий  
/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 77

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ИНДЕЙКОЙ И. ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ**

Номер рецептуры: **77**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	103,85	67,5
с 01.03 по 31.07	112,5	67,5
с 01.08 по 31.08	84,38	67,5
с 01.09 по 31.10	90	67,5
с 01.11 по 31.12	96,43	67,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	8	6
с 01.09 по 31.12	7,5	6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105
ИНДЕЙКА (ФИЛЕ)	20	18,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2	1,9
<b>Выход: 150/10/5</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,98
Жиры, г	5,63
Углеводы, г	11,69
Энергетическая ценность, ккал	117,56

В1, мг	0,03
С, мг	2,85
А, мг	0,14
Е, мг	0,71
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,06

Са, мг	25,61
Mg, мг	13,90
Р, мг	61,52
Fe, мг	0,38
К, мг	220,56
І, мкг	1,83
F, мг	0,01
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 предварительно обработанную в соответствии с требованиями и санитарных правил и нашинкованную зелень петрушки.



Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 81

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

Номер рецептуры: **81**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	46,15	30
с 01.03 по 31.07	50	30
с 01.08 по 31.08	37,5	30
с 01.09 по 31.10	40	30
с 01.11 по 31.12	42,86	30
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ ЦЕЛЫЙ	10	9,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105
<b>ГРЕНКИ ИЗ БАТОНА ПШЕНИЧНОГО</b>		<b>10</b>
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10	10
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
<b>Выход: 150/10</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,71
Жиры, г	3,49
Углеводы, г	15,36
Энергетическая ценность, ккал	107,78

В1, мг	0,08
С, мг	0,99
А, мг	0,15
Е, мг	2,23
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,04

Са, мг	24,77
Mg, мг	15,86
P, мг	42,51
Fe, мг	0,85
K, мг	179,20
I, мкг	1,67
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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 100

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ГОВЯДИНОЙ и ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ**

Номер рецептуры: **100**

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
КАРТОФЕЛЬ до 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	76,92	50
с 01.03 по 31.07	83,33	50
с 01.08 по 31.08	62,5	50
с 01.09 по 31.10	66,67	50
с 01.11 по 31.12	71,43	50
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	23,7	20
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	8	6
с 01.09 по 31.12	7,5	6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,14	6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	2	1,9
<b>Выход: 180/15</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,35
Жиры, г	4,84
Углеводы, г	12,36
Энергетическая ценность, ккал	114,42

В1, мг	0,07
С, мг	5,50
А, мг	0,15
Е, мг	0,39
Д, мкг	0,03
В2, мг	0,05

Са, мг	20,31
Mg, мг	19,89
Р, мг	68,10
Fe, мг	1,11
К, мг	393,66
І, мкг	4,50
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель — брусочками или кубиками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют.

В кипящую воду кладут макароны и варят 10-15 мин, затем добавляют картофель и пассерованные овощи и варят суп до готовности. Добавляют соль.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 82

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, с ИНДЕЙКОЙ 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 сентября		
с 01.01 по 29.02	69,23	45
с 01.03 по 31.07	75	45
с 01.08 по 31.08	56,25	45
с 01.09 по 31.10	60	45
с 01.11 по 31.12	64,29	45
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ - вермишель высш.. сорт	6	6
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	8	6
с 01.09 по 31.12	7,5	6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ИНДЕЙКА (ФИЛЕ)	20	18,2
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1
<b>Выход: 150/10/1</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,16
Жиры, г	5,61
Углеводы, г	12,18
Энергетическая ценность, ккал	119,71

В1, мг	0,05
С, мг	1,86
А, мг	0,13
Е, мг	0,70
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,05

Са, мг	21,94
Мg, мг	13,82
Р, мг	60,12
Fe, мг	0,47
К, мг	170,49
І, мкг	1,38
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

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. Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель-брусочками или кубинами, морковь - соломкой или кубиками, лук репчатый шинкуют. Морковь и лук припускают. В кипящий бульон кладут макаронные изделия и варят 10-15 мин., затем добавляют картофель, припущенные овощи, соль и варят до готовности. Свежую зелень петрушки обрабатывают в соответствии с требованиями санитарных правил, шинкуют и добавляют в тарелку с супом при отпуске.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 85

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

Номер рецептуры: **85**

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

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ с 01 сентября		
с 01.01 по 29.02	61,54	40
с 01.03 по 31.07	66,67	40
с 01.08 по 31.08	50	40
с 01.09 по 31.10	53,33	40
с 01.11 по 31.12	57,14	40
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	113	113
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	30	25,32
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	8	6
с 01.09 по 31.12	7,5	6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,83	4,83
<b>Выход: 150/10/1</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,55
Жиры, г	5,57
Углеводы, г	7,28
Энергетическая ценность, ккал	101,42

В1, мг	0,03
С, мг	1,76
А, мг	0,13
Е, мг	0,84
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,05

Са, мг	21,39
Mg, мг	12,51
Р, мг	57,85
Fe, мг	0,68
К, мг	208,67
І, мкг	3,10
F, мг	0,03
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.

В кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют припущенные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут мясо

Зелень петрушки обрабатывают в соответствии с требованиями санитарных правил, мелко шинкуют и добавляют в тарелку при отпуске.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

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

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

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

### ***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 ржано-пшеничный нарезают ломтиками.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

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

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20
<b>Выход: 20</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,33
Жиры, г	0,16
Углеводы, г	8,51
Энергетическая ценность, ккал	41,23

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

Са, мг	3,19
Mg, мг	3,46
Р, мг	15,69
Fe, мг	0,67
К, мг	27,13
І, мкг	1,06
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Хлеб ржано-пшеничный нарезают ломтиками.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

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

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

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

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,63
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	10,63
Энергетическая ценность, ккал	51,63

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 ржано-пшеничный нарезают ломтиками.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## 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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
ВАРЕНЬЕ	10	10
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4
<b>Выход: 150/10</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,12
Жиры, г	0,03
Углеводы, г	7,36
Энергетическая ценность, ккал	28,90

В1, мг	0,00
С, мг	0,14
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	9,21
Mg, мг	3,74
Р, мг	4,23
Fe, мг	0,35
К, мг	21,07
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В стакан или чайник наливают заварку чая и доливают кипятком. Варенье добавляют в чай.



Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## 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
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
ВАРЕНЬЕ	15	15
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4
<b>Выход: 150/15</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,14
Жиры, г	0,05
Углеводы, г	10,96
Энергетическая ценность, ккал	42,86

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	9,89
Mg, мг	4,15
Р, мг	4,86
Fe, мг	0,37
К, мг	26,42
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В стакан или чайник наливают заварку чая и доливают кипятком. Варенье добавляют в чай.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
САХАР ПЕСОК	8	8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4
<b>Выход: 150</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,08
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	7,90
Энергетическая ценность, ккал	31,92

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

Са, мг	8,00
Mg, мг	2,93
Р, мг	2,97
Fe, мг	0,30
К, мг	10,61
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. Чай заваривают кипятком, добавляют сахар, доводят до кипения.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150
САХАР ПЕСОК	8	8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,4	0,4
<b>Выход: 150/8</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,08
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	7,90
Энергетическая ценность, ккал	31,92

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

Са, мг	8,00
Mg, мг	2,93
Р, мг	2,97
Fe, мг	0,30
К, мг	10,61
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. Чай заваривают кипятком, добавляют сахар, доводят до кипения.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № ТК№038

Наименование изделия: **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры: **ТК№038**

Наименование сборника рецептов: **ТК№038**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,7	0,7
САХАР ПЕСОК	8	8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180
<b>Выход: 180</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,14
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	8,02
Энергетическая ценность, ккал	32,65

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

Са, мг	10,55
Mg, мг	4,39
Р, мг	5,19
Fe, мг	0,51
К, мг	18,14
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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180
САХАР ПЕСОК	7	7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,5	0,5
<b>Выход: 180/7</b>		

### *Химический состав данного блюда:*

Белки, г	0,10
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	6,98
Энергетическая ценность, ккал	28,29

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

Са, мг	9,65
Mg, мг	3,60
Р, мг	3,71
Fe, мг	0,37
К, мг	13,15
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. Чай заваривают кипятком, добавляют сахар, доводят до кипения.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 272

Наименование изделия: **ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ**

Номер рецептуры: **272**

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
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	71,09	60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8	8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3,6	3,6
<b>Выход: 60</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	12,18
Жиры, г	13,02
Углеводы, г	7,57
Энергетическая ценность, ккал	195,99

В1, мг	0,06
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	1,85
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,07

Са, мг	9,14
Mg, мг	17,14
Р, мг	114,15
Fe, мг	1,80
К, мг	222,80
l, мкг	4,32
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 см (биточки), или плоскоооальной формы, толщиной 1 см (шницели). Котлеты, биточки и шницели можно готовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды.

Изделия укладывают на разогретую до 160-170° С смазанную маслом поверхность сковороды, противня или функциональной емкости и обжаривают на плите 3-5 мин. До готовности доводят в жарочном шкафу при температуре 250-280° С (5-7 мин). Температура внутри изделия не ниже 85° С.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 67

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

Номер рецептуры: **67**

Наименование сборника рецептур: **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 сентября		
с 01.01 по 29.02	27,69	18
с 01.03 по 31.07	30	18
с 01.08 по 31.08	22,5	18
с 01.09 по 31.10	24	18
с 01.11 по 31.12	25,71	18
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	37,5	30
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10	7,5
с 01.09 по 31.12	9,38	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ГОВЯДИНА Б/К (ЗАД, ЧАСТЬ)	23,7	20
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,1	1
<b>Выход: 150/10/1</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,77
Жиры, г	6,13
Углеводы, г	5,55
Энергетическая ценность, ккал	96,94

В1, мг	0,03
С, мг	7,02
А, мг	0,17
Е, мг	1,49
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,05

Са, мг	31,04
Mg, мг	15,26
Р, мг	52,98
Fe, мг	0,88
К, мг	210,58
І, мкг	3,40
F, мг	0,01
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.

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.

Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	108,3	95
<b>Выход: 95</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,38
Жиры, г	0,38
Углеводы, г	9,32
Энергетическая ценность, ккал	41,77

В1, мг	0,00
С, мг	3,78
А, мг	0,00
Е, мг	0,57
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	13,61
Mg, мг	6,80
Р, мг	9,39
Fe, мг	1,89
К, мг	262,71
І, мкг	1,89
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

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



Утверждаю

Заведующий

/Рожковская С.В./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ЯБЛОКО**

Номер рецептуры:

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
ЯБЛОКИ	107,9	95
<b>Выход: 95</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,38
Жиры, г	0,38
Углеводы, г	9,31
Энергетическая ценность, ккал	44,65

В1, мг	0,03
С, мг	9,50
А, мг	0,01
Е, мг	0,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	15,20
Mg, мг	7,60
Р, мг	10,45
Fe, мг	2,09
К, мг	264,10
І, мкг	1,90
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

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