

14 стр

Утверждаю *Беккер*  
заведующий МБДОУ д/с №  
«Колосок» Н.С. Беккер



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 273

Наименование блюда : **Каша пшенная вязкая**

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Крупа пшенная	250	250						
Молоко	520	520						
Вода	260	260						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	50	50						
Итого :			43,64	15,18	62,50	8,25	185,86	
							1494,70	

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	Ca	Fe
0,93	0,74	6,76	690,53	7,29

**Выход : 1000**

**Технология приготовления:** крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40–50°C), затем горячей водой (60–70 °C), пшено после промывания ошпаривают. При этом необходимо учитывать, что в крупе при промывании остается вода (20–30% от массы крупы). В кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении.

**Температура подачи:** 65 °C

**Срок реализации :** не более одного часа с момента приготовления.

**Требования к качеству :** зерна крупы хорошо набухшие, консистенция мягкая однородная. Цвет от кремового до желтого, запах соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

Утверждаю Беккер  
заведующий МБДОУ д/с №  
«Колосок» Н.С.Беккер

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 507

Наименование блюда : **Чай с молоком**

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

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

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

**Выход : 200**

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

**Температура подачи : 65<sup>0</sup>С**

**Срок реализации :** не более часа с момента приготовления.

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



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 126

Наименование блюда : **Плоды свежие**

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				Энергетическая ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	вт.ч. раст		
Яблоки	100	100	0,40	0,00	0,40	0,40	10,40	45,00
или груши	100	100	0,40	0,00	0,30	0,30	9,50	42,00
или персики	100	100	0,90	0,00	0,10	0,10	9,50	43,00
или абрикосы	100	100	0,90	0,00	0,10	0,10	9,00	44,00
или бананы	100	100	1,50	0,00	0,10	0,10	21,00	89,00
или виноград	105	100	0,60	0,00	0,20	0,20	15,00	65,00
или слива	100	100	0,80	0,00	0,30	0,30	9,60	49,00
или киви	100	100	0,80	0,00	0,40	0,40	8,10	47,00
или апельсин	100	100	0,70	0,00	0,30	0,30	8,10	43,00
или грейпфрут	100	100	0,70	0,00	0,20	0,20	6,50	35,00
или мандарин	100	100	0,80	0,00	0,20	0,20	11,50	38,00
или хурма	100	100	0,50	0,00	0,40	0,40	15,30	67,00

Наименование продуктов	Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
	В <sub>1</sub>	В <sub>2</sub>	С	Са	Fe
Яблоки	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
Груши	0,02	0,03	5,00	19,00	2,30
Персики	0,04	0,03	10,00	20,00	0,60
Абрикосы	0,03	0,06	10,00	28,00	0,70
Бананы	0,04	0,05	10,00	8,00	0,60
Виноград	0,05	0,02	6,00	30,00	0,60
Слива	0,06	0,04	10,00	20,00	0,50
Киви	0,02	0,04	180,00	40,00	0,80
Апельсин	0,04	0,03	60,00	34,00	0,30
Грейпфрут	0,05	0,03	45,00	23,00	0,50
Мандарин	0,06	0,03	38,00	35,00	0,10
Хурма	0,02	0,03	15,00	127,00	2,50

**Выход : 100**

**Технология приготовления :** подготовленные плоды или ягоды подают на десертной тарелке или вазочке.

**Требования к качеству :** целые плоды или ягоды уложены на десертную тарелку или вазочку. Консистенция соответствует виду плодов или ягод. Цвет, вкус, запах соответствуют виду плодов или ягод.

Утверждено  
 заведующий МБДОУ д/с № 1  
 «Колосок» Н.С.Беккер



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 169

Наименование блюда : Суп крестьянский с крупой

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Капуста белокочанная	150	120						
Картофель	133	100						
Крупа: перловая, рисовая, овсяная, ячневая, пшеничная	40	40						
или пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	20	20						
Морковь	50	40						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	20	20						
Бульон или вода: для круп пшено, хлопья овсяные «Геркулес»	800	800						
для остальных групп	850	850						
Итого :			8,12	0,00	21,03	21,03	45,46	426,34

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	Ca	Fe
0,19	0,14	44,40	85,29	2,65

**Выход : 1000**

**Технология приготовления:** крупу перловую, ячневую, овсяную, пшеничную перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Крупу после промывания закладывают в кипящую воду (в соотношении 1:3), варят до полуготовности, отвар сливают. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем кладут капусту, нарезанную нашками, картофель, нарезанный кубиками. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук и варят суп до готовности. В конце варки заправляют сметаной и зеленью, доводят до кипения.

**Температура подачи:** 75 °С.

**Срок реализации :** не более трех часов с момента приготовления.

**Требования к качеству :** крупа хорошо набухла, но не разварена, коренья, лук и картофель сохранили форму нарезки, мягкие. На поверхности блески жира. Бульон полупрозрачный. Вкус без горечи, в меру соленый, с ароматом овощей.



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 394

Наименование блюда : Пудинг из говядины с овощами и зеленым горошком

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж	У		
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Говядина (лопаточная часть)	151	113						
Масса вареного мяса	-	70						
Капуста белокочанная	56	45						
Морковь	44	34						
Молоко	30	30						
Масло сливочное	5	5						
Масса припуц. Капусты	-	40						
Масса припуц. Моркови	-	30						
Крупа манная	15	15						
Яйца	1/4шт	10						
Сухари пшеничные	5	5						
Сметана	5	5						
Горошек зеленый	31	20						
Масса полуфабрикатов	-	225						
Масса готового пудинга	-	200						
Итого:			22,66	20,75	15,71	1,51	15,03	292,15

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	Ca	Fe
0,08	0,11	2,88	76,88	2,72

Выход : 200

**Технология приготовления:** мясо зачищают и варят крупным куском 1–1,5 кг до готовности (закладывая в кипящую воду). Нарезают на куски 50–70 г и пропускают через мясорубку с двойной мелкой решеткой дважды. Мясную массу выкладывают на противень, смазанный маслом слоем 3 см, и прогревают при температуре 160 °С 7–10 мин. Охлаждают до 50 °С. Репчатый лук бланшируют и пассеруют на сливочном масле. Морковь, нарезанную мелким кубиком, и мелко рубленую капусту припускают с добавлением сливочного масла, молока и воды до готовности, затем всыпают манную крупу и проваривают до загустения массы. Количество жидкости в овощах должно быть в 3 раза больше количества крупы. Овощную массу охлаждают до 50°С, соединяют с мясным пюре, пассерованным репчатым луком, зеленым горошком, предварительно доведенным до кипения и охлажденным. Затем добавляют яичные желтки, хорошо перемешивают, затем взбивают, постепенно в 2 приемы вводят взбитые в густую пену белки, перемешивая снизу вверх. Полуфабрикат выкладывают в смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 3 см, выравнивают, смазывают поверхность сметаной, взбрызгивают маслом и запекают при температуре 250–280 °С в течение 25–30 мин. Готовый пудинг нарезают на порции. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом или соусом молочным, сметанным.

Температура подачи : 65 °С

Срок реализации : не более трех часов с момента приготовления.

**Требования к качеству :** пудинг с обеих сторон должен иметь нежные румяные корочки, нарезан равномерно (по куску на порцию), уложен на тарелку, полит маслом. Вкусы запах приятные, отварного мяса, овощей, светло-серого цвета. Консистенция рыхлая, пышная

Утверждаю  
заведующий МБДОУ д/с № 1  
«Колосок» Н.С. Беккер

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 526

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

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				Энергетическая ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Яблоки	15	56*						
или груши	30	45*						
или курага	20	37*						
или чернослив	25	37*						
или урюк	25	46*						
или изюм	20	32*						
Сахар	15	15						
Вода	202	202						
Итого : (по яблокам)			0,33	0,00	0,20	0,20	21,87	90,5

\*Масса плодов или ягод отварных.

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	Ca	Fe
0,02	0,00	0,28	8,46	7,17

**Выход : 200**

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

**Температура подачи : 14 °С**

**Срок реализации :** не более одного часа с момента приготовления.

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

Утверждаю: *Беккер*  
заведующий МБДОУ д/с № 1  
«Колосок» Н.С.Беккер



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 122

Наименование блюда : **Хлеб пшеничный**

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

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

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

**Выход : 100**

**Технология приготовления:** нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

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

Утверждаю: *Беккер*  
заведующий МБДОУ д/с № 1  
«Колосок» Н.С. Беккер



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 123

Наименование блюда : **Хлеб ржаной**

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

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

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

**Выход : 100**

**Технология приготовления:** нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

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



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 339

Наименование блюда : **Лапшевник с творогом**

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Творог	51	50						
Лапша	36	36						
Яйца	1/8 шт	5						
Вода для варки лапши	80	80						
Сахар- песок	5	5						
Масло сливочное	3	3						
Сухари пшеничные	2,5	2,5						
Сметана	2,5	2,5						
Масса полуфабриката	-	175						
Масса готового лапшевника	-	150						
Итого :	-	-	16,11	11,78	8,79	1,12	21,06	223,33

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	Ca	Fe
0,06	0,18	0,13	87,64	0,98

**Выход : 150**

**Технология приготовления:** лапшу варят, не откидывая. Творог, протертый или пропущенный через мясорубку, смешивают с сырыми яйцами, йодированной солью, сахаром и соединяют с вареной лапшой, предварительно до 60°C. Массу раскладывают слоем 3,0см на смазанный сливочным маслом и посыпанный сухарями противень или порционные сковороды, поверхность смазывают яйцом со сметаной и запекают в жарочном шкафу в течении 15 мин при температуре 250°C, затем при температуре 200°C 15-20мин.

Нарезают на порции и отпускают лапшевник с соусом молочным, молочным сладким.

**Температура подачи:** 65°C

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

**Требования к качеству:** лапшевник аккуратно нарезан на порции, полит соусом. Колер золотистый, ровный, на разрезе – белый. Лапша мягкая, сохранила форму. Вкус свойственный входящим в блюдо продуктам.

Утверждено Беккер  
 заведующий МБДОУ д/с № 1  
 «Колосок» Н.С. Беккер

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 569

Наименование блюда : «Крендель сахарный»

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				Энерг. ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	вт.ч. раст		
Мука пшеничная в/с	42	42						
Сахар	12	12						
Масло сливочное	10,5	10,5						
Яйца	1/7 шт	5,1						
Яйцо для смазки	-	4,5						
Дрожжи свежие	0,3	0,3						
Соль йодированная	0,23	0,23						
Вода	15	15						
Итого сырья	-	87,9						
Выход полуфабриката	-	87						
Сахар для обсыпки	-	4,5						
Масло растительное	-	0,38						
Масса готового изделия	-	75						
Итого :			5,39	0,85	9,93	0,85	45,95	294,55

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	Ca	Fe
0,07	0,06	0,00	12,78	0,73

Выход : 75

Технология приготовления : крендель сахарный выпекают из дрожжевого теста, приготовленного опарным способом. Готовое тесто разделяют в виде шариков, которые раскатывают в жгуты и формируют в виде кренделя (восьмерок). Изделия складывают на лист, смазанный жиром, и дают расстояться. После расстойки изделие смазывают яйцо и посыпают сахаром. Выпекают при температуре 230-240<sup>0</sup>С в течении 10-15мин.

Температура подачи : 65<sup>0</sup>С

Срок реализации : не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству : внешний вид – крендель золотистого цвета, смазан яйцом и посыпан сахаром, мякиш – хорошо пропечен, эластичный, пористый. Вкус сладкий, приятный, без посторонних привкусов и запахов.



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 530

Наименование блюда : **Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка**

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				Энерг. ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	вт.ч. раст		
Кефир	206	200						
или ацидофилин	216	200						
или простокваша	200	200						
или ряженка	205	200						
Итого : ( по кефиру)			5,60	5,60	4,38	0,00	8,18	94,52

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	Ca	Fe
0,06	0,30	1,40	240,00	0,20

**Выход : 200**

**Технология приготовления :** из бутылок и пакетов кисломолочные продукты наливают непосредственно в стаканы. Кисломолочные продукты можно отпускать с сахаром по 5-10г, а также с кукурузными или пшеничными хлопьями по 15г на порцию.

**Температура подачи : 14 °С**

**Срок реализации :** не более одного часа с момента приготовления.

**Требования к качеству :** кисломолочные напитки имеют белый цвет, ряженка слегка кремовый, консистенция свойственная виду напитка, не допускается излишне кислый вкус.