

15 г/шт

Утверждаю Н.С. Беккер
заведующий МБДОУ №



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 311

Наименование блюда : **Омлет натуральный**

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

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

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

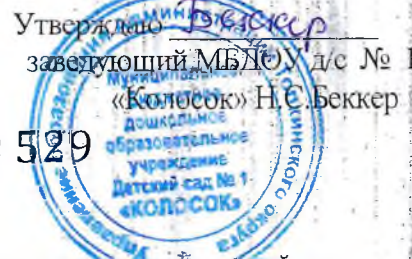
Выход : 65

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

Температура подачи: 65 °С

Срок реализации : не более 30 минут с момента приготовления.

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



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 529

Наименование блюда : **Молоко кипяченое**

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Молоко	210	200						
Итого :			5,59	5,59	6,38	0,00	10,08	120,12

*Масса молока кипяченого.

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,03	0,15	0,50	200,86	0,17

Выход : 200

Технология приготовления: молоко кипятят в посуде, предназначенной только для этой цели, охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи: 65 °С (горячего) и 14°С (холодного)

Срок реализации : не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству : внешний вид – напиток белого цвета. Вкус и запах чуть сладковатый, аромат кипяченого молока. Консистенция жидкая, однородная. Не допускается изменение цвета молока, привкус пригорелого молока.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 532

Наименование блюда : Соки овощные, фруктовые и ягодные

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал
	Брутто	Нетто	Б	Ж	У		
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст	
Сок яблочный	100	100					
Итого:			0,50	0,00	0,10	0,10	10,1
Сок абрикосовый	100	100					
Итого:			0,50	0,00	0,00	0,00	12,7
Сок апельсиновый	100	100					
Итого:			0,70	0,00	0,10	0,10	13,2
Сок сливовый	100	100					
Итого:			0,30	0,00	0,10	0,10	15,2
Сок томатный	100	100					
Итого:			1,00	0,00	0,10	0,10	2,9
Сок морковный	100	100					
Итого:			1,10	0,00	0,10	0,10	12,60

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,01	0,01	2,00	7,00	0,20

Сок яблочный

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,02	0,04	4,00	20,00	0,20

Сок абрикосовый

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,04	0,02	4,00	18,00	0,30

Сок апельсиновый

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,01	0,01	4,00	10,00	0,30

Сок сливовый

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,03	0,03	1,00	7,00	0,70

Сок томатный

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,01	0,02	3,00	19,00	0,60

Сок морковный

Выход : 100

Технология приготовления: сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы непосредственно перед отпуском.

Температура подачи : 14 °С

Срок реализации : не более одного часа с момента приготовления

Требования к качеству : внешний вид, консистенция, цвет, вкус, запах приятные, соответствующие виду сока, без порочащих признаков.

Утверждаю: Беккер
 заведующий МБДОУ № 1
 «Колосок» Н.С. Беккер



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 152

Наименование блюда : **Щи из квашеной капусты**

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		
Капуста белокочанная	357	250						
Морковь	50	40						
Томатное пюре	10	10						
Лук репчатый	48	40						
Масло растительное	20	20						
Мука пшеничная	6	6						
Бульон или вода	800	800						
Итого :			5,15	0,00	19,6	19,6	15,98	265,64

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,08	0,06	42,46	107,97	2,11

Выход : 1000

Технология приготовления: квашенную капусту перебирают, очень кислую промывают в холодной воде и отжимают, мелко рубят, складывают в посуду слоем 4 см, добавляют бульон или воду (20–30% от массы капусты) и тушат 1,5–2,5 часа, периодически помешивая. Коренья и бланшированный лук слегка пассеруют на масле. Пассерованные коренья и лук соединяют с капустой за 10–15 мин до ее готовности. Тушеную капусту с овощами закладывают в кипящую воду и варят 25–30 мин, заправляют подсушенной мукой, разведенной бульоном или водой, кладут соль и варят до готовности, в конце варки добавляют сметану, рубленную зелень и еще раз доводят до кипения.

Щи можно заправлять сахаром (6 г на 1000 г щей) и чесноком, растертым с йодированной солью (2 г нетто на 1000 г щей).

Температура подачи: 75 °С.

Срок реализации : не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству : вкус и запах кислый, в меру соленый, с ароматом кореньев. Цвет бульона матово-бесцветный, жира – светло-желтый. Консистенция кореньев и лука – мягкая, капусты слегка хрустящая. Нарезка овощей равномерная, на поверхности блески жира, рубленая зелень.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 387

Наименование блюда : **Картофельная запеканка с мясом**

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г				Энерг. ценность, ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж	У		
			Всего	в т.ч. жив	Всего			в т.ч. раст
Говядина (котлетное мясо)	152	112						
Масса отварного мяса	-	70						
Картофель	220	165						
Масса отварного протертого картофеля	-	155						
Масло сливочное	10	10						
Яйца	1/10шт	4						
Сухари	3	3						
Масса полуфабриката	-	235						
Масса запеченного блюда	-	200						
Итого:			23,28	19,89	23,50	0,60	18,87	380,10

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,21	0,24	3,96	27,82	2,98

Выход : 200

Технология приготовления: отварную говядину нарезаю кусками по 75–100 г, пропускают через мясорубку. Заправляют размягченным сливочным маслом, солью. Кладут на смазанный маслом противень слоем 2–3 см и прогревают, помешивая, в жарочном шкафу при температуре 160–180 °С в течение 8–10 мин. Картофель заливают горячей водой, добавляют соль и варят до готовности, воду сливают, картофель обсушивают при закрытой крышке на огне 10–20 сек. Сваренный картофель протирают и делят на две части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень слоем 1–1,5 см, разравнивают. Затем кладут ровным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После разравнивания картофель смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течение 25–30 мин при температуре 250–280 °С. Готовую запеканку нарезают на порционные куски.

Соусы: молочный (1-ый или 2-ой вариант), томатный, сметанный.

Отпускают запеканку со сливочным маслом или соусом.

Температура подачи : 65 °С

Срок реализации : не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству : поверхность ровная, с легкой румяной корочкой. Вкус в меру соленый, соответствует входящим в состав продуктам, без привкуса и аромата пригоревшего картофеля. На разрезе прослойка фарша серого цвета. Консистенция картофеля рыхлая, не тягучая, фарш сочный.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 520

Наименование блюда : **Кисель из яблок сушеных**

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				Энерг. ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	вт.ч. раст		
Яблоки сушеные	12	12						
Сахар	20	20						
Вода	215,5	215,5						
Крахмал картофельный	6	6						
Лимонная кислота	0,2	0,2						
Итого : (по яблокам)			0,27	0,00	0,00	0,00	30,82	

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,00	0,00	0,24	12,52	1,86

Выход : 200

Технология приготовления: промытые сушеные яблоки заливают горячей водой и оставляют в закрытой посуде на 2 часа для набухания. Варят их в той же воде 20-30 минут при слабом кипении до мягкой консистенции и протирают. Полученное пюре соединяют с отваром, добавляют сахар, доводят до кипения, вводят крахмал, разведенный в охлажденной кипяченой воде и вновь доводят до кипения. Охлаждают и разливают на порции.

Температура подачи : 14 °С

Срок реализации : не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству : цвет – светло-желтый, вкус – сладкий, аромат яблок, консистенция средней густоты, однородная, без комков заварившегося крахмала.

Утверждаю
заведующий МБДОУ № 1

«Колосок» Н.С.Беккер



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 628

Наименование блюда: **Кисель с витаминами «Киселек Валетек»**

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		
Концентрат киселя с витаминами «Киселек Валетек» для детей дошкольного и школьного возраста Вода :	20 200	20 200						

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
V ₁	V ₂	C	Ca	Fe
0,30	0,34	20,00	0,00	0,00

Выход: 200

Технология приготовления: для приготовления 5л киселя (25 порций) 500гр концентрата разводят в 1,5л холодной воды, тщательно перемешивают, вливают в кипящую воду (3,5л), размешивают и доводят до кипения. Охлаждают до необходимой температуры.

Температура подачи : 65⁰С

Срок реализации : не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству : внешний вид и консистенция : вязкая однородная жидкость без комочков, допускается опалесценция. Цвет: свойственный используемой вкусо-ароматической добавке, допускается наличие коричневых точек бета-каротина или ликопина, допускается наличие включений бордового цвета. Вкус и аромат : кисло-сладкий, свойственный используемой вкусо-ароматической добавке, не допускаются посторонние привкус и запах.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 12

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.Неревалова, «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	

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

Выход : 100

Технология приготовления: нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 123

Наименование блюда : **Хлеб ржаной**

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

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

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	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.

Утверждаю *Беккер*
заведующий МБДОУ д/с №

«Колосок» Н.С. Беккер

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 211

Наименование блюда : **Рагу из овощей с кабачками**

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

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				Энерг. ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	вт.ч. раст		
Картофель	86	64						
Морковь	40	32						
Капуста белокочан.	50	40						
Кабачки	48	32						
Горошек консервир.	15	10						
Масло растительное	8	8						
Соус сметанный	60	60						
Массу готового рагу	-	200						
Итого : (по яблокам)			3,88	1,11	14,58	7,84	15,68	220,46

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,60	0,11	14,52	55,50	1,20

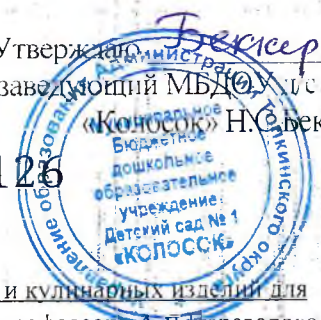
Выход : 200

Технология приготовления очищенные овощи нарезают кубиками. Морковь припускают с добавлением масла до полуготовности, добавляют к ней обжаренный картофель, капусту припущенную шашками, кабачки сырые, йодированную соль, припускают при закрытой крышке 10-15 мин, добавляют сметанный соус и тушат в соусе еще 10-15 мин. При отпуске укладывают горкой и поливают растопленным маслом. При отсутствии того или иного вида овощей указанных в рецептуре, можно готовить блюдо из остальных овощей, увеличив их закладку.

Температура подачи: 65°C

Срок реализации : не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству : кусочки овощей одинаковой формы и величины, консистенция мягкая, сочная. Форма нарезки сохранилась, допускается часть разварившегося картофеля. Не допускается запах подгоревших и пареных овощей.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 126

Наименование блюда : **Фрукты 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.Черевалова, «Уральский региональный центр питания», 6-ое издание, переработанное и дополненное, 2012 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав				Энерг. ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	вт.ч. раст		
Яблоки	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 ₁	В ₂	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.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 508

Наименование блюда : **Какао с молоком**

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

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

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,03	0,07	0,65	117,39	0,51

Выход : 200

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

Температура подачи : 65°C

Срок реализации : не более часа с момента приготовления.

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