

Удобрить

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 282

Наименование блюда : **Каша пшенная молочная жидкая**

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	200	200						
Молоко	560	560						
Вода	280	280						
Сахар	25	25						
Масса каши	-	960						
Масло сливочное	25	25						
Итого :			38,97	16,25	49,48	6,60	179,55	
							1334,47	

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,95	0,91	7,28	723,64	6,05

Выход : 1000

Технология приготовления: крупу перебирают, многократно промывают в холодной, затем теплой воде, пока вода не будет прозрачной. Заливают кипящей водой на 1 мин, затем воду сливают, снова заливают кипящей водой, доводят до кипения, варят 2-5 минут, воду сливают. Заливают кипящей водой по расчету рецептуры, уменьшив ее на 15 %, варят до загустения. Добавляют молоко, йодированную соль, сахар, продолжают варить до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. Процесс ошпаривания и слива воды необходим для удаления прогорклого жира крупы, чтобы каша не имела горького вкуса. При подаче каша заправляется растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: 65 °С

Срок реализации : не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству : консистенция текучая, однородная, зерна упарены, мягкие. Цвет белый с кремовым оттенком. Не допускаются посторонние запахи и горьковатый привкус.

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 ₁	В ₂	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 : 65⁰С

Срок реализации : не более часа с момента приготовления.

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 114

Наименование блюда : **Сыр сычужный твердый порциями**

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		
Сыр сычужный твердый с жирностью не более 55%	101	100						
Итого: (по костромскому)	-	-	25,60	25,60	25,10	0,00	0,00	343,00

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,03	0,36	0,70	900,00	0,90

Выход : 100

Технология приготовления: к твердым сычужным сырам относятся: костромской, российский, голландский и тд. Сыр сычужный твердый с жирностью не более 55% (по сухому веществу) нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2-3мм. Подготовку сыра производят не ранее, чем за 30-40мин. до отпуска и хранят его в холодильнике.

Температура подачи : 12⁰С

Срок реализации : не более часа с момента приготовления.

Требования к качеству : форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах соответствуют используемому продукту.

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				Энерг. ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.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 № 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, 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	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 ₁	B ₂	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 шашками, 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 № 435

Наименование блюда : **Капуста тушеная**

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			
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст		
Капуста белокочанная свежая	131,3	105						
или капуста квашеная	128,6	90						
Масло сливочное	4,5	4,5						
Морковь	5	5						
Петрушка	2,7	2,7						
Лук репчатый	7,1	7,1						
Томат-пюре	8	8						
Мука пшеничная	1,2	1,2						
Сахар	3	3						
Итого: (по капусте свежей)			2,11	0,401	3,43	0,13	33,04	76,46

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,09	0,07	3,40	24,24	0,76

Выход : 100

Технология приготовления: нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду (20–30% к массе сырой капусты), растопленное сливочное масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассерованный, нарезанные соломкой морковь, сырую петрушку, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат до готовности 40 – 45 минут. За 10 минут до конца тушения капусту заправляют йодированной солью, сахаром, подсушенной мукой, растертой со сливочным маслом и разведенной в небольшом количестве воды.

Температура подачи : 65 °С

Срок реализации : не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству : овощи должны иметь кусочки одинаковой формы и размера. Консистенция мягкая, сочная, у капусты допускается упругая. Вкус – кисло-сладкий. Цвет – коричневый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 378

Наименование блюда : **Гуляш из говядины**

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		
Говядина (лопаточная, подлопаточная часть, грудинка, покромка)	151	111						
Масло сливочное	6,5	6,5						
Лук репчатый	17	14						
Томатное пюре	11	11						
Мука пшеничная	3,7	3,7						
Масса тушеного мяса	-	70						
Масса соуса	-	50						
Итого:			12,50	11,12	14,34	0,09	5,88	202,58

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,085	0,10	1,74	12,51	2,14

Выход : с соусом 120

Технология приготовления: крупные куски мяса, отваренные до полуготовности, нарезают кубиками по 20-30г, слегка обжаривают, заливают горячей водой, добавляют пассерованное томатное пюре, бланшированный, пассерованный лук и тушат в закрытой посуде около 1 часа. Затем бульон сливают. Муку пассеруют без изменения цвета, постепенно разводят охлажденным до 55°C бульоном, проваривают 7-10 мин. процеживают, протирая лук. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 мин. Отпускают вместе с соусом, в котором тушилось мясо, и гарниром.

Гарниры: каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, овощи отварные, припущенные, тушеные.

Температура подачи : 65 °С

Срок реализации : не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству : цвет мяса темно-красный, консистенция мягкая. Вкус и запах свойственный тушеному мясу, лук и пассерованному томату, в меру соленый. Не допускается привкус сырого томатного пюре.

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				Энерг. ценность ккал	
	Брутто	Нетто	Б		Ж			У
			Всего	в т.ч. жив	Всего	вт.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	90,58

*Масса плодов или ягод отварных.

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,02	0,00	0,28	8,46	7,17

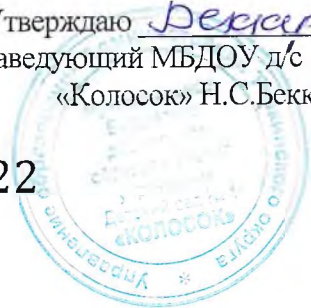
Выход : 200

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.



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 122

Наименование блюда : **Хлеб пшеничный**

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		
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 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.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	
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.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 335

Наименование блюда : **Вареники ленивые**

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		
Творог	159	156						
Мука пшеничная	22	22						
Яйца	3/10шт	11						
Сахар	11	11						
Масса полуфабриката	-	190						
Масса вареных вареников	-	200						
Масло сливочное	10	10						
Итого :	-	-	29,66	27,44	22,65	0,27	29,94	444,69

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
B ₁	B ₂	C	Ca	Fe
0,09	0,41	0,39	187,16	0,97

Выход : с маслом 210

Технология приготовления: в протертый творог вводят муку, йодированную соль, сахар, сырые яйца, замешивают тесто. Раскатывают пластом толщиной 10-12мм, нарезают на полоски шириной 25мм, а затем на кусочки прямоугольной или треугольной формы, отваривают небольшими партиями в кипящей подсоленной воде 5 мин. перед подачей. Соотношение вареников и воды 1:5

Поливают растопленным маслом.

Температура подачи: 65⁰С

Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления

Требования к качеству: вареники сохраняют форму, сочные, мягкие, белые, без посторонних привкусов и запахов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 604

Наименование блюда : **Печенье**

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		
Печенье сахарное	100	100						
Итого :	-	-	7,50	0,00	9,80	9,80	74,40	417,00

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,08	0,05	0,00	29,00	2,10

Выход : 100

Требования к качеству : форма печений должна быть правильная, без изломов. Печенье должно иметь четкий рисунок на лицевой стороне. Вкус и запах приятные.

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	
В ₁	В ₂	С	Са	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.