

3 день

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



ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 311

Наименование блюда : **Омлет натуральный**

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		
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	
В ₁	В ₂	С	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 № 387

Наименование блюда : **Картофельная запеканка с мясом**

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		
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 № 529

Наименование блюда : **Молоко кипяченое**

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		
			Всего	в т.ч. жив	Всего	в т.ч. раст	
Молоко	210	200					
Итого :			5,59	5,59	6,38	0,00	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 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	
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

Сок яблочный

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

Сок абрикосовый

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

Сок апельсиновый

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

Сок сливовый

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

Сок томатный

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

Сок морковный

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

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.



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 № 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.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 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	124,36

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

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	
B ₁	B 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 № 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.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 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		
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 № 226

Наименование блюда : **Морковная запеканка**

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		
Морковь	203	163						
Масло сливочное	8	8						
Яйца	1/5 шт	8						
Молоко	26	26						
Масса припущенной моркови	-	150						
Крупа манная	15	15						
Сахар	5	5						
Сухари	4	4						
Сметана	4	4						
Масса полуфабриката	-	175						
Масса готовой запеканки	-	150						
Итого :			5,96	1,89	8,41	0,34	30,42	223,75

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,12	0,18	3,40	86,71	1,81

Выход : 150

Технология приготовления : морковь, нарезанную тонкой соломкой, припускают в молоке с маслом до готовности, в конце припускания всыпают манную крупу, йодированную соль, перемешивают, проваривают 15 мин. Массу охлаждают до 40-50⁰С, перемешивают, выкладывают в противни, смазанные маслом и посыпанные сухарями, ровным слоем 3-4см, поверхность разравнивают, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280⁰С до образования легкой румяной корочки на поверхности изделия ,в течении 20мин.

При отпуске поливают растопленным маслом или соусом молочным.

Температура подачи : 65⁰С

Срок реализации : не более одного часа с момента приготовления.

Требования к качеству: поверхность равномерно окрашена, без подгорелых мест, трещин. На разрез цвет светло-оранжевый. Консистенция рыхлая, однородная, без крупных кусочков моркови и непроваренной каши.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 454

Наименование блюда : **Соус сметанный**

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		
Овощной отвар или вода	550	550						
Мука пшеничная	25	25						
Масло сливочное	25	25						
Масса соуса	-	500						
Сметана	500	500						
Итого :			15,66	12,99	94,03	0,32	34,25	1058,48

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,15	0,47	1,00	434,07	1,28

Выход : 1000

Технология приготовления : белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5мин.

Приготовление белого соуса: муку подсушивают при температуре 110-120⁰С.не допуская изменение цвета, охлаждают до 60-70⁰С, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно ¼ горячего бульона и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся бульон и варят 25-30мин. В конце варки добавляют йодированную соль, затем процеживают и доводят до кипения.

Рекомендуют к овощным, мясным, рыбным блюдам.

Температура подачи : 65⁰С

Срок реализации : не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству : консистенция жидкой сметаны, однородная, цвет белый с кремовым оттенком, вкус кисловатый, сметанный. Запах сметаны, кисловатый. Не допускается использование сметаны повышенной кислотности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 557

Наименование блюда : **Пирожки, печеный из сдобного теста с фаршем**

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		
Тесто дрожжевое:	-	43						
Мука пшеничная	27,5	27,5						
Сахар	2	2						
Масло сливочное	3	3						
Яйца	1/13шт	3						
Соль йодированная	0,3	0,3						
Дрожжи прессованные	1	1						
Вода	7,4	7,4						
Мука на подсып	0,9	0,9						
Фарш *	25	25						
Масло растительное для смазки	0,9	0,9						
Яйца для смазки пирожков	1/30шт	1,3						
Итого :			3,63	0,56	4,24	0,37	21,90	140,12

*расчет химического состава велся без учета фарша

Витамины, мг			Минеральные в-ва, мг	
В ₁	В ₂	С	Са	Fe
0,05	0,03	0,00	7,90	0,46

Выход : 60

Технология приготовления : дрожжевое тесто, приготовленное опарным способом, выкладывают на посыпанный мукой стол, отрезают от него кусок массой 1-1,5кг, закатывают его в жгут и делят на кусочки массой 43г. Затем формируют в шарики, дают им расстойка 5-6 минут и раскатывают на круглые лепешки толщиной 0,5-1см. на середину каждой лепешки кладут фарш мясной, рыбный, овощной, фруктовый по 25г на пирожок и защипывают края, придавая пирожку форму «лодочки». Сформированные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки. За 5-10 минут перед выпечкой изделия смазывают яйцом. Пирожки выпекают при температуре 200-240⁰С 8-10 минут.

Температура подачи : 65 ⁰С

Срок реализации : не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству : пирожки продолговатые, с блестящей поверхностью, от золотистой до коричневой окраски, форма не расплывчатая. Не допускается наличие трещин, вытекания фарша. Мякиш хорошо пропечен, с равномерной пористостью. Вкус теста сладковатый, в меру соленый, с ароматом продукта фарша. Консистенция фарша соответствует требованиям.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 508

Наименование блюда : **Какао 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		
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	
В ₁	В ₂	С	Са	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 : 65⁰С

Срок реализации : не более часа с момента приготовления.

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