

**5. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ К ПРИМЕРНОМУ ЦИКЛИЧНОМУ
20-ДНЕВНОМУ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ) В ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ОТ 1 ДО 3 И
ОТ 4 ДО 7 ЛЕТ В ДОО С 12-ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ**

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №1



Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша овсяная молочная жидкая.

Номер рецептуры: 113

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Геркулес	15,5	15,5
Молоко	54,4	54,5
Вода питьевая	35,5	35,5
Сахар	2,5	2,5
Масса каши	-	100,0
Масло сливочное	2,5	2,5
Выход	-	150,0

Химический состав данного блюда на 150 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
3,35	8,0	17,0	1,0	162,0

Технология приготовления: крупу перебирают, засыпают в кипящее молоко с водой и перемешивают. Затем засыпают сахар, перемешивают несколько раз и варят до готовности. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом. Каши молочные можно готовить на одном молоке, с учетом суточного рациона питания детей.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Молоко ультрапастеризованное или кипяченое.

Номер рецептуры: 965

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.- сост.: А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, С. 404.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Молоко ультрапастеризованное или кипяченое	211,0	200,0
Выход	-	200,0

Химический состав ультрапастеризованного молока на 200 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин В12, мг.	
2,8	3,2	4,7	0,12	59,0

Химический состав кипяченого молока на 200 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
5,8	5,0	9,60	2,60	108,0

Химический состав кипяченого молока на 200 г.:

Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг	
Са	Mg	P	Fe	В1	А
240,0	28,00	180,0	0,20	0,08	0,02

Технология приготовления: порционная упаковка с трубочкой на каждой упаковке нанесен текст: «продукт предназначен только для реализации в детских и образовательных организациях».

Технология приготовления: молоко кипятят в посуде, предназначенной для этой цели, а затем охлаждают и разливают в стаканы. **Требования к качеству.** Внешний вид: молоко без пленки на поверхности. Консистенция: жидкая. Цвет: белый, с кремовым оттенком. Вкус: характерный для кипяченого молока, сладковатый. Запах: кипяченого молока, приятный.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Лепешка якутская.

Номер рецептуры: 617

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий народов России - СПб.: Профессия, 2001 - 392 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Мука пшеничная	30,0	30,0
В том числе, на подпыл	1,5	1,5
Простокваша или кефир	87,5	87,5
Соль пищевая йодированная	1,0	1,0
Масса теста	-	115,0
Простокваша или кефир	2,5	2,5
Масса полуфабриката	-	117,5
Масло сливочное	1,5	1,5
Масса готовых лепешек	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
7,0	10,0	50,0	-	326,0

Технология приготовления: в простоквашу или кефир добавляют просеянную муку, йодированную соль и замешивают тесто. Тесто раскатывают на лепешки (2 шт. на порции), толщиной 0,8-1,0 см., кладут на сковороду или противень, смазанный жиром, поливают простоквашей или кефиром и выпекают в жарочном шкафу при температуре 200-220°C в течение 10-15 минут. При отпуске лепешки можно смазывать сливочным маслом или поливают сметаной.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Масло сливочное.

Номер рецептуры: 6

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2016. – 640 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1-3 года		3-7 лет	
	1 порция			
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, г.	Нетто, г.
Масло сливочное, или медовое, или др.	10,0	10,0	10,0	10,0
Выход	-	10,0	-	10,0

Химический состав данного блюда на 10 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
0,08	7,25	0,13	0	66,0

Технология приготовления: масло сливочное нарезают кусочками прямоугольной или другой формы. **Требования к качеству.** Внешний вид: ровные кусочки масла с гладкими краями. Консистенция: мягкая, не расплывшаяся. Цвет: соответствует виду масла, светло-желтый. Вкус: соответствует виду масла, без посторонних привкусов. Запах: соответствует виду масла, без посторонних запахов.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрукты (яблоки).

Номер рецептуры: 368

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.: ДеЛипринт, 2011. – 584 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Яблоки	100,0	100,0
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
-	-	10,0	10,0	47,0

Технология приготовления: яблоки перед отпуском перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промывают проточной питьевой холодной водой.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свежих помидоров и огурцов.

Номер рецептуры: 15

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2016. – 640 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Помидоры свежие	564,0	48,0
Огурцы свежие	438,0	350,0
Лук зеленый	150,0	120,0
Или лук репчатый	150,0	120,0
Масло растительное	60,0	60,0
Выход	-	1000,0

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Вит С, мг.	
9,64	64,37	30,83	191,0	714,0

Технология приготовления: подготовленные свежие помидоры и очищенные огурцы нарезают тонкими ломтиками, лук зеленый очищают, моют, мелко шинкуют, лук репчатый мелко шинкуют и бланшируют. Нарезанные помидоры, огурцы и лук перед отпуском перемешивают, заправляют растительным маслом, солят, раскладывают на порции. Салат можно отпускать без лука, соответственно уменьшив выход. Выход порций определяют возрастной группой. **Требования к качеству.** Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны тонкими ломтиками, лук мелко нашинкован, овощи уложены горкой. Заправлены растительным маслом. Консистенция: помидоров и огурцов – упругая, лука – сочная. Цвет: помидоров – красный, розовый, а также желтый (для желтоплодных сортов); огурцов неочищенных – белый с зеленой каймой, очищенных – белый. Вкус: продуктов, входящих в состав салата, умеренно соленый. Запах: свежих помидоров, огурцов и лука в сочетании с растительным маслом.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный на курином бульоне.

Номер рецептуры: 45

Наименование сборника рецептур: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Картофель	20,0	14,0
или Картофель быстрозамороженный	14,0	14,0
Морковь	8,0	6,4
или Морковь красная быстрозамороженная	6,4	6,4
Петрушка	1,0	0,74
Бульон куриный прозрачный №163	-	120,0
Соль пищевая йодированная	0,23	0,23
Мука пшеничная	10,0	10,0
Яйцо категории Д1	5,0	5,0
Вода питьевая	16,0	16,0
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
3,0	1,0	8,0	2,0	57,0

Технология приготовления: приготовить бульон из курицы, процедить. Положить в бульон, нарезанный кубиками или дольками картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая), варить до полуготовности. Через 7-10 минут ввести нарезанную кубиками морковь (замороженную морковь - не размораживая).

Клецки: в воду ввести соль, сырые яйца. Смесь размешать и постепенно соединить с просеянной мукой. Приготовить густое тесто, раскатать колбаской, нарезать на кусочки 1-1,5 см. и засыпать в кипящий бульон. Варить в бульоне 5-6 минут. **Требования к качеству:** клецки не разваренные, бульон светло - желтого цвета, прозрачный. Вкус и цвет соответствуют набору продуктов.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрикадельки мясные.

Номер рецептуры: 109

Наименование сборника рецептов: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007. Коровина Т.Г., Подрясова, Е.Н. Якутские национальные блюда. Рецепт и технология приготовления /Якут. респ. потребсоюз "Холбос". Якутск, Кн. изд-во, 1975 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Говядина (I категории)	104,0	77,0
<i>или</i> Оленина	98,2	69,0
<i>или</i> Жеребятина	105,0	69,0
Пшеничный хлеб	14,0	14,0
Вода питьевая	19,0	19,0
Соль пищевая йодированная	0,2	0,2
~ Масса п/фабриката	-	118,0
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
15,0	11,0	6,0	-	188,0

Технология приготовления: мясо промывают, зачищают от сухожилий, пропускают 2 раза через мясорубку, смешивают с размоченным в воде и отжатым пшеничным хлебом и снова пропускают через мясорубку. Добавляют йодированную соль, хорошо выбивают. Котлетную массу разделяют в виде шариков (по 2-3 шт. на порцию) и варят в кипящей воде 15-20 минут.

Требования к качеству: изделия одинакового размера в форме шариков, не развалившиеся, сочные. Цвет - серовато-коричневый. Вкус и запах соответствуют изделию из котлетной массы.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Макароны отварные.

Номер рецептуры: 218

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2016. – 640 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Макаронные изделия	350,0	350,0
Выход	-	1000,0

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
38,42	5,49	207,62	-	1034

Технология приготовления: макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг. макаронных изделий берут 6 л. воды, 50 г. соли). Макароны варят 20-30 мин., лапшу - 20-25 мин., вермишель - 10-12 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Компот из смеси сухофруктов.

Номер рецептуры: 205

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Сухофрукты (ассорти)	20,0	50,0
Сахар	20,0	20,0
Кислота лимонная пищевая	0,2	0,2
Вода питьевая	200,0	200,0
Выход	-	200,0

Химический состав данного блюда на 200 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
2,0	-	31,0	1,0	128,0

Технология приготовления: подготовленные сухофрукты сортируют по видам, заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют кислоту лимонную и варят до готовности. Груши сушеные в зависимости от вида варят 1-2 часа, яблоки - 20-30 минут, чернослив, урюк, курагу - 10-20 минут, изюм - 5-10 минут. Компот из сухофруктов готовят накануне для того, чтобы он настоялся.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Хлеб пшеничный.

Номер рецептуры: 147

Наименование сборника рецептур: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Хлеб пшеничный	100,0	100,0
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
6,0	2,0	42,0	-	215,0

Технология приготовления: хлеб пшеничный нарезают ломтиками толщиной 1,0-1,5 см.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Кисломолочный продукт (кефир).

Номер рецептуры: 123

Наименование сборника рецептур: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Кефир	103,6	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
3,0	3,0	4,0	-	59,0

Технология приготовления: готовый продукт промышленного производства. Напитки кисломолочные разливают в стаканы; напитки кисломолочные в упаковке емкостью 0,2 л. подают без разлива в стаканы, а стаканы подают отдельно (при необходимости).

Температура подачи: не ниже 15°C.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Печенье, витаминизированное с черной смородиной.

Номер рецептуры: 151

Наименование сборника рецептур: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Массовая доля сухих веществ, %	Расход сырья и полуфабрикатов на 10 кг. готовых изделий, г.	
		в натуре	в сухих веществах
Мука пшеничная в/с + на подпыл	85,50	6420,0	5489,1
Сахар-песок	99,85	2140,0	2136,79
Масло сливочное	84,0	1284,0	1078,56
Меланж	27,0	353,1	95,34
Молоко	12,0	856,0	98,44
Ягодный порошок	94,0	265,0	227,9
Натрий двууглекислый	50,0	32,1	16,05
Соль пищевая йодированная	96,5	42,8	41,302
Итого	-	11393,0	9183,48
Выход	90,0	10000,0	9050,32

Химический состав данного блюда на 90 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,0	2,0	13,0	1,0	80,0

Технология приготовления: подготовка сырья производится в соответствии с рекомендациями Сборника технологических нормативов для предприятий общественного питания и технологическими рекомендациями для импортного сырья. Размягченное масло сливочное взбивают с сахаром-песком. Добавляют меланж, молоко и соду. Перемешивают до получения однородной массы и добавляют мучную смесь (мука, смешанная с молотой черной смородиной). Замешивают тесто в течение 1-3 мин. Влажность готового теста 16-18%. Тесто раскатывают до толщины 4,5-5 мм. и с помощью выемок формируют печенье круглой формы. Выпекают при температуре 200-220°C в течение 6 - 8 минут.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Винегрет овощной.

Номер рецептуры: 67

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Огурцы соленые	188,0	150,0
Капуста квашеная	214,0	150,0
Масло растительное	100,0	100,0
Свекла	191,0	150,0
Картофель	289,0	210,0
Морковь	126,0	100,0
Лук зеленый	188,0	150,0
Или лук репчатый	179,0	150,0
Выход:	-	1000,0

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
14,3	100,4	72,9	96,32	1251,0

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,44	0,38	-	45	312,35	432,7	195,29	8,28

Технология приготовления: вареные, очищенные картофель, свеклу, морковь, соленые огурцы нарезают ломтиками, капусту квашеную перебирают, отжимают и шинкуют. Зеленый или репчатый лук мелко нарезают. Нарезанную свеклу заправляют частью растительного масла, предусмотренного по рецептуре, затем все овощи соединяют, заправляют оставшейся частью растительного масла и перемешивают. В винегрет можно добавить от 50-100 г зеленого горошка за счет соответственного уменьшения соленых огурцов или квашеной капусты. Зеленый горошек перед использованием прогревают в собственном соку. **Требования к качеству:** внешний вид: картофель, свекла, огурцы нарезаны ломтиками, рубленая квашеная капуста отжата от рассола, зеленый или репчатый лук мелко нарезан, винегрет полит растительным маслом. Консистенция: капусты, огурцов – хрустящая; картофеля, свеклы, моркови – мягкая. Цвет: натуральный, свойственный овощам, входящим в состав винегрета. Вкус: умеренно острый, соответствующих овощей, умеренно соленый. Запах: овощей, растительного масла.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Биточки, рубленные из курицы.

Номер рецептуры: 306

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Курица	122,5	73,75
<i>или</i> Филе курицы (полуфабрикат)	75,0	73,75
Молоко	26,25	26,25
<i>или</i> Вода питьевая	26,25	26,25
-	-	113,75
Масло сливочное	3,75	3,75
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
15,0	15,0	9,0	-	238,0

Технология приготовления: мякоть курицы нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку, соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, кладут пищевую йодированную соль, масло сливочное, хорошо перемешивают, пропускают второй раз через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу разделяют на биточки (1-2 шт. на порцию), кладут в смазанную сливочным маслом емкость, варят на пару 25-30 мин. Гарниры - рис отварной или припущенный, пюре картофельное. Соусы - сметанный, сметанный с луком. **Требования к качеству.** Внешний вид-изделие овально-приплюснутой формы с одним заостренным концом, поверхность равномерно запечена, гарнир уложен рядом. Консистенция-котлета мягкая, сочная. Цвет котлеты - бело-серый, гарнира - свойственный гарниру. Вкус: продуктов, входящих в блюдо. Запах: продуктов, входящих в блюдо.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Капуста тушеная.

Номер рецептуры: 50

Наименование сборника рецептур: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Капуста белокочанная	120,0	96,0
<i>или</i> Капуста белокочанная быстрозамороженная	96,0	96,0
Морковь	15,0	12,0
<i>или</i> Морковь красная быстрозамороженная	12,0	12,0
Лук	16,0	13,4
<i>или</i> Лук репчатый быстрозамороженный	13,4	13,4
Масло сливочное	2,5	2,5
Мука пшеничная	2,0	2,0
Томат-паста	2,0	2,0
Масло растительное	2,0	2,0
Петрушка	3,5	2,6
Вода питьевая	25,0	25,0
Соль пищевая йодированная	1,0	1,0
~ Масса отварной капусты	-	88,3
~ Масса припущенной моркови	-	10,3
~ Масса припущенного лука	-	6,7
Выход	-	120,0

Химический состав данного блюда на 120 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
2,0	4,0	5,0	11,0	80,0

Технология приготовления: капусту нарезают шашками или соломкой, варят в кипящей подсоленной воде 5-10 минут, затем отвар сливают. Морковь и лук припускают в воде с добавлением сливочного масла и томат-пасты. Муку подсушивают на раскаленной сковороде. В отваренную капусту добавляют припущенные овощи, растительное масло и тушат 5-10 минут. Затем добавляют подсушенную муку, разведенную водой (в соотношении 1 к 2), пищевую йодированную соль и тушат до готовности. Перед подачей посыпают зеленью. **Требования к качеству:** консистенция капусты мягкая. Вкус и запах свойственные тушеной капусте.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Фиточай.

Номер рецептуры: 135

Наименование сборника рецептур: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Сахар	3,5	3,5
Смесь растительного сырья	1,0	1,0
Вода питьевая	94,0	94,0
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
0	0	7,0	-	25,0

Технология приготовления: вариант 1: Смесь растительного сырья залить кипящей водой. Дать настояться в течение 5-7 мин. Процедить и остудить до температуры +40...45°С, после чего разлить по стаканам. Вариант 2: Бальзам «Ирмель» влить в кипящую воду, прокипятить в течение 4-5 мин., остудить до температуры +40...45°С. Разлить по стаканам.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Хлеб ржано-пшеничный.

Номер рецептуры: 148

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Хлеб ржано-пшеничный	30,0	30,0
Выход	-	30,0

Химический состав данного блюда на 30 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,8	0,3	13,0	-	56,0

Технология приготовления: хлеб нарезают ломтиками толщиной 1,0-1,5 см. куском.

Требования к качеству. Внешний вид: ровные ломтики хлеба. Консистенция: хлеба-мягкая. Цвет: соответствует виду хлеба. Вкус: соответствует виду хлеба. Запах: свежего хлеба.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Омлет натуральный.

Номер рецептуры: 210

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М.П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005. – 628 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Яйца категории Д1	2 шт.	80,0
Молоко <i>или</i> Вода	31,0	31,0
Масса омлетной смеси	-	114,0
Масло сливочное	4,0	4,0
Масса готового омлета	-	110,0
Масло сливочное	10,0	10,0
Выход	-	120,0

Химический состав данного блюда на 120 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
9,4	10,8	3,8	0,2	150,0

Технология приготовления: к обработанным яйцам или меланжу добавляют молоко и пищевую йодированную соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный противень и запекают в жарочном шкафу, высотой 2,5-3,0 см., полностью прожаривая.

Требования к качеству. Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, но без подгорелых мест. Консистенция: однородная, сочная. Цвет: золотисто-желтоватый. Вкус: свежих жареных яиц, молока, сливочного масла. Запах: свежих жареных яиц, сливочного масла.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Икра овощная.

Номер рецептуры: 52

Наименование сборника рецептур: Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/ сост. А.Я.Перевалов, Л.С. Коровка, Н.В. Тапешкина, А.Г. Лебедева. – Изд-е 5-е, доп. – Пермь, 2018. – 385 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Кабачки	55,8	37,3
Баклажаны	39,7	35,7
Капуста белокочанная	28,8	23
Морковь	20	15,6
Лук репка	13,1	11
Томатное пюре	11	11
Масло растительное	5	5
Соль пищевая йодированная	0,25	0,25
Выход блюда	100,0	

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,6	4,2	4,6	5,2	62,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,04	-	-	2,5	31,2	41,9	19,8	0,76

Технология приготовления: обработанные баклажаны запекают в жарочном шкафу, снимают кожицу, охлаждают и измельчают. Нарезанные кружочками кабачки с предварительно удаленной кожицей запекают в жарочном шкафу и мелко нарезают. Шинкованную белокочанную капусту тушат до полуготовности, добавляют пассерованный с томатом репчатый лук, морковь и тушат до готовности капусты, затем добавляют кабачки, баклажаны и тушат вместе 15-20 мин., заправляют солью пищевой йодированной. Отпускают по 50-100 г. на порцию. Температура подачи от 10-14°C. Срок реализации не более одного часа с момента приготовления. **Требования к качеству:** икра уложена горкой. Консистенция мягкая, сочная, однородная. Цвет светло-коричневый. Вкус жареных овощей, пассерованного репчатого лука и томата. Запах жареных овощей, пассерованного репчатого лука и томата.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Какао с молоком.

Номер рецептуры: 959

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, С. 403.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Какао-порошок	6,0	6,0
Сахар	20,0	20,0
Молоко	200,0	200,0
Выход	200,0	

Химический состав данного блюда на 200 г.:

Пищевые вещества			Энергоценность, ккал.
Белки г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	
3,52	3,72	25,49	145,2

Химический состав данного блюда на 200 г.:

Минеральные вещества, мг.				Витамины, мг.		
Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
122,0	14,0	90,0	0,56	0,04	1,30	0,01

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. Можно приготавливать какао на молоке сгущенном, при этом соотношение свежего молока к сгущенному составляет 1:0,38, а закладку сахара уменьшают на 15% (17 г.). **Требования к качеству.** Внешний вид: непрозрачная жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан. Консистенция: жидкая. Цвет: светло-шоколадный. Вкус: сладкий, с выраженным привкусом какао и кипяченого молока. Запах: аромат какао и кипяченого молока.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Сыр порционный.

Номер рецептуры: 29

Наименование сборника рецептур: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Сыр Голландский 8%	10,9	10,0
<i>или</i> Сыр Российский 6%	10,65	10,0
<i>или</i> Сыр Костромской 4%	10,45	10,0
<i>или</i> Сыр Ярославский 7%	7,0	6,5
Выход	-	10,0

Химический состав данного блюда на 10 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
2,0	3,0	-	-	36,0

Технология приготовления: сыр зачищают от наружного покрытия, нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2,0-3,0 мм.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Фрукты (груша).

Номер рецептуры: б/н

Наименование сборника рецептов: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, 800 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Груши	17,76	16,0
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
-	-	10,0	5,0	46,0

Технология приготовления: груши перебирают, промывают, удаляют семенное гнездо. Нарезают кусочком.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из моркови с растительным маслом.

Номер рецептуры: 17

Наименование сборника рецептов: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Морковь	52,0	42,0
Сахар	1,3	1,3
Масло растительное	3,15	3,15
Выход	-	45,0

Химический состав данного блюда на 45 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,0	3,0	4,0	1,0	48,0

Технология приготовления: морковь промыть, очистить, отварить, нашинковать. Заправить сахаром и растительным маслом.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп крестьянский с крупой.

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Капуста белокочанная	22,5	18,0
Картофель молодой	56,25	45,0
Морковь	7,5	6,0
Лук	7,5	6,0
Масло растительное	1,8	1,8
Крупа пшеничная	4,0	4,0
Вода питьевая	114,0	-
Сметана	3,75	3,75
Выход	-	150,0

Химический состав данного блюда на 150 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
2,0	4,0	7,0	4,0	98,0

Технология приготовления: крупу пшеничную промывают сначала в теплой, а затем в горячей воде, закладывают в кипящую воду (3 л на 1 кг.) и варят до полуготовности, воду сливают. В кипящую воду кладут подготовленную крупу, свежую нарезанную шашками белокочанную капусту, нарезанный брусочками картофель и варят до готовности. За 10-15 мин. до окончания варки добавляют пассерованные морковь и лук. Крупу рисовую закладывают одновременно с овощами. Суп можно отпускать со сметаной. Птицу отваривают отдельно и при отпуске кладут в порционную тарелку. **Требования к качеству.** Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель и овощи, крупа в виде разваренных зерен. Консистенция: овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа. Цвет: золотистый. Вкус: умеренно соленый, с привкусом птицы. Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Тефтели мясные.

Номер рецептуры: 286

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 г., 584 с. Коровина Т.Г., Подрясова, Е.Н. Якутские национальные блюда. Рецепт и технология приготовления / Якут. респ. потребсоюз "Холбос". Якутск, Кн. изд-во, 1975 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Говядина	61,25	44,625
<i>или</i> Оленина	63,0	44,33
<i>или</i> Жеребятина	67,6	44,33
Пшеничный хлеб	4,3	4,3
Молоко	14,0	14,0
<i>или</i> Вода питьевая	14,0	14,0
Лук	16,625	14,0
Масло сливочное	5,25	5,25
Мука пшеничная	3,5	3,5
-	-	83,125
Выход	-	70,0

Химический состав данного блюда на 70 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
4,0	5,0	6,0	-	148,0

Технология приготовления: котлетную массу дважды пропускают через мясорубку, добавляют измельченный припущенный репчатый лук, перемешивают и формируют в виде шариков по 3-4 шт. на порцию, панируют в муке, запекают 6-8 мин. до полуготовности, заливают сметанным соусом с луком, с добавлением воды (12-16 г. на порцию) и тушат 8-10 мин до готовности. Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели. Гарниры - картофель отварной, овощи отварные с маслом, картофельное пюре. **Требования к качеству.** Внешний вид: тефтели в виде шариков без трещин, пропитанных соусом. Консистенция: тефтелей в меру плотная, сочная. Цвет: тефтелей - коричневый, соуса - в зависимости от вида. Вкус: тушеного мяса в соусе, умеренно соленый. Запах: тушеного мяса, соуса и гарнира.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Рис отварной.

Номер рецептуры: 315

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 г., 584 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Масло сливочное	3,0	3,0
Рис	35,7	35,7
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
2,0	4,0	24,0	-	140,0

Технология приготовления: подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду (6 л. воды, 60 г. соли на 1 кг. риса) и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают и промывают горячей кипяченой водой. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют маслом, перемешивают и прогревают. Выход порции определяется возрастной группой. **Требования к качеству.** Внешний вид: зерна крупы - целые, хорошо набухшие, легко разделяются. Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная. Цвет: от белого до кремового. Вкус: отварного риса с маслом. Запах: отварного риса с маслом.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Напиток, витаминизированный из местных плодов/ягод.

Номер рецептуры: 127

Наименование сборника рецептур: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Плоды/ягоды быстрозамороженные	15,75	15,75
Сахар	6,75	6,75
Вода питьевая	127,5	127,5
Выход	-	150,0

Химический состав данного блюда на 150 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
-	-	13,0	30,0	52,0

Технология приготовления: подготовленные свежие ягоды протирают и отжимают сок. Мезгу заливают горячей водой, варят 5-8 мин. и процеживают. Свежезамороженные ягоды, не размораживая, засыпать в кипящую воду, добавить сахар, вновь довести до кипения. Напиток охладить до комнатной температуры под закрытой крышкой.

Требования к качеству: цвет и запах - в зависимости от сорта ягод (брусника, черная, красная смородина, шиповник, клюква, голубика и т.д.).



Наименование кулинарного изделия (блюда): Сок детский овощной, фруктовый, ягодный.

Номер рецептуры: 389

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г. – 628 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Сок томатный, или морковный, или черносмородиновый, или сливочный, или яблочный, или абрикосовый, или вишневый, или черешневый, или виноградный, или брусничные	100,0	100,0
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
0,5	0,1	10,1	-	46,0

Технология приготовления: сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями по 100,0-200,0 мл., непосредственно перед отпуском.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Пирожок печёный с яблоком.

Номер рецептуры: 143

Наименование сборника рецептов: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Мука пшеничная	30,0	30,0
Молоко	12,5	12,5
Масло сливочное	2,0	2,0
Масло растительное	3,0	3,0
Сахар	3,5	3,5
Дрожжи хлебопекарные	0,5	0,5
Яйцо категории Д1	2,5	2,5
Яблоки	17,5	12,25
Выход	-	50,0

Химический состав данного блюда на 50 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,0	2,0	18,0	5,0	98,0

Технология приготовления: из муки, молока, масла, сахара, яиц, дрожжей и соли приготовить дрожжевое тесто. Дать ему подняться. Приготовить начинку для пирогов: яблоки очистить от кожи и семенных гнезд, мелко нарезать, соединить с сахаром. Из теста разделать пирожки, начинить их подготовленными яблоками, уложить их на смазанный маслом противень, смазать яйцом и выпекать при температуре 200-240°С в жарочном шкафу 8-10 минут.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из белокочанной капусты.

Номер рецептуры: 20

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 г., 584 с. (реферативно).

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Капуста белокочанная	49,3	39,45
-	-	35,5
Лук зеленый	6,25	5,0
или Морковь	6,25	5,0
Кислота лимонная пищевая	0,15	0,15
Вода питьевая	4,85	4,85
Сахар	2,5	2,5
Масло растительное	2,5	2,5
Выход	-	50,0

Химический состав данного блюда на 50 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,0	3,0	4,0	17,0	43,0

Технология приготовления: лимонную кислоту растворяют в кипяченой воде. Капусту и подготовленную морковь мелко шинкуют соломкой, добавляют пищевую йодированную соль (10 г. на 1 кг.), раствор лимонной кислоты и нагревают при непрерывном помешивании не менее 2 минут при температуре 95-100°C. Не следует перегревать капусту, так как она будет мягкой. Прогретую капусту с морковью охлаждают, смешивают с нашинкованным зеленым луком, добавляют сахар и растительное масло, перемешивают. Выход порции определяется возрастной группой. **Требования к качеству.** Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция: овощей - хрустящая, не жесткая, сочная. Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам. Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам. Запах: свежей белокочанной капусты, зеленого лука или моркови с ароматом растительного масла.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба белая, запеченная с помидорами.

Номер рецептуры: 609

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий «Детский сад. Питание» (Батищев П.С.) - 2010 год (Программный центр РФ). Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий обществ. питания / Авт. - сост.: А. И. Здобнов, В. А. Цыганенке - К.: Арий, 2015. - 688 с: ил.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г
Муксун	35,1	20,23
или Омуль	33,66	20,23
или Щука	43,152	19,848
Мука пшеничная	10,0	10,0
Помидоры	46,152	39,228
Масло растительное	1,848	1,848
~ Масса рыбы жареной	-	17,31
~ Масса помидоров жареных	-	24,69
Сыр	5,0	5,0
Маргарин	1,152	1,152
или Масло сливочное	1,152	1,152
~ Масса полуфабриката	-	66,69
Выход	-	60,0

Химический состав данного блюда на 60 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
11,0	1,0	1,0	-	64,0

Технология приготовления: Порционные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей без костей, солят пищевой йодированной солью, панируют и жарят. Свежие помидоры ошпаривают, снимают с них кожицу, разрезают пополам, удаляют семена, посыпают пищевой йодированной солью и жарят. На сковороде подливают соус томатный с овощами, кладут рыбу жареную, на нее - помидоры жареные, заливают соусом, посыпают тертым сыром, поливают жиром и запекают.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша перловая рассыпчатая.

Номер рецептуры: 124

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Крупа перловая	39,96	39,96
Вода питьевая	96,0	96,0
~ Каша рассыпчатая	-	120,0
Масло сливочное	3,96	3,96
Выход	-	120,0

Химический состав данного блюда на 120 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
3,0	4,0	22,0	1,0	134,0

Технология приготовления: Крупы перебирают, моют и всыпают в подсоленную воду, доводят до кипения, закрывают крышкой, ставят в водяную баню или жарочный шкаф и доводят до готовности. Заправляют растопленным сливочным маслом и перемешивают. Подают как гарнир к мясным соусным блюдам.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Кисель детский витаминизированный.

Номер рецептуры: 350

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /под ред. Могильного.- М.: ДеЛи принт, 2005. – 628 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Брусника	20,2	20,0
<i>или</i> Клюква	21,0	20,0
<i>или</i> Смородина черная	20,4	20,0
<i>или</i> Смородина красная	26,5	20,0
Вода	186,0	186,0
<i>или</i> Черника*	24,4	24,0
<i>или</i> Вишня	28,2	24,0
<i>или</i> Алыча	25,8	24,0
<i>или</i> Слива	26,6	24,0
Вода	183,0	183,0
Сахар-песок	20,0	20,0
Крахмал картофельный	9,0	9,0
Кисель с витаминами и пребиотиком	25,0	25,0
Вода	180,0	180,0
Кисель с витаминами и кальцием	25,0	25,0
Вода	180,0	180,0
Выход	-	200,0

*в кисель из черники добавляют кислоту лимонную массой 2 г.

Химический состав данного блюда на 200 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
-	-	23,0	20,1	90,0

Технология приготовления 1: бруснику, или клюку, или чернику, или смородину, или вишню перебирают, удаляют плодоножки и моют, у вишни удаляют косточки. Плоды и ягоды протирают. Сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть мезги 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипении 10-15 мин. и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании сразу вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал присоединяют следующим способом: его разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают. Алычу или сливу, и крыжовник варят с небольшим количеством воды в течение 7-10 мин., отвар сливают, ягоды и плоды протирают. В отвар добавляют сахар, пюре, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Готовый кисель отпускают в стаканах. **Требования к качеству.** Внешний вид: кисель прозрачный, без пленки на поверхности. Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная. Цвет: соответствует виду плодов и ягод. Вкус: натурального плодового или ягодного сока, кисло-сладкий. Запах: свежих плодов или ягод.

Технология приготовления 2: необходимое по норме количество киселя с витаминами и кальцием для детей дошкольного возраста предварительно тщательно разводят в 1/3 от необходимого по норме количества воды. Оставшуюся по норме воду доводят до кипения, вливают в нее предварительно разведенный кисель и при постоянном помешивании доводят до кипения. Готовый кисель охлаждают до необходимой температуры. Охлаждение осуществляют в емкости, в которой был приготовлен кисель, в закрытом виде в холодном цехе, периодически помешивая для предотвращения образования на поверхности пленки. Перед подачей кисель разливают в стаканы. **Требования к оформлению, подаче и реализации.** Температура подачи: горячая подача от +60°C до +65°C, холодная подача от 14°C до +15°C. Срок реализации: не более 1 часа с момента приготовления. Органолептические показатели. Внешний вид: свойственный киселю, приготовленному обычным кулинарным способом, без пленки на поверхности. Цвет: соответствующий наименованию киселя с витаминами и кальцием для детей дошкольного и школьного возраста от оранжевого до бордового. Вкус: кисло-сладкий, соответствующий наименованию используемого киселя с витаминами и кальцием для детей дошкольного возраста. Запах: соответствующий наименованию используемого киселя с витаминами и кальцием для детей дошкольного возраста.





Наименование кулинарного изделия (блюда): Запеканка манная с изюмом.

Номер рецептуры: 238

Наименование сборника рецептур: Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий/ сост. А.Я.Перевалов, Л.С. Коровка, Н.В. Тапешкина, А.Г. Лебедева. – Изд-е 5-е, доп. – Пермь, 2018. – 385 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Молоко пастеризованное 2,5%	100,0	100,0
Вода	68,0	68,0
Крупа манная	46,0	46,0
Виноград сушеный (изюм)	10,2	10,2
Яйцо категории Д1	8,0	7,0
Сахар. Сахар-песок	8,0	7,0
Сметана 15%	4,0	4,0
Сухари	4,0	4,0
Масло растительное для смазки	3,0	3,0
Выход	-	200,0

Химический состав данного блюда на 200 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
9,1	4,6	52,7	0,7	289,0

Химический состав данного блюда на 200 г.:

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,13	-	40,5	0,8	139,7	149,3	27,7	1,23

Технология приготовления: готовую вязкую кашу охлаждают до 60-70°C, добавляют в нее сырые яйца, промытый изюм и перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 2,5-3 см., поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 220°C-280°C 20-30 минут до образования золотистой корочки. Отпускают запеканку, поливая растопленным сливочным маслом, сладким соусом или молоком сгущенным. Температура подачи 65°C. Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления. **Требования к качеству:** аккуратно нарезанные куски в виде ромба или квадрата, политы маслом, соусом или молоком сгущенным. Консистенция рыхлая, сочная, мягкая. Цвет корочки – румяно-золотистый, на разрезе – свойственный используемой крупе. Вкус умеренно сладкий, аромат каши и входящих в рецептуру продуктов. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай с вареньем или медом.

Номер рецептуры: 376

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /под ред. Могильного. - М.: ДеЛипринт, 2005. - 628 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Чай заварка №375	50,0	50,0
Варенье или мед	30,0	30,0
Вода питьевая	150,0	150,0
Выход с вареньем или медом	-	200/20

Химический состав данного блюда на 200 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
С вареньем 0,2	-	15,6	-	63,0
С медом 0,3	-	16,6	-	68,0

Технология приготовления: в стакан или чашку наливают заварку чая или доливают кипятком. Варенье, джем, мед, повидло подают отдельно. **Требования к качеству.** Внешний вид: жидкость – золотисто-коричневого цвета, налита в стакан. Консистенция: жидкая. Цвет: золотисто-коричневый. Вкус: сладкий, чуть терпкий. Запах: свойственный чаю.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Ягоды быстрозамороженные с сиропом.

Номер рецептуры: 586

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий «Детский сад. Питание» (Батищев П.С.) - 2010 год (Программный центр РФ).

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Ягоды замороженные	50,0	50,0
Сироп из ягод	20,0	20,0
Вода	8,33	24,99
Выход	-	75,0

Химический состав данного блюда на 75 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
-	-	4,1	-	21,0

Технология приготовления: упаковку с ягодами замороженными ставят на 10-15 мин. в теплую воду, затем их вытирают и вскрывают. Сироп от ягод смешивают с кипяченой охлажденной водой. Этой смесью заливают ягоды, уложенные в креманки.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свежих огурцов с растительным маслом.

Номер рецептуры: 14/1

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий «Детский сад. Питание» (Батищев П.С.) - 2010 год (Программный центр РФ).

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Огурцы	52,3485	41,85
Масло растительное	-	2,925
Соль пищевая йодированная	0,225	0,225
Выход	-	45,0

Химический состав данного блюда на 45 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
-	3,0	1,0	4,0	30,0

Технология приготовления: огурцы, нарезанные кружочками, перед отпуском поливают растительным маслом или заправкой для салатов, или сметаной. На порцию салата можно добавить яйцо категории Д1 - 1/2 шт., зеленый лук - 10-15 г., увеличив соответственно выход блюда. Салат можно отпускать и без растительного масла, заправки или сметаны, а только с зеленым луком (125 г. масса нетто на 1000 г. салата), изменив соответственно норму расхода огурцов.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп рыбный (из натуральной рыбы).

Номер рецептуры: 43

Наименование сборника рецептов: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий обществ. питания / Авт. - сост.: А. И. Здобнов, В. А. Цыганенке - К.: Арий, 2015. - 688 с: ил.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Чир	42,2	28,2
<i>или</i> Муксун	40,3	28,2
<i>или</i> Омуль	40,7	28,2
Картофель	45,0	31,5
<i>или</i> Картофель быстрозамороженный	31,5	31,5
Морковь	12,0	9,6
<i>или</i> Морковь красная быстрозамороженная	9,6	9,6
Лук	7,5	6,3
<i>или</i> Лук репчатый быстрозамороженный	6,3	6,3
Пшено	3,0	3,0
Укроп	1,5	1,11
Петрушка	3,0	2,22
Вода питьевая	180,0	180,0
Соль пищевая йодированная	0,525	0,525
~ Масса вареной рыбы	-	22,5
Выход	-	150,0

Химический состав данного блюда на 150 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
6,0	2,0	10,0	4,0	79,0

Технология приготовления: филе рыбы (чир, муксун, омуль) промыть, нарезать на порционные куски. Крупу пшеничную перебрать и тщательно промыть. Заложить в кипящую воду (3 л. на 1 кг. крупы) и сварить до полуготовности, воду слить. Очищенный картофель нарезать кубиками или брусочками. Морковь и репчатый лук мелко нашинковать. В кипящую воду положить пшено, а через несколько минут мелко нарезанный картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая) и варить при медленном кипении 7-10 минут. Добавить подготовленное филе рыбы, соль поваренную йодированную, овощи (замороженные овощи - не размораживая) и варить до готовности. За 1-2 мин. до окончания варки добавить нашинкованные зелень петрушки и укропа. **Требования к качеству:** консистенция крупы и картофеля мягкая, цвет супа светло-желтый, вкус и запах свойственные продуктам с ароматом овощей и рыбы.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Суфле куриное.

Номер рецептуры: 327

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2016. – 640 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1-3 года		3-7 лет	
	1 порция			
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, г.	Нетто, г.
Куры	112/100	38	149/133	51
или Филе курицы	39	38	52	51
Яйца категории Д1	¼ шт.	10	1/3 шт.	13
Масло для смазки форм	2	2	3	3
Соус молочный густой №371	-	15	-	20
Масса полуфабриката	-	60	-	80
Масса готового суфле	-	55	-	73
Масло сливочное	-	5	-	5
Выход с гарниром и маслом сливочным	-	180	-	228

Химический состав данного блюда на 180 г.:

Пищевые вещества			Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	
9,88	10,4	1,84	140,0

Химический состав данного блюда на 228 г.:

Пищевые вещества			Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	
13,21	14,19	2,45	190,0

Технология приготовления: мякоть отварных кур без кожи дважды пропускают через мясорубку с частой решеткой, в массу добавляют молочный соус, желтки яиц, затем взбивают и вводят белки, взбитые вгустую пену, слегка вымешивают снизу вверх и раскладывают в формочки, смазанные маслом, варят на пару. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом. Гарниры рис отварной, макаронные изделия, пюре из моркови и свеклы.

Требования к качеству. Внешний вид: изделие воздушное, пышное, без надрывов. Консистенция: сочная, мягкая, нежная. Цвет: кремово-желтый. Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо. Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

Наименование изделия: Соус молочный густой (для фарширования).

Номер рецептуры: 371

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2016. – 640 с.

Наименование сырья и продуктов	Расход сырья и продуктов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Молоко	750,0	750,0
Масло сливочное	130,0	130,0
Мука пшеничная	130,0	130,0
Вода	150,0	150,0

Соль пищевая йодированная	-	8,0
Выход	-	1000,0

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Пищевые вещества			Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	
36,2	112,98	124,21	1658,0

Технология приготовления: просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового света, не допуская пригорания. Муку охлаждают и разводят горячим молоком или молоком с добавлением воды, вымешивают до образования однородной массы и варят 7-10 минут при слабом кипении. Затем кладут соль, процеживают и доводят до кипения. Соус используют для приготовления котлет рубленых, запеченных с молочным соусом.

Требования к качеству. Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков муки, пленки и всплывшего жира. Консистенция: густая, эластичная нежная. Цвет: кремовый. Вкус: нежный, сладковатый, молочный. Запах: выраженный запах молока и входящих по рецептуре продуктов.





Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша гречневая рассыпчатая.

Номер рецептуры: 123

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Гречневая крупа	46,0	46,0
Вода питьевая	70,0	70,0
Масло сливочное	4,0	4,0
Соль пищевая йодированная	0,25	0,25
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
5,0	6,0	33,0	-	132,0

Технология приготовления: крупы перебирают, моют и всыпают в подсоленную воду, доводят до кипения, закрывают крышкой, ставят в водяную баню или жарочный шкаф и доводят до готовности. Заправляют растопленным сливочным маслом и перемешивают. Подают как гарнир к мясным соусным блюдам.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Компот из груши.

Номер рецептуры: 342

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2017. – 544 с.

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Яблоки или айва	227,0	200,0
Или груша	222,0	200,0
Вода питьевая	860,0	860,0
Черешня или вишня	211,0	200,0
Или слива или персик	222,0	200,0
Или абрикосы	233,0	200,0
Вода	810,0	810,0
Сахар-песок	120,0	120,0
Кислота лимонная	1,0	1,0
Выход	-	1000,0

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
0,8	0,6	140,4	13,5	573,0

Технология приготовления: яблоки или груши, или айву моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их до варки погружают в холодную воду, слегка подкисленную кислотой лимонной. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин. и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении не более 6-8 мин. Быстрорастворяющиеся сорта яблок (антоновские и др.) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения. Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют; сливы или персики, или абрикосы перебирают, моют, разрезают пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения. **Требования к качеству.** Внешний вид: сироп – прозрачный, у яблок и груш удалены сердцевинки и плодоножки, плоды нарезаны дольками. Консистенция: компота – жидкая, плодов – мягкая. Цвет: присущий вареным плодам в сиропе. Вкус: кисло-сладкий. Запах: фруктов – концентрированный, приятный.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Кисломолочный продукт (йогурт).

Номер рецептуры: б/н

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, 800 с. (реферативно).

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Йогурт 1,5% жирности	279,0	270,0
Выход	-	150,0

Химический состав данного блюда на 150 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
3,0	3,0	5,0	1,0	81,0

Технология приготовления: пакеты обрабатывают в соответствии с санитарными правилами. Из пакетов йогурт наливают непосредственно в стаканы.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Шарлотка с яблоками.

Номер рецептуры: 827

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий «Детский сад. Питание» (Батищев П.С.) - 2010 год (Программный центр РФ).

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Яблоки	50,0	35,0
Хлеб пшеничный	32,5	32,5
Молоко	15,0	15,0
Яйца категории Д1	5,0	5,0
Сахарный песок	10,0	10,0
Корица	0,1	0,1
Масло сливочное	5,0	5,0
~ Масса готовой шарлотки с яблоками	-	85,0
Соус абрикосовый №742 (2010)	-	15,0
Выход	-	50,0

Химический состав данного блюда на 50 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,0	2,0	17,0	-	82,0

Технология приготовления: очищенные от кожицы и семенных гнезд яблоки нарезают мелкими кубиками и пересыпают сахаром. С хлеба срезают корки. Мякиш режут прямоугольными ломтиками толщиной 0,5 см. Оставшиеся от хлеба обрезки нарезают мелкими кубиками и подсушивают. Ломтики хлеба смачивают с одной стороны в смеси яиц, молока и сахара, затем ими обкладывают (смоченной стороной вниз) дно и стенки смазанной жиром формы, в которой должна выпекаться шарлотка. Подсушенные кусочки хлеба перемешивают с яблоками и корицей, заполняют этой смесью форму, сверху покрывают ломтиками хлеба и запекают в жарочном шкафу. Готовую шарлотку с яблоками выдерживают в форме 10 мин., а затем выкладывают на блюдо или тарелку. При отпуске шарлотку поливают соусом абрикосовым (30 г. на порцию в 170 г.) или соус можно подать отдельно.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат фруктовый.

Номер рецептуры: 14

Наименование сборника рецептур: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	I порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Бананы	33,0	20,0
Груши	33,0	20,0
Яблоки	29,0	20,0
Виноград	21,0	20,0
или Киви	25,0	20,0
Сок яблочный	35,0	35,0
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
0	0	11,0	15,0	48,0

Технология приготовления: все плоды хорошо промывают. Бананы, очищенные от кожуры, яблоки и груши, очищенные от кожицы, с удаленными семенными гнездами, нарезают тонкими ломтиками. Подготовленные плоды и виноград (без косточек) или киви смешивают в емкости, при выдаче поливают соком плодовым натуральным (непосредственно перед отпуском). Температура подачи: от 10°C до 15°C. Срок реализации составляет не более 30 мин. с момента приготовления.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Запеканка из творога с морковью.

Номер рецептуры: 252

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2016. – 640 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1-3 года		3-7 лет	
	1 порция			
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, г.	Нетто, г.
Творог	27,5	27,0	55,1	54,0
Крупа манная	3,0	3,0	6,0	6,0
Сахар	7,0	7,0	14,0	14,0
Морковь	12,0	9,0	24,0	18,0
Яйца категории Д1	1/20 шт.	2,0	1/10 шт.	4,0
Молоко	9,0	9,0	18,0	18,0
Масло растительное	2,0	2,0	4,0	4,0
Сухари	2,0	2,0	4,0	4,0
Сметана	2,0	2,0	4,0	4,0
Масса готовой запеканки	-	50,0	-	100,0
Соус №376-380	-	15,0	-	30,0
Выход с соусом	-	65,0	-	130,0

Химический состав данного блюда на 50 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
5,83	5,14	11,89	0,35	117,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
11,66	10,29	23,78	0,71	234,0

Технология приготовления: морковь мелко шинкуют и тушат с молоком до готовности. Протертый творог смешивают с предварительно заваренной в воде (10 мл. на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром, солью и морковью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 мм. на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин при температуре 220°C-250°C до образования на поверхности румяной корочки. Отпускают со сладким соусом. **Требования к качеству.** Внешний вид: порционные кусочки, без трещин и подгорелых мест. Консистенция: однородная, мягкая. Цвет: корочки – золотисто-желтый, на разрезе – желтый. Вкус: творога и продуктов, входящих в блюдо. Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Соус молочный сладкий.

Номер рецептуры: 327

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М.П. Могильного. – М.:ДеЛи принт, 2005. – 628 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Молоко	50,0	50,0
Масло сливочное	4,5	4,5
Мука пшеничная	4,5	4,5
Вода питьевая	50,0	50,0
Сахарный песок	8,0	8,0
Ванилин	0,005	0,005
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
2,0	5,0	10,0	0,65	10,0

Технология приготовления: в соус молочный жидкий, приготовленный, как указано в рецептуре №326, добавляют сахар и ванилин, предварительно растворенный в горячей кипяченой воде. Подают соус к пудингам, запеканкам, крупяным и овощным блюдам.

Требования к качеству. Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью. Консистенция: полужидкая, эластичная, нежная. Цвет: кремовый. Вкус: нежный, сладкий. Запах: кипяченого молока, слегка – ванилина.

Соус молочный №326. Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 мин. при слабом кипении. Затем кладут пищевую йодированную соль, сахар, процеживают и доводят до кипения.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша ячневая молочная вязкая.

Номер рецептуры: 99

Наименование сборника рецептов: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в 2-х частях - под ред. доц. Коровка Л. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Крупа ячневая	19 (19)	19,0
Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2 %	113 (113)	113,0
Вода	26 (26)	26,0
Сахар	4 (4)	4,0
Масса каши	148,0	148,0
Масло коровье сладкосливочное	2 (2)	2,0
Выход	-	150,0

Химический состав данного блюда на 150 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
5,0	6,0	28,0	-	184,0

Технология приготовления: крупы просеивают. В кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 мин. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности. Кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным. Температура подачи +60...+65° С. **Требования к качеству.** Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваренные, каша заправлена сливочным маслом. Консистенция: однородная, вязкая, зерна - мягкие. Цвет: свойственный соответствующему виду крупы. Вкус: умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла. Запах: соответствующей каши в сочетании с молоком и маслом.