



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Ватрушка с творожным, овощным, фруктовым, сладким фаршем.

**Номер рецептуры:** 528

**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.
Мука пшеничная	29,5	29,5
Молоко	12,0	12,0
Яйцо категории Д1	1,5	1,3
Сахар	1,5	1,5
Дрожжи хлебопекарные	0,88	0,88
Масло сливочное	1,3	1,3
Масло растительное	0,5	0,5
Мука пшеничная на подпыл	0,5	0,5
Фарш творог	30,0	30,0
Соль пищевая йодированная	0,46	0,46
Выход	-	60,0

**Химический состав данного блюда на 60 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
3,4	1,4	18,6	-	101,0

**Технология приготовления:** из муки, молока, яиц, сахара, масла, дрожжей и йодированной соли приготовить дрожжевое тесто, дать ему подняться (поставить в теплое место). Из дрожжевого теста формируют шарики, делают углубления, в которые закладывают творожный фарш. Выкладывают на противень, смазанный маслом, и выпекают при температуре 230-240°C 10-12 минут до образования румяной корочки на твороге. Творожный фарш: творог пропускают через протирочную машину, затем добавляют яйца, сахар и тщательно перемешивают.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Кнели из курицы с рисом.

**Номер рецептуры:** 368

**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.
Кура 1-й категории потрошенная	174,0	66,0
Или филе кури (полуфабрикат)	67,0	66,0
Молоко пастеризованное 2,5%	7,5	7,5
Крупа рисовая	6,5	6,4
Масло сливочное	2,8	2,8
Соль пищевая йодированная	0,28	0,28
Выход	-	70,0

**Химический состав данного блюда на 70 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
11,8	13,3	4,7	0,6	186,0

**Химический состав данного блюда на 70 г.:**

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Мg, мг.	Fe, мг.
0,05	-	59,1	0,4	19,1	77,4	15,3	1,1

**Технология приготовления:** у обработанных тушек курицы отделяют мякоть от кожи костей. Подготовленную мякоть измельчают дважды на мясорубке. Затем массу смешивают с холодной рисовой вязкой кашей, добавляют йодированную соль, молоко или воду, сливочное масло, тщательно перемешивают и взбивают до получения однородной массы, разделяют кнели (шарики) массой 22-25 г. и припускают в небольшом количестве воды под закрытой крышкой 10 минут. Отпускают кнели с гарниром, сливочным маслом или соусом. Гарниры: каши вязкие, макаронные изделия отварные, овощные пюре. Соусы: молочный или сметанный. Температура подачи 65°C. Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления. **Требования к качеству:** кнели – шарики, ровные по массе. Гарнир расположен сбоку, поверхность овощных пюре прокарбована. Цвет кнелей – беловато-серый. Консистенция нежная пористая, рис проварен, мягкий. Вкус и аромат – отварной птицы, риса. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Рагу овощное (1-й вариант).

**Номер рецептуры:** 342

**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.
Картофель	26,7	20,0
Морковь	22,8	18,2
-	12,4	-
Тыква	17,1	12,0
или Кабачок	17,9	12,0
Петрушка (корень)	5,1	3,8
-	2,4	-
Капуста цветная свежая	19,6	10,2
-	9,2	-
Горошек зеленый консервированный	12,3	8,0
Лук	23,8	20,0
-	10,0	-
Соус томатный №348 (2011)	-	30,0
или Соус сметанный №354 (2011)	-	30,0
или Соус сметанный на рисовой муке №367 (2011)	-	30,0
Масло сливочное	4,0	4,0
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	10,0	7,0	82,0

**Технология приготовления:** нарезанные дольками или кубиками картофель, коренья (морковь, петрушка) и лук репчатый припускают. Цветную капусту разбирают на отдельные кочешки и варят. Затем картофель и овощи соединяют с томатным или сметанным соусом и тушат 10-15 минут. После этого добавляют нарезанную сырую тыкву или кабачки, очищенные от кожицы и семян, вареную цветную капусту и продолжают тушить 15-20 минут. За 10-15 минут до готовности кладут горошек зеленый консервированный. Выход порции определяется возрастной группой. **Требования к качеству.** Внешний вид: овощи в соусе, сохраняющие форму нарезки Консистенция: мягкая, сочная. Цвет: соответствует овощам и соусу. Вкус: соответствует входящим овощам и соусу, умеренно соленый. Запах: тушеных овощей и продуктов, входящих в блюдо.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Макароны, запеченные с сыром.

**Номер рецептуры:** 260

**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.
Макаронные изделия из муки высшего сорта	64,0	64,0
Масло сливочное	10,0	10,0
Сыр голландский	6,0	5,7
Соль пищевая йодированная	1,9	1,9
Масло растительное для смазки	3,0	3,0
Выход	205,0	

**Химический состав данного блюда на 205 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
8,4	9,6	37,1	-	268,0

**Химический состав данного блюда на 205 г.:**

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,07	-	60,4	1,1	71,1	87,2	14,1	1,41

**Технология приготовления:** отварные макароны заправляют маслом, перемешивают. Массу выкладывают на смазанный маслом противень. Сверху посыпают тертым сыром и запекают до образования на поверхности макарон поджаристой корочки. При подаче нарезают на порции. При отпуске поливают сливочным маслом. Температура подачи 65°C. Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления. **Требования к качеству:** аккуратно нарезанные куски в виде ромбов или квадратов, политы сливочным маслом. Консистенция рыхлая, сочная. Цвет корочки – румяно-золотистый, на разрезе – белый с кремовым оттенком. Вкус, свойственный запеченным макаронам, солоноватый от сыра. Запах запеченных макарон с ароматом сыра.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Салат из свежих овощей «Витаминный» с растительным маслом.

**Номер рецептуры:** 24

**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.
Томат	40,0	34,0
Огурцы	30,0	28,5
Салат кочанный	30,0	20,0
Лук зеленый	18,0	14,5
Масло растительное	7,0	7,0
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.	
1,0	7,0	8,0	8,0	84,0

**Технология приготовления:** томаты и огурцы промывают, удаляют плодоножки, нарезают тонкими ломтиками. Салат кочанный зачищают, промывают в проточной питьевой воде, шинкуют тонкой соломкой. Овощи смешивают, солят и заправляют растительным маслом. При отпуске посыпают мелко нарезанным зеленым луком.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп-пюре из зеленого горошка.

**Номер рецептуры:** 108

**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.
Горошек зеленый консервированный	200,0	200,0
Морковь	25,0	25,0
Крупа рисовая	50,0	50,0
Масло сливочное	20,0	20,0
Молоко	300,0	300,0
Сахар	5,0	5,0
Бульон <i>или</i> Вода	450,0	450,0
Выход	-	1000,0

**Химический состав данного блюда на 1000 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергоценность, ккал.	
17,69	22,0	69,65	547,0	9,96

**Технология приготовления:** консервированный зеленый горошек кипятят в собственном отваре, затем протирают. Морковь припускают до готовности и протирают. Подготовленную рисовую крупу заливают бульоном или водой и варят до пюреобразного состояния, протирают и смешивают с протертыми овощами, затем добавляют молоко, йодированную соль, сахар и доводят до кипения. Готовый суп заправляют прокипяченным сливочным маслом. **Требования к качеству.** Внешний вид: однородная масса с гладкой поверхностью. Консистенция: полужидкая, однородная, нежная. Цвет: зеленого горошка, моркови. Вкус: зеленого горошка, моркови, сливочного масла. Запах: входящих в состав блюда продуктов.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Мясо тушеное с овощами в соусе.

**Номер рецептуры:** 274

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 г., 584 с. (реферативно). Коровина Т.Г., Подрясова, Е.Н. Якутские национальные блюда. Рецептура 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	80,0	59,09
<i>или</i> Оленина	82,2	57,8
<i>или</i> Жеребятина	87,6	57,8
-	-	36,36
Морковь	8,0	8,0
Картофель	40,45	30,45
Горошек зеленый быстрозамороженный	4,09	2,73
Томат-паста	3,0	3,0
Мука пшеничная	1,82	1,82
Лук	2,0	2,0
Масло сливочное	2,27	2,27
Овощной отвар	-	25,91
<i>или</i> Вода питьевая	-	25,91
-	-	109,09
<b>Выход</b>	-	<b>100,0</b>

**Химический состав данного блюда на 100 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
9,0	7,0	6,0	2,0	134,0

**Технология приготовления:** овощи нарезают мелкими кубиками, отваривают до полуготовности. На овощном отваре готовят соус белый или томатный. Отварное мясо мелко нарезают, заливают горячей водой, добавляют картофель, нарезанный кубиками, варят до полуготовности картофеля, соединяют с отварными овощами и соусом, тушат до готовности, в конце приготовления добавляют масло сливочное. Отпускают с овощами и соусом, в котором тушилось мясо. **Требования к качеству.** Внешний вид: кусочки мяса одинаково нарезаны, овощи сохраняют форму нарезки. Консистенция: мяса - сочная, мягкая; овощей – мягкая. Цвет: мяса - серый, свойственный овощам и соусу. Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо. Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп картофельный с клецками.

**Номер рецептуры:** 108

**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.
Картофель	40,0	30,0
Морковь	7,5	6,0
Лук репчатый	7,2	6,0
Масло растительное	1,5	1,5
Бульон или вода	112,5	112,5
Мука пшеничная	12,012	12,012
Масло сливочное	1,4	1,4
Яйца категории Д1	3,4	3,4
Вода или молоко	18,8	18,8
Соль пищевая йодированная	0,35	0,35
~ масса теста	-	35,0
Клецки готовые №109	-	39,0
Выход	-	150,0

**Химический состав данного блюда на 150 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,23	1,9	7,5	3,4	52,0

**Технология приготовления:** в кипящий бульон кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин. до окончания варки кладут соль.

Клецки варят отдельно в бульоне или в подсоленной воде небольшими партиями и кладут в суп при отпуске. **Требования к качеству.** Внешний вид: в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки. Клецки одинакового размера. Консистенция: картофель и овощи мягкие; клецки упругие, соблюдается соотношение жидкой и плотной массы. Цвет: супа – золотистый, жира на поверхности – светло-оранжевый. Вкус: свойственный картофельному супу, умеренно соленый. Запах: пассерованных овощей и картофеля.

**Клецки №109.** В воду или молоко кладут масло сливочное, йодированную соль и доводят до кипения. В кипящую жидкость, помешивая, всыпают муку и заваривают тесто, которое, не переставая помешивать, прогревают в течение 5-10 мин. После этого массу охлаждают до 60-70°C, добавляют в 3-4 приема сырые яйца и перемешивают. Приготовленное тесто закатывают в виде жгута и нарезают на кусочки массой 10-15 г. Для варки клецек на 1 кг. берут 5 л. жидкости. Варят при слабом кипении 5-7 мин. **Требования к качеству.** Внешний вид: клецки одинакового размера. Консистенция: мягкая, нежная. Цвет: кремовый. Вкус: свойственный изделиям из вареного теста. Запах: вареного теста.





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

**Номер рецептуры:** 312

**Наименование сборника рецептов:** Единый сборник технологических нормативов, рецептов 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. Санитарные правила по производству и реализации Якутских национальных блюд и пищевых продуктов, 1996 г. Коровина Т.Г., Подрясова, Е.Н. Якутские национальные блюда. Рецептура 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.
Картофель	160,0	120,0
Муксун	152,0	85,0
или Омуль	142,0	85,0
или Чир	152,0	85,0
Филе, выпускаемое промышленностью	98,0	85,0
Бульон рыбный	88,0	88,0
Лимонная кислота, 20%	30,0	30,0
Масло сливочное	5,0	5,0
Мука пшеничная в/с	4,0	4,0
Сухари	3,0	3,0
Соль пищевая йодированная	0,72	0,72
Масло растительное для смазки	1,97	1,97
Выход	-	240,0

**Химический состав данного блюда на 240 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
16,1	4,3	17,7	8,6	174,0

**Химический состав данного блюда на 240 г.:**

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг	Fe, мг.
0,2	-	28,5	1,0	52,3	256,2	51,4	1,57

**Технология приготовления:** порционные куски сырой рыбы, нарезанные под углом в 30 градусов из филе с кожей без костей, посыпают йодированной солью, кладут кожей вниз в смазанную маслом (2 г. от нормы) сковородку, сверху кладут ломтики отварного картофеля, заливают белым (на рыбном бульоне из пищевых отходов рыбы или воде) соусом, поливают сливочным маслом, посыпают сухарями и запекают в жарочном шкафу при температуре 240-250°С в течение 30-40 минут. Температура подачи 65°С. Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления. **Требования к качеству:** на поверхности изделия – слегка подрумяненная корочка, соус загустел, но не высох. Блюдо сочное, рыба и гарнир – белого цвета, не пригоревшие, не присохшие к посуде. Вкус и запах соответствуют виду рыбы и картофеля. Недопустимы посторонние запахи и привкусы.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Каша с ягодами.

**Номер рецептуры:** 195

**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.
Крупа (манная или рисовая)	17,0	17,0	23,0	23,0
Ягоды (малина, клубника, черная или красная смородина)	114,0	69,0	117,0	92,0
Вода питьевая	63,0	63,0	85,0	85,0
Сахар	8,0	8,0	11,0	11,0
Масло сливочное	5,0	5,0	5,0	5,0
Выход	-	150,0	-	200,0

**Химический состав данного блюда на 150 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г	Энергоценность, ккал.	
1,76	4,1	26,03	148,0	8,63

**Химический состав данного блюда на 200 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергоценность, ккал.	
3,11	4,27	34,45	189,0	11,0

**Технология приготовления:** ягоды перебирают, заливают водой и варят 3-5 мин., затем добавляют крупу и варят до готовности. В кашу добавляют сахар, масло сливочное и кипятят 2-3 мин. **Требования к качеству.** Внешний вид: зерна крупы набухшие, разварившиеся. Консистенция: вязкая, ягод – мягкая. Цвет: каши – красноватый или красный. Вкус: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов. Запах: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов.



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

**Номер рецептуры:** 8

**Наименование сборника рецептов:** Единый сборник технологических нормативов, рецептов 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.
Капуста белокочанная	104,0	83,2
Морская капуста (консервированная)	20,0	20,0
Масло растительное	8,0	8,0
Лимонная кислота 2%	5,0	5,0
Сахар-песок	3,0	3,0
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.	
1,6	8,1	5,9	17,9	103,0

**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.
0,1	-	-	3,6	47,3	35,3	46,9	3,69

**Технология приготовления:** капусту белокочанную свежую и капусту морскую консервированную нарезают тонкой соломкой и смешивают, добавляют сахар, йодированную соль, масло растительное или заправку для салатов. Температура подачи: 10-14°C. Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления. **Требования к качеству:** салат уложен горкой. Овощи и морепродукты аккуратно нарезаны. Цвет и запах соответствует продуктам, входящим в блюдо.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Борщ сибирский.

**Номер рецептуры:** 140

**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.
Свекла	28,98	23,19
Капуста свежая	14,49	11,595
<i>или</i> Капуста квашеная	12,465	8,7
Картофель	7,68	5,79
Фасоль	5,79	5,79
Морковь	7,245	5,79
Лук репчатый	6,96	5,79
Томатное пюре	4,35	4,35
Кулинарный жир	2,325	2,325
Чеснок	0,72	0,585
Сахар-песок	1,455	1,455
Уксус 3%-ный	0,87	0,87
Бульон №151 (2010)	-	115,935
<i>или</i> Вода	115,935	115,935
Фрикадельки мясные №141(2010)	-	10,5
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	5,0	11,0	-	112,0

**Технология приготовления:** в готовый процеженный кипящий бульон кладут капусту нарезанную пашками, доводят до кипения, кладут картофель нарезанный кубиком и варят около 10 мин. Остальные овощи нарезают ломтиками, варят 10-15 мин., кладут пассированные овощи, тушёную свеклу, доводят до кипения, кладут сваренную фасоль и варят до готовности. За 10–15 мин. до окончания варки добавляют йодированную соль, сахар, специи. В готовый борщ кладут чеснок, растёртый с солью. Фрикадельки: мясо нарезают на кусочки, пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырыми яйцами категории Д1, сырым мелко нарезанным луком, водой, молотым перцем, солью и хорошо размешивают. Сформованные шарики массой 7 – 10 г. припускают в бульоне до готовности. Правила отпуска. В подогретую глубокую тарелку кладут по 2-4 фрикадельки, наливают борщ, кладут сметану, сверху посыпают зеленью. Температура подачи + 75+80°С. **Требования к качеству:** овощи должны сохранить свою форму. Консистенция – мягкая, непереваренная. Цвет борща – малиново - красный. Вкус - кисло-сладкий, без привкуса сырой свёклы, с ароматом чеснока.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Печень, тушенная в сметанном соусе.

**Номер рецептуры:** 357

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

**Рецептура (раскладка продуктов) блюда:**

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Печень говяжья, охлажденная	77	71
Или печень говяжья мороженая	86	71
Масса соуса	50	50
Вода питьевая	27,5	27,5
Сметана 15%	25	25
Масло сливочное	6,3	6,3
Мука пшеничная высшего сорта	4,3	4,3
Соль пищевая йодированная	0,78	0,78
Выход	-	100,0

**Химический состав данного блюда на 100 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
13,5	9,8	6,6	12,6	169,0

**Технология приготовления:** печень нарезают на порционные куски, посыпают йодированной солью, панируют в муке и обжаривают с обеих сторон до полуготовности (5-10 минут). Затем печень заливают соусом и тушат в течение 15-20 минут. Подают с гарниром и соусом. Гарниры: каши рассыпчатые, картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный (из вареного), овощи отварные с маслом. Температура подачи 75°C.

**Требования к качеству:** печень сохранила форму нарезки. На разрезе серого цвета, мягкая, соус однородный, без посторонних привкусов, запахов.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Салат из моркови и кураги с йогуртом.

**Номер рецептуры:** 64

**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	
	1 порция	
	Брутто, г.	Брутто, г.
Морковь	880,0	660,0
Курага	80,0	120,0
Сахар	50,0	50,0
Йогурт	200,0	200,0
Выход	-	1000,0

**Химический состав данного блюда на 1000 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
22,74	3,97	166,44	27,3	792,0

**Технология приготовления:** сырую очищенную морковь нарезают соломкой. Курагу тщательно промывают, заливают кипящей водой и дают набухнуть. Подготовленную курагу нарезают соломкой, затем смешивают с морковью, добавляют сахар. При отпуске заправляют йогуртом. **Требования к качеству.** Внешний вид: морковь и курага нарезаны соломкой. Салат уложен горкой, заправлен сахаром и йогуртом. Консистенция: мягкая, сочная. Цвет: оранжевый. Вкус: свойственный моркови и кураге. Запах: моркови и кураги.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Творожная запеканка.

**Номер рецептуры:** 223

**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	
	1 порция	
Творог	47,0	46,0
Крупа манная	3,0	3,0
Или мука пшеничная	4,0	4,0
Сахар	4,0	4,0
Яйца категории Д1	1/20 шт.	2,0
Масло сливочное	2,0	2,0
Сухари	2,0	2,0
Сметана	2,0	2,0
Масса готовой запеканки	-	50,0
Соус №334,335,336,337	-	30,0
или Молоко сгущенное	20,0	20,0
или Йогурт	30,0	30,0
Выход с соусом или йогуртом	-	80,0
Выход с молоком сгущенным	-	70,0

**Химический состав данного блюда на 70 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
16,0	11,0	12,0	-	218,0

**Химический состав данного блюда на 70 г.:**

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,034	0,134	37,1	0,3	81,71	111,4	15,77	0,54

**Технология приготовления:** протертый творог смешивают с мукой или с предварительно заваренной в воде (10 мл. на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см. на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин., при температуре 220-250°С до образования на поверхности румяной корочки. Отпускают со сладким соусом.

**Требования к качеству.** Внешний вид: порционные кусочки подрумянены, без трещин и подгорелых мест, политы соусом. Консистенция: однородная, нежная, мягкая. Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе – белый, соуса – светло-коричневый. Вкус: творога и продуктов, входящих в блюдо. Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Омлет с зеленым горошком.

**Номер рецептуры:** 233

**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.
Яйцо категории Д1	¾ шт	30,0	1 шт	40,0
Молоко	23,0	23,0	30,0	30,0
Мука пшеничная	3,0	3,0	4,0	4,0
Масса омлетной смеси	-	56,0	-	74,0
Горошек зеленый консервированный	10,0	7,0	15,0	10,0
Масло сливочное	3,0	3,0	4,0	4,0
Масса готового омлета	-	60,0	-	80,0
Выход	-	65,0	-	85,0

**Химический состав данного блюда на 65 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
4,57	9,5	3,79	0,5	119,0

**Химический состав данного блюда на 85 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
6,52	8,07	8,41	0,7	132,0

**Технология приготовления:** омлетную смесь смешивают с мукой. Горошек зеленый консервированный прогревают 3-5 минут, откидывают на дуршлаг. На смазанный маслом противень выкладывают зеленый горошек и заливают его слоем омлетной смеси не более 2,5 см., запекают в жарочном шкафу до готовности. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом. **Требования к качеству.** Внешний вид: поверхность омлета равномерно зарумянена, без подгорелых мест. Консистенция: пышная, сочная. Цвет: золотисто-желтоватый с наличием зеленого горошка. Вкус: свежих запеченных яиц и зеленого горошка. Запах: свежих запеченных яиц и зеленого горошка.





**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Курица тушеная.

**Номер рецептуры:** 103

**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.
Курица	147,5	130,62
или Филе курицы (полуфабрикат)	70,0	68,12
Выход	-	100,0

**Химический состав данного блюда на 100 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
12,0	11,0	3,0	0,01	156,0

**Технология приготовления:** подготовленные тушки курицы варят до готовности, охлаждают, отделяют мякоть от кожи и костей, нарезают на порционные куски, складывают в глубокую посуду, добавляют бульон куриный (10% к массе соуса), соединяют с соусом, доводят до кипения и тушат в посуде с закрытой крышкой 15-20 мин. при слабом кипении. Филе курицы (полуфабрикат) нарезают на порционные куски, припускают до готовности. Бульон от припускания используют для приготовления соуса. Соус соединяют с припущенным филе, доводят до кипения и тушат в посуде с закрытой крышкой 15-20 мин. при слабом кипении. Отпускают с соусом, в котором тушилась курица. Гарниры - рис отварной или припущенный, картофель отварной, картофельное пюре. **Требования к качеству.** Внешний вид: мясо сохранило форму, залито соусом, сбоку гарнир. Консистенция: сочная, нежная. Цвет: сероватый - для мякоти ножки, белый - филе, соуса сметанного - белый, соуса сметанного с томатом - светло-оранжевый. Вкус: умеренно соленый. Запах: свойственный мясу курицы и соусу.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Запеканка пшеничная.

**Номер рецептуры:** 242

**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.
Вода питьевая	168,0	168,0
Крупа пшеничная «Полтавская»	52,0	52,0
Сахар. Сахар-песок	8,0	8,0
Яйцо категории Д1	7,8	6,8
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.	
7,2	2,3	43,5	-	223,0

**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.
0,15	-	20,9	0,9	34,6	152,8	32,7	2,6

**Технология приготовления:** готовую вязкую кашу охлаждают до 60-70°C, добавляют в нее сырые яйца 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 220-280°C 15-20 минут до образования золотистой корочки. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом, сладкими соусами 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):** Салат из картофеля с морской капустой и свеклой.

**Номер рецептуры:** 48

**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.
Картофель	60,0	450,0
Капуста морская консервированная	202,0	200,0
Свекла	166,0	130,0
Морковь	100,0	80,0
Лук репчатый	83,0	70,0
Масло растительное	50,0	50,0
Петрушка (зелень)	41,0	30,0
Выход	-	1000,0

**Химический состав данного блюда на 1000 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энерг.ценность, ккал.	
19,86	52,45	115,2	1012,0	260,3

**Технология приготовления:** отварные очищенные морковь, картофель и свеклу нарезают ломтиками. Подготовленные овощи соединяют, добавляют капусту морскую консервированную, мелко нарезанный лук репчатый, соль, масло растительное и перемешивают. Салат укладывают горкой, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки. Выход порции определяется возрастной группой. **Требования к качеству.** Внешний вид: морковь, картофель и свекла нарезаны ломтиками, мелко нарезанный лук и морская капуста равномерно распределены в блюде, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом, сверху посыпан зеленью. Консистенция: мягкая, сочная. Цвет: продуктов, входящих в состав. Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам. Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Гуляш из отварного мяса.

**Номер рецептуры:** 277

**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 год, 584 с. (реферативно). Коровина Т.Г., Подрясова, Е.Н. Якутские национальные блюда. Рецептура 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	65,628	48,372
<i>или</i> Оленина	68,0	48,0
<i>или</i> Жеребятина	72,0	49,0
Морковь	7,128	5,628
Лук	6,372	5,25
Томат-паста	2,25	2,25
Масло сливочное	1,872	1,872
Мука пшеничная	1,5	1,5
Овощной отвар	-	19,872
<i>или</i> Вода питьевая	-	19,872
-	-	30,0
<b>Выход</b>	-	<b>60,0</b>

**Химический состав данного блюда на 60 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
8,0	6,0	2,0	-	94,0

**Технология приготовления:** отварное мясо нарезают кубиками, соединяют с припущенной морковью, мелко нашинкованным бланшированным репчатым луком, с томатным пюре (для второй возрастной группы), заливают водой, добавляют соль и тушат 10-15 минут. На отваре или воде готовят соус, которым заливают мясо и доводят до кипения. Отпускают с соусом, в котором тушилось мясо. Гарниры - каши рассыпчатые, картофель отварной, овощи отварные, пюре картофельное. **Требования к качеству.** Внешний вид: небольшие порционные куски политы соусом, гарнир расположен сбоку. Консистенция мяса сочная, мягкая. Цвет мяса светло-серый, свойственный овощам и соусу. Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо. Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Зразы из творога с изюмом.

**Номер рецептуры:** 255

**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	33,5	33,0	66,9	66,0
Мука пшеничная	7,0	7,0	14,0	14,0
Сахар	4,0	4,0	7,0	7,0
Яйца категории Д1	1/10 шт.	4,0	1/5 шт.	8,0
Масса творожная	-	48,0	-	95,0
Фарш: виноград сушеный (изюм)	11,0	7,0	19,0	14,0
Мука пшеничная	3,0	3,0	7,0	7,0
Сметана	1,0	1,0	2,0	2,0
Масса полуфабриката	-	59,0	1,0	118,0
Масло растительное	2,0	2,0	3,0	3,0
Масса готовых зраз	-	50,0	-	100,0
Соус № 372,385	-	15,0	-	30,0
Выход с соусом	-	65,0	-	130,0

**Химический состав данного блюда на 65 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергоценность, ккал.	
7,39	5,56	15,84	143,0	0,08

**Химический состав данного блюда на 130 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергоценность, ккал.	
14,87	10,18	31,38	277,0	0,17

**Технология приготовления:** в протертый творог добавляют муку, сахар, яйца, йодированную соль, хорошо перемешивают и формируют лепешки толщиной не более 5-7 мм. На середину лепешки кладут предварительно перебранный, промытый в теплой воде, обсушенный изюм и соединяют края так, чтобы фарш был внутри изделия. Затем изделие панируют в муке, придавая форму кирпичика с закругленными краями, слегка смазывают сметаной одну сторону и запекают в жарочном шкафу при температуре 220-250°C в течение 20-25 минут до готовности. Отпускают по 1-2 штуки на порцию со сметанным соусом. **Требования к качеству.** Внешний вид: изделие имеют форму кирпичика с закругленными краями, поверхность без трещин. Консистенция: мягкая. Цвет: корочки – желтовато-коричневые. Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо. Запах: творога и продуктам, входящим в блюдо.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп-лапша домашняя.

**Номер рецептуры:** 126

**Наименование сборника рецептов:** Единый сборник технологических нормативов, рецептов 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.
Вода или Бульон	950,0	950,0
Масса вареной лапши	200,0	200,0
Яйцо категории Д1	92,0	80,5
Лапша домашняя	80,0	80,0
Мука пшеничная высшего сорта	70,0	70,0
Морковь	50,0	30,0
Лук репа	48,0	40,3
Масло сливочное	20,0	20,0
Петрушка корень	13,0	9,7
Соль пищевая йодированная	8,0	8,0
Выход	1000,0	-

**Химический состав данного блюда на 1000 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
27,4	25,3	92,4	2,0	707,0

**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.
0,32		330,8	3,2	149,4	373,7	58,8	5,13

**Технология приготовления:** суп-лапшу рекомендуется готовить на курином бульоне. В кипящий бульон кладут морковь, нарезанную соломкой, припущенную со сливочным маслом, петрушку, бланшированный и слегка пассерованный репчатый лук, варят при слабом кипении 8-10 минут, а затем добавляют подготовленную домашнюю лапшу, йодированную соль, варят до готовности. За 2 минуты до окончания варки добавляют рубленую зелень. Приготовление домашней лапши: в холодную воду добавляют соль, яйца, перемешивают. Муку просеивают на стол в виде горки, делают углубление, в него вливают смесь воды и яиц, замешивают крутое тесто. Выдерживают тесто до 30 минут для набухания клейковины, раскатывают пласт толщиной 1,5-2 мм. Пласты посыпают мукой, складывают один на другой и режут на полоски шириной 35-45 мм., а затем шинкуют соломкой. Лапшу подсушивают при температуре 40-50°C слоем в 10 мм. 2-3 часа, просеивают от муки. Лапшу закладывают в кипящую подсоленную воду на 1-2 минуты, откидывают, дают стечь воде (чтобы не замутить бульон в супе), а затем закладывают в суп. Температура подачи: 65-70°C. Срок реализации: не более двух часов с момента приготовления. **Требования к качеству:** бульон прозрачный, янтарного цвета, лапша и овощи сохранили форму нарезки. Вкус и аромат продуктов, из которых приготовлен бульон, лапши и овощей. Консистенция лапши и овощей мягкая.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Омлет натуральный с морковью.

**Номер рецептуры:** 214

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов 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	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Яйцо категории Д1	1 шт.	40,0
Молоко или вода	12,0	12,0
Морковь	24,0	18,0
Масло сливочное	3,0	3,0
Масло сливочное	5,0	5,0
Выход	65,0	

**Химический состав данного блюда на 65 г.:**

Пищевые вещества (макронутриенты)			Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры г.	Углеводы г.	
5,52	10,212,01	2,02	112,0

**Химический состав данного блюда на 65 г.:**

Пищевые вещества (микронутриенты)						
В1, мг.	В2, мг.	С, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,039	0,182	-	22	76,8	4,8	0,96

**Технология приготовления и оформления блюда:** отварную морковь протирают на протирочной машине или мелко шинкуют, смешивают с омлетной смесью и запекают на противне или сковороде слоем толщиной не более 2,5 см. в течение 10-15 мин. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп-пюре из птицы.

**Номер рецептуры:** 112

**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.
Курица	228,0	157,0
Масса отварной мякоти (без кожи)	-	60,0
Крупа рисовая	50,0	50,0
Масло сливочное	20,0	20,0
Молоко	300,0	300,0
Бульон или вода	700,0	700,0
Выход	-	1000,0

**Химический состав данного блюда на 1000 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергоценность, ккал.	
38,48	49,05	50,02	795,0	2,69

**Технология приготовления:** мякоть отварной птицы без кожи измельчают на мясорубке с частой решеткой и протирают. В полученный фарш добавляют немного бульона или воды и тщательно растирают. Подготовленную рисовую крупу варят до полного разваривания, процеживают, протирают, смешивают с растертым куриным пюре и разводят горячим кипяченым молоком, кладут соль и доводят до кипения. Суп заправляют прокипяченным сливочным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

**Требования к качеству.** Внешний вид: однородная масса с гладкой поверхностью  
 Консистенция: полужидкая, однородная, нежная. Цвет: от белого до светло-кремового.  
 Вкус: птицы и продуктов, входящих в состав блюда. Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам.





**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Тефтели из печени с рисом.

**Номер рецептуры:** 358

**Наименование сборника рецептов:** Единый сборник технологических нормативов, рецептов 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.
Печень говяжья, мороженая	60,0	49,8
или печень говяжья охлажденная	53,0	49,2
Масса соуса	50,0	50,0
Молоко пастеризованное 2,5 %	50,0	50,0
Лук репа	21,0	17,6
Крупа рисовая	15,0	14,8
Яйцо категории Д1	9,6	8,4
Мука пшеничная высшего сорта	4,0	4,0
Масло сливочное	4,0	4,0
Масло сливочное для смазывания форм	2,0	2,0
Соль пищевая йодированная	0,68	0,68
Выход	-	100,0

**Химический состав данного блюда на 100 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
12,8	6,4	14,8	10	168

**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.
0,09	-	3717,5	0,7	79,2	239,6	25,1	3,98

**Технология приготовления:** печень промывают в холодной воде, снимают пленку, вырезают внутренние кровеносные сосуды. Подготовленную печень пропускают через мясорубку со средней решеткой, соединяют с отварным рисом, мелконарезанным припущенным луком, добавляют сырые яйца, соль йодированную, тщательно перемешивают. Массу разделяют в виде шариков по 3-4 штуки на порцию, кладут на противень, смазанный маслом, обжаривают 6-8 минут, до полуготовности, заливают соус молочный для запекания, добавляют воду (15-16 г. на порцию) и тушат 8-10 минут до готовности. Отпускают с соусом, в котором тушились тефтели. Гарниры: макаронные изделия отварные, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные. Температура подачи: 65°С. Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления. **Требования к качеству:** тефтели в виде шариков, пропитаны соусом. Консистенция в меру плотная, сочная. Цвет тефтелей коричневый, соуса – светло-коричневый. Вкус и запах тушеной печени и продуктов, входящих в блюдо.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Пирог открытый сладкий.

**Номер рецептуры:** 459

**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.
Мука пшеничная	54,6	54,6
Сахар	-	-
Масло сливочное	2,7	2,7
Яйцо категории Д1	2,95	2,95
<i>или</i> Меланж	2,7	2,7
Дрожжи прессованные		
Соль пищевая йодированная	0,5	0,5
Вода питьевая	-	-
Повидло	33,3	30,0
<i>или</i> Джем	33,3	30,0
Масло растительное	0,3	0,3
-	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.	
6,0	3,0	55,0	0,08	275,0

**Технология приготовления:** дрожжевое тесто, приготовленное опарным или безопарным способом, раскатывают в пласт толщиной в 1 см., кладут на смазанный растительным маслом лист и выравнивают. Поверхность пласта покрывают ровным слоем повидла или джема, подогретых до температуры 30°C. Края теста загибают на 1,5-2 см. Из узких полосок теста делают поверх начинки решетку. Сформованным пирогам дают расстояться, после чего смазывают поверхность теста яйцом и выпекают при температуре 220°C -250°C в течение 10-15 мин. Охлажденные пироги нарезают на порционные куски массой 50 г.

**Требования к качеству.** Внешний вид: куски прямоугольной формы, поверхность блестящая, глянцевая. Консистенция: мягкая, пышная. Цвет: от желтого до светло-коричневого. Вкус: выпеченного изделия из дрожжевого теста и повидла. Запах: выпеченного изделия из дрожжевого теста.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Суп молочный с крупой.

**Номер рецептуры:** 138

**Наименование сборника рецептов:** Единый сборник технологических нормативов, рецептов 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%	700,0	700,0
Вода питьевая	300,0	300,0
Крупа рисовая	60,0	59,4
Масло сливочное	10,0	10,0
Сахар. Сахар-песок	8,0	8,0
Соль пищевая йодированная	6,0	6,0
Выход блюда	-	1000,0

**Химический состав данного блюда на 1000 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
24	25	82,2	4,6	650,0

**Технология приготовления:** рисовую крупу варят в подсоленной воде до полуготовности 10-15 минут, затем добавляют горячее молоко, кладут сахар, йодированную соль и варят до готовности. Готовый суп заправляют сливочным маслом. Вместо крупы рисовой можно использовать другие крупы (манную, овсяную, гречневую, пшеничную), не изменяя технологию приготовления. Температур подачи: 65°C -75°C. Срок реализации: не более 2 часов с момента приготовления. **Требования к качеству:** крупа хорошо набухла, но не разварилась. Цвет белый, вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса и запаха подгорелого молока.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Салат из моркови с зеленым горошком.

**Номер рецептуры:** 25

**Наименование сборника рецептов:** Единый сборник технологических нормативов, рецептов 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.
Морковь	70,0	54,6
Зеленый горошек (консервированный)	62,0	40,3
Масло растительное	8,0	8,0
Или заправка для салата	8,0	8,0
Соль пищевая йодированная	0,25	0,25
Выход	-	100,0

**Химический состав данного блюда на 100 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергоценность, ккал.	
1,9	8,1	5,8	104,0	1,8

**Технология приготовления:** морковь моют, чистят, ошпаривают, нарезают мелкими кубиками, припускают, охлаждают. Зеленый горошек доводят до кипения в собственном соку, охлаждают. Морковь и охлажденный до 14°C горошек соединяют, добавляют соль йодированную и заправляют растительным маслом или заправкой для салатов, перемешивают и подают. Температура подачи от 10 до 14°C. Срок реализации не более 1 часа с момента приготовления. **Требования к качеству:** салат уложен горкой. Морковь и горошек сохранили форму. Консистенция мягкая. Вкус и аромат, свойственные виду овощей, входящих в салат.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Мясо, тушенное с картофелем по-домашнему.

**Номер рецептуры:** 102

**Наименование сборника рецептур:** Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007. Санитарные правила по производству и реализации Якутских национальных блюд и пищевых продуктов, 1996 г. Коровина Т.Г., Подрясова, Е.Н. Якутские национальные блюда. Рецепттура 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	73,962	54,324
<i>или Жеребятина</i>	77,0	53,0
<i>или Свинина</i>	56,952	48,438
<i>или Оленина</i>	75,0	54,0
Морковь	3,276	2,61
Лук репчатый	3,276	2,61
Жир топленый	3,276	3,276
Томатное пюре	7,848	7,848
Мука пшеничная	2,61	2,61
~ Масса тушеного мяса	-	32,724
~ Масса соуса	-	49,086
Макароны отварные 2 №198	-	98,19
<i>или Картофель отварной №172</i>	-	98,19
<i>или Пюре картофельное №174</i>	-	98,19
<i>или Картофель жареный (из вареного) №175.1</i>	-	98,19
<i>или Картофель жареный (из сырого) №175.2</i>	-	98,19
<i>или Овощи отварные с жиром №178</i>	-	98,19
<i>или Овощи припущенные с жиром №179</i>	-	98,19
<i>или Пюре из моркови или свеклы (1-й вариант) №181.1</i>	-	98,19
<i>или Пюре из моркови или свеклы (2-й вариант) №181.2</i>	-	98,19
<i>или Капуста тушеная 2 №183</i>	-	98,19
<i>или Свекла тушеная №185</i>	-	98,19
<i>или Тыква, кабачки, баклажаны жареные №192</i>	-	98,19
Выход		200,0

**Химический состав данного блюда на 200 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
8,0	4,0	9,0	3,0	124,0

**Технология приготовления:** подготовленное мясо нарезают (1-2 кусочка на порцию), складывают в посуду, добавляют бульон и тушат 45-60 минут. Картофель, репчатый лук и морковь моют, очищают, нарезают кубиками (быстрозамороженный овощи не размораживают). Репчатый лук и морковь припускают в бульоне с добавлением масла и томатов, соединяют с мясом. Картофель укладывают сверху мяса, добавляют йодированную соль. Бульон наливают так, чтобы он закрывал картофель. Жаркое тушат 20 минут. **Требования к качеству:** тушеное мясо светло-коричневого цвета, порционные кусочки мяса одинаковые по форме и размеру и должны сохранить свою форму. Консистенция мяса и картофеля мягкая сочная. Мясо легко разжевывается.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Пудинг из творога запеченный.

**Номер рецептуры:** 249

**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	38,0	37,5	76,0	75,0
Крупа манная	4,0	4,0	8,0	8,0
Яйца категории Д1	1/16 шт.	2,5	1/8 шт.	5,0
Виноград сушеный (изюм)	5,1	5	10,2	10,0
Ванилин	0,01	0,01	0,01	0,01
Сухари	2,0	2,0	4,0	4,0
Сметана	2,0	2,0	4,0	4,0
Масса готового пудинга	-	50,0	-	100,0

**Химический состав данного блюда на 50 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергоценность, ккал.	
7,57	5,38	12,17	127,0	0,1

**Химический состав данного блюда на 100 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергоценность, ккал.	
15,14	10,76	24,33	255,0	0,19

**Технология приготовления:** в горячей воде растворяют ванилин, затем высыпают манную крупу и, помешивая, заваривают. В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную крупу, размягченное масло сливочное, йодированную соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до образования густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием. Полученную массу выкладывают слоем толщиной 3-4 см. на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень (или в формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу в течение 25-35 мин. при температуре 220-250°C. Готовый пудинг выдерживают 5-10 минут и вынимают из форм. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски. Отпускают с молочным или сладким соусом. **Требования к качеству:** Внешний вид: порционные кусочки подрумянены, без трещин и подгорелых мест, политы соусом. Консистенция: однородная, нежная, с вкраплениями изюма. Цвет: корочки – золотисто-желтый, на разрезе – белый с коричневыми вкраплениями изюма. Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо. Запах: творога и продуктам, входящим в блюдо.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Котлеты или биточки рыбные.

**Номер рецептуры:** 306

**Наименование сборника рецептов:** Единый сборник технологических нормативов, рецептов 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. Санитарные правила по производству и реализации Якутских национальных блюд и пищевых продуктов, 1996 г. Коровина Т.Г., Подрясова, Е.Н. Якутские национальные блюда. Рецептура 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.
Муксун	85,0	45,0
или Чир	85,0	45,0
или Омуль	75,0	45,0
Филе, выпускаемое промышленностью	52,0	45,0
Молоко пастеризованное 2,5%	19,0	19,0
Хлеб пшеничный формовой	14,0	14,0
Сухари	7,0	7
Масло растительное для смазки	2,0	2
Соль пищевая йодированная	0,22	0,22
Выход	-	75,0

**Химический состав данного блюда на 75 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
9,2	0,9	11,8	0,3	92,0

**Химический состав данного блюда на 75 г.:**

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,11	-	8,3	0,6	49,3	124	20,1	0,72

**Технология приготовления:** рыбу разделяют на филе без кожи и костей, нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке и отжатым черствым пшеничным хлебом высшего сорта, добавляют йодированную соль, сливочное масло, сырые яйца категории Д1, оставшееся молоко или воду, все тщательно перемешивают, выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты. Изделия укладывают в сотейник, смазанный маслом, в один ряд, добавляют воду и припускают до готовности 20-25 минут при закрытой крышке или варят на пару. Для бульона используют пищевые отходы от обработки рыбы. Гарниры: каши вязкие, овощные пюре, капуста тушеная. Температура подачи 65°С. Срок реализации не более трех часов с момента приготовления. **Требования к качеству:** изделия имеют круглую или яйцевидную приплюснутую форму, заостренную с одной стороны, без трещин. Соус подлит, гарнир уложен горкой, котлета сбоку приподнята на гарнир (маслом поливают котлету). Консистенция однородная, рыхлая, сочная. Цвет белый с сероватым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Бутерброд с сыром.

**Номер рецептуры:** 1

**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.
Сыр Голландский 8%	10,77	9,9
<i>или</i> Сыр Российский 6%	10,53	9,9
<i>или</i> Сыр Костромской 4%	10,29	9,9
<i>или</i> Сыр Ярославский 7%	10,65	9,9
Масло сливочное	5,1	5,1
Пшеничный хлеб	15,0	15,0
Выход	-	30,0

**Химический состав данного блюда на 30 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
3,0	7,0	8,0	-	114,0

**Технология приготовления:** хлеб пшеничный нарезают ломтиками толщиной 1,0-1,5 см. Сыр твердый нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками толщиной 2-3 мм. (подготовку сыра производят не ранее, чем за 30-40 мин. до отпуска и хранят его в холодильнике).





**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Картофель отварной с маслом.

**Номер рецептуры:** 150

**Наименование сборника рецептов:** Единый сборник технологических нормативов, рецептов 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.
Картофель	138,0	103,5
Масло растительное	5,0	5,0
<i>или</i> Масло сливочное	5,0	5,0
Соль пищевая йодированная	0,8	0,8
<b>Выход</b>	105,0	

**Химический состав данного блюда на 105 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
2,0	5,4	11,1	14,5	101,0

**Химический состав данного блюда на 105 г.:**

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,11	-	-	2,3	10,6	54,4	20,3	0,8

**Технология приготовления:** очищенный мелкий целиком, нарезанный дольками или крупным кубиком картофель заливают горячей водой, так, чтобы она покрывала его на 1-1,5 см., кладут йодированную соль, закрывают крышкой, доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Затем отвар сливают, посуду накрывают крышкой, ставят на слабый нагрев на 1,5-2,0 минуты, обсушивают. Если сорт картофеля быстро разваривающийся, поглощающий много влаги, то варят его 15 минут после закипания, сливают отвар, накрывают крышкой и доводят до готовности без воды – паром. Используют как самостоятельное блюдо или в качестве гарнира. При отпуске поливают растительным маслом, украшают веточкой зелени. Температура подачи 65°C. Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления. **Требования к качеству:** форма клубней или нарезки должна сохраниться. Цвет – от белого до желтоватого. Потемнение картофеля не допускается. Вкус без посторонних привкусов. Консистенция рыхлая.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Салат картофельный с кукурузой и морковью.

**Номер рецептуры:** 39

**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	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Картофель	347,0	250,0
Кукуруза сахарная консервированная сахарная	416,0	250,0
Морковь	314,0	250,0
Огурцы свежие	250,0	200,0
Масло растительное	60,0	60,0
Выход	-	1000,0

**Химический состав данного блюда на 1000 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергоценность, ккал.	
30,23	63,58	237,2	1642,0	57,75

**Технология приготовления:** картофель, морковь варят, очищают, нарезают кубиками, огурцы нарезают тонкими ломтиками, добавляют консервированную кукурузу, предварительно прокипяченную, заправляют растительным маслом. Салат укладывают горкой, оформляют огурцами, морковью. **Требования к качеству.** Внешний вид: картофель, морковь нарезаны кубиками, огурцы-ломтиками, салат уложен горкой. Заправлен растительным маслом. Консистенция: картофеля и моркови вареных – мягкая, огурцов – сочная, упругая. Цвет: свойственный продуктам, входящих в состав блюда. Вкус: вареного картофеля в сочетании с морковью, огурцами, кукурузой и растительным маслом. Запах: свойственный вареному картофелю, моркови, огурцам, с ароматом растительного масла.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Овощи в молочном соусе.

**Номер рецептуры:** 317

**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	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Морковь	271,0	217/200
Картофель	275,0	206/200
Горошек зеленый консервированный	154,0	100
Или горошек зеленый		303/100
- быстрозамороженный	109,0	109/100
Или кукуруза свежая в початках молочно-восковой спелости	532,0	303/100
Капуста белокочанная	278,0	222/200
Соус №295		340
Выход	-	1000,0

**Химический состав данного блюда на 1000 г.:**

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергоценность, ккал.	
20,62	18,89	88,3	606,0	81,0

**Технология приготовления:** овощи нарезают кубиками или дольками, белокочанную капусту – шашками. Припущенные с растительным маслом овощи соединяют с соусом и добавляют сахар, йодированную соль, варят 1-3 мин. **Требования к качеству:** внешний вид: овощи в соусе, нарезаны кубиками или дольками, белокочанная капуста – шашками, форма сохранена. Консистенция: мягкая, сочная. Цвет: соответствует припущенным овощам. Вкус: соответствует виду овощей, соуса молочного, умеренно соленый. Запах: припущенных овощей, молока.



**Наименование кулинарного изделия (блюда):** Салат из горошка зеленого.  
(консервированного).

**Номер рецептуры:** 10

**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 год, 584 страницы (реферативно).

**Рецептура (раскладка продуктов) блюда:**

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Горошек зеленый консервированный	43,86	28,5
Масло растительное	-	1,2
Петрушка	0,405	0,3
Выход		30,0

**Химический состав данного блюда на 30 г.:**

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,0	2,0	2,0	3,0	25,0

**Технология приготовления:** консервированный горошек прогревают в собственном соку, затем отвар сливают и отпускают с растительным маслом и мелкорубленной зеленью петрушки. Рекомендуется для детей старшей возрастной группы. **Требования к качеству.** Внешний вид: горошек сохранил форму, салат заправлен маслом, посыпан рубленой зеленью. Консистенция: сочная, плотная. Цвет: свойственный сорту горошка, зеленый – петрушки. Вкус: умеренно соленый, растительного масла, консервированного горошка, зелени петрушки. Запах: консервированного зеленого горошка, свежей зелени петрушки.