



Наименование кулинарного изделия (блюда): Сметана 15%.

Номер рецептуры: 488

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

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Сметана 15% жирности	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.	
2,6	15,0	3,6	0,4	162,0

Технология приготовления: сметану разливают в розетки или пиалы. **Требования к качеству.** Внешний вид: однородная не расслоившаяся масса. Консистенция: жидкая. Цвет: белый с кремовым оттенком. Вкус: кисломолочный, без посторонних привкусов. Запах: кисломолочный, без посторонних запахов.



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

Номер рецептуры: 368 г

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.
Бананы	167,0	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.	
1,0	2,0	21,0	10,0	96,0

Технология приготовления: очищенные бананы нарезают и подают на десертной тарелке или вазочке. Выход порции может быть изменен. **Требования к качеству.** Внешний вид: целые плоды или ягоды, уложенные на десертную тарелку или вазочку. Консистенция: соответствует виду плодов или ягод. Цвет: соответствует виду плодов или ягод. Вкус: соответствует виду плодов или ягод. Запах: соответствует виду плодов или ягод.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп гороховый с картофелем.

Номер рецептуры: 66

Наименование сборника рецептур: Технологическая инструкция по производству кулинарной продукции для питания детей и подростков школьного возраста в организованных коллективах (ГОСТ 30390-95 / ГОСТ 50763-95), Москва, 2006 г.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Картофель	39,0	39,0
Горох лущеный	12,0	12,0
Лук репчатый	7,5	7,5
Морковь	7,5	7,5
Петрушка (корень)	2,1	2,1
Масло сливочное	1,5	1,5
Соль пищевая йодированная	0,9	0,9
Бульон мясной прозрачный №99.2	-	120,0
или Отвар овощной	120,0	120,0
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	10,0	4,0	86,0

Технология приготовления: горох перебрать, помыть, положить в холодную воду на 3-4 ч (2-3 л. воды на 1 кг.), затем воду слить, снова залить горох холодной водой и варить без соли при закрытой крышке до размягчения. Картофель нарезать крупными кубиками, морковь - мелкими кубиками. Нашинковать лук, петрушку. Морковь, петрушку припустить, лук бланшировать, а затем пассеровать. В кипящий бульон (или овощной отвар) положить подготовленный горох, картофель, припущенные морковь и петрушку, пассерованный лук и варить до готовности. **Бульон мясной прозрачный №99.2.** Из костей варят бульон. Для приготовления отяжки мясо пропускают через мясорубку, заливают холодной водой (1,5-2 л. воды на 1 кг. мяса), добавляют соль и настаивают на холоде в течение 1-2 час. Можно добавить пищевой лед вместо части воды. Перед окончанием настаивания в смесь добавляют слегка взбитые яичные белки и перемешивают отяжку. Для придания мясному прозрачному бульону свойственного ему коричневого оттенка и аромата морковь, лук и белые коренья подпекают до образования светло-коричневой корочки, не допуская подгорания. Сваренный бульон охлаждают до 50°С - 60°С, частью его разводят отяжку, вводят ее в бульон и осторожно размешивают, добавляют подпеченные лук и коренья. Бульон с отяжкой нагревают и проваривают при слабом кипении 1-1,5 час. до тех пор, пока отяжка не осядет на дно. При этом бульон не только осветляется, но и обогащается из отяжки растворимыми питательными веществами. По окончании варки с бульона снимают жир, осторожно процеживают и снова доводят до кипения. Хранят на мармите не более 2 часов.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Печень по-строгановски.

Номер рецептуры: 104

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.
Печень говяжья	63,18	52,44
Масло сливочное	1,8	1,8
Лук	7,56	6,3
Морковь	12,6	10,08
Мука пшеничная	1,8	1,8
Сметана	6,3	6,3
Вода питьевая	21,0	21,0
Соль пищевая йодированная	0,15	0,15
~ Масса тушеной печени	-	35,64
~ Масса припущенного лука	-	3,18
~ Масса припущенной моркови	-	9,3
~ Масса соуса	-	27,0
~ Масса п/фабриката	-	75,0
Выход		60,0

Химический состав данного блюда на 60 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
8,0	6,0	4,0	5,0	105,0

Технология приготовления: печень размораживают, промывают, очищают от желчных протоков, удаляют пленку, нарезают брусочками длиной 3-4 см. весом 5-7 г., тушат в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного. Обработанные морковь и репчатый лук припускают до готовности в отваре из печени. Печень и припущенные овощи соединяют, солят, заливают сметанным соусом, приготовленным из подсушенной муки, бульона (или воды), сметаны и тушат до готовности (10-15 минут). Отпускают вместе с соусом. Температура подачи +65°C. Срок реализации 2-3 часа. Способ приготовления из консервов: Печень по-строгановски (консервы) разогреть, не вскрывая в водяной бане при температуре 60°C. Затем консервы вскрыть и порционировать. **Требования к качеству:** консистенция печени и овощей мягкая, сохранена форма нарезки. Вкус и запах свойственные отварной печени, овощам и сметане.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Картофельное пюре.

Номер рецептуры: 58

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.
Картофель	126,0	88,2
Молоко	33,6	33,6
Масло сливочное	3,0	3,0
Соль пищевая йодированная	1,2	1,2
Масса отварного картофеля	-	85,56
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	6,0	3,0	99,0

Технология приготовления: очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем состоянии через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы. **Требования к качеству:** цвет бело-кремовый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла. Не допускается: Цвет с синеватым оттенком, с темными глазками, кусочки не протертого картофеля, запах подгорелого молока, вкус водянистый.



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

Номер рецептуры: 401в

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) на 100 грамм блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Ряженка	154,17	150,0
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	4,0	-	51,0

Технология приготовления: кисломолочные продукты наливают непосредственно в стакан.

Требования к качеству. Внешний вид: стакан с густой жидкостью белого или светло-кремового цвета. Консистенция: жидкая, сметанообразная. Цвет: от белого до светло-кремового. Вкус: молочно-кислый. Запах: кисломолочных продуктов.



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

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	84,00	1284,0	1078,56
Меланж	27,00	353,1	95,34
Молоко	12,00	856,0	98,44
Натрий двууглекислый	50,00	32,1	16,05
Шиповник сухой	86,00	265,0	227,9
Соль пищевая йодированная	96,50	42,8	41,302
Итого	90,0	11393,0	9183,48
Выход	-	10000,0	9050,32

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,0	2,0	13,0	5,0	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 шиповником). 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): Икра кабачковая для детского питания.

Номер рецептуры: 57

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.
Икра кабачковая для детского питания	42,0	40,0	63,0	60,0
Выход	-	40,0	-	60,0

Химический состав данного блюда на 40 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
0,48	1,89	3,08	3,0	31,0

Химический состав данного блюда на 60 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
0,72	2,82	4,62	4,5	47,0

Технология приготовления: готовый продукт промышленного производства. Икру из банки порционируют, не перемешивая, в виде горки. Рисунок наносят ложкой.

Требования к качеству. Внешний вид: икра на тарелке в виде горки с рисунком, нанесенным ложкой. Консистенция: однородная. Цвет: светло-коричневый. Вкус: сладковатый. Запах: вареных кабачков и входящих по рецептуре продуктов.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Голубцы ленивые.

Номер рецептуры: 94

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

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Говядина (I категории)	101,25	97,5
Капуста белокочанная	135,0	108,0
Рис	12,0	12,0
Масло растительное	1,5	1,5
Томат-паста	1,5	1,5
Масло сливочное	3,75	3,75
Сметана	3,0	3,0
Бульон мясной прозрачный №162	-	18,0
Соль пищевая йодированная	1,8	1,8
~ Масса отварного мяса	-	29,25
~ Масса припущенной капусты	-	99,3
~ Масса рассыпчатой каши	-	36,0
Выход	-	150,0

Химический состав данного блюда на 150 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
4,0	4,0	14,0	1,0	187,0

Технология приготовления: подготовленное мясо варят, охлаждают, пропускают через мясорубку 2 раза. Рисовую крупу перебирают, промывают и варят до полуготовности. Мясо соединяют с отваренным рисом, добавляют соль и перемешивают. Белокочанную капусту нарезают мелкой соломкой, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят до полуготовности, перекладывают в дуршлаг, дают стечь отвару. Подготовленную капусту соединяют с мясом и рисом, перемешивают, добавляют бульон, масло, томат-пасту и тушат 30-40 минут. В конце тушения добавляют сметану и доводят блюдо до кипения.

Требования к качеству: капуста мелкая, фарш сочный, вкус и запах свойственные тушеному мясу и капусте.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Омлет с овощами.

Номер рецептуры: 234

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.
Яйца категории Д1	¾ шт.	30,0	1 шт.	40,0
Молоко	11,0	11,0	15,0	15,0
Морковь	14,0	11,0	19,0	15,0
Молоко	5,0	5,0	6,0	6,0
Масса припущенной моркови	-	10,0	1,0	14,0
Лук зеленый	5,0	4,0	6,0	5,0
Капуста свежая белокочанная	11,0	8/7	14,0	11/10
Масло сливочное	3,0	3,0	4,0	4,0
Масса готового омлета	-	60,0	-	80,0
Масло сливочное	5,0	5,0	5,0	5,0
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.	
4,07	9,27	1,61	1,95	104,0

Химический состав данного блюда на 85 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
5,58	5,18	2,83	3,5	135,0

Технология приготовления: мелко шинкованную белокочанную капусту припускают с морковью и молоком до готовности, выкладывают на смазанный маслом противень, заливают омлетной смесью; запекают в жарочном шкафу в течение 10-15 минут. При отпуске посыпают шинкованным зеленым луком, поливают прокипяченным сливочным маслом. **Требования к качеству.** Внешний вид: поверхность зарумянена, без подгорелых мест. Консистенция: мягкая, сочная, пышная Цвет: свойственный продуктам, входящим в состав блюда. Вкус: запеченных яиц и овощей. Запах: запеченных яиц и овощей.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Борщ на мясном бульоне со сметаной.

Номер рецептуры: 30

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.
Свекла	21,0	16,8
<i>или</i> Свекла быстрозамороженная	16,8	16,8
Картофель	21,0	14,7
<i>или</i> Картофель быстрозамороженный	14,7	14,7
Капуста белокочанная	30,0	24,0
Морковь	9,0	7,2
<i>или</i> Морковь красная быстрозамороженная	7,2	7,2
Лук	6,0	4,8
<i>или</i> Лук репчатый быстрозамороженный	4,8	4,8
Кислота лимонная пищевая	0,075	0,075
Соль пищевая йодированная	1,5	1,5
Петрушка	3,0	2,25
Сахар	0,6	0,6
Сметана	0,6	0,6
Бульон мясной прозрачный	-	180,0
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	1,0	4,0	7,0	49,0

Технология приготовления: приготовить мясной бульон, вареное мясо вынуть из бульона, бульон процедить. В кипящий мясной бульон положить картофель, нарезанный брусками (быстрозамороженный картофель кладут не размораживая), варить минут 7-10 мин. Свеклу очистить, промыть, мелко нарезать или натереть на крупной терке. Тушить (замороженную свеклу - не размораживая) в небольшом количестве бульона с добавлением лимонной кислоты в закрытой посуде в течение 30 минут, сначала на сильном огне, затем на тихом. Подготовленные мелко нарезанные овощи (замороженные овощи - не размораживая): белокочанную капусту, морковь, нашинкованные соломкой, мелко нарезанный репчатый лук, корень петрушки, соль, сахар положить в кипящий мясной бульон с картофелем и варить до готовности. За 10 мин. до готовности добавить тушеную свеклу. Готовый суп заправить сметаной и прокипятить. **Требования к качеству:** цвет бульона малиново-красный. Овощи сохранили форму нарезки, консистенция овощей мягкая.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Тефтели рыбные.

Номер рецептуры: 261

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.
Омуль	73,75	67,5
<i>или</i> Чир	71,25	67,5
<i>или</i> Муксун	71,25	67,5
Пшеничный хлеб	16,25	16,25
Молоко	27,5	27,5
<i>или</i> Вода питьевая	27,5	27,5
Мука пшеничная	6,25	6,25
Масло растительное	3,75	3,75
-	-	117,5
Выход	-	100,0

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
7,64	6,58	9,1	1,58	126,0

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.
0,06	0,07	14,74	3,03	42,21	104,31	14,74	0,5

Технология приготовления: филе рыбы измельчают вместе с замоченным в молоке или воде хлебом. Фарш хорошо перемешивают, формируют тефтели, панируют в муке, выкладывают на противень, смазанный растительным маслом, и запекают в жарочном шкафу (5-8 минут). Затем заливают соусом с добавлением 10% воды и тушат до готовности (10-15 минут). Отпускают с соусом сметанным. Гарниры - овощи отварные, пюре картофельное, пюре из тыквы, капуста, тушенная в молоке. **Требования к качеству.** Внешний вид: тефтели в виде шариков с равномерной мягкой корочкой, без трещин, покрытые соусом, сбоку гарнир. Консистенция: тефтелей - в меру плотная, сочная, однородная. Цвет: корочки - светло-коричневый, на разрезе - светло-серый. Вкус: запеченной рыбы, приятный. Запах: запеченной рыбы, приятный.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Гренки из пшеничного хлеба.

Номер рецептуры: 140

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.-Перьм, 2018. -385 с.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Хлеб пшеничный формовой	1875,0	1875,0
Выход:	-	1000,0

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
139,7	14,7	857,9	-	4123,0

Технология приготовления: батоны пшеничного хлеба очищают от корок, нарезают кубиками (10*10 мм.) и подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу. Корки хлеба используют для приготовления панировочных сухарей **Требования к качеству:** гренки должны быть одинаковые по размеру, хрустящие, белого цвета. Не допускается наличие корочек батона.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Кекс «Столичный».

Номер рецептуры: 487

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.
Мука пшеничная	15,595	15,595
Сахар	11,7	11,7
Масло сливочное	11,695	11,695
Меланж	9,36	9,36
Соль пищевая йодированная	0,045	0,045
Изюм	11,695	11,695
Пудра рафинадная	0,545	0,545
Эссенция	0,045	0,045
Сода пищевая	0,05	0,05
-	-	60,735
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	28,0	-	98,0

Технология приготовления: размягченное сливочное масло взбивают в течение 7-10 минут, добавляют сахар и взбивают еще 5-7 минут, постепенно вливая меланж. К взбитой массе добавляют подготовленный изюм, эссенцию, соду и соль, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто. Тесто раскладывают в формы, предварительно смазанные маслом или выстланные бумагой, и выпекают при температуре 205-215°C в течение 25-30 минут. Выпеченные и охлажденные кексы посыпают рафинадной пудрой. Рекомендуется для детей старшей возрастной группы. **Требования к качеству.** Внешний вид: кекс прямоугольной или круглой формы, поверхность посыпана рафинадной пудрой, на разрезе виден равномерно распределенный изюм. Консистенция: мякиш плотный. Цвет: желтый. Вкус: сладкий. Запах: свежесдобитого теста, приятный.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из моркови и яблок.

Номер рецептуры: 41

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.
Морковь	938,0	750,0
Яблоки свежие	284,0	250,0
Или чернослив	222,0	250,0
Сахар	10,0	10,0
Выход	-	1000,0

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
8,61	52,2	78,71	69,5	819,0

Технология приготовления: сырую очищенную морковь нарезают мелкой соломкой. Яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают соломкой. Чернослив предварительно замачивают (20-30 минут) в горячей воде, удаляют косточки и нарезают. Морковь соединяют с яблоками или черносливом, добавляют сахар, припускают 3 минуты при температуре 85°С. При отпуске салат перемешивают. Выход блюда определяется возрастной группой. **Требования к качеству.** Внешний вид: морковь нарезана соломкой, яблоками ломтиками. Салат уложен горкой. Консистенция: мягкая, сочная. Цвет: свойственный моркови, яблокам и черносливу. Вкус: свойственный моркови, яблокам и черносливу. Запах: свойственный входящим в блюда продуктам.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Вареники ленивые с творогом.

Номер рецептуры: 229

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).

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Творог	100,44	98,4
Мука пшеничная	13,8	13,8
Сахар	7,2	7,2
Яйцо категории Д1	7,2	7,2
Соль пищевая йодированная	0,3	0,3
Выход	-	120,0

Химический состав данного блюда на 120 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
10,0	10,0	20,0	1,0	247,0

Технология приготовления: в протертый творог вводят муку, яйца, сахар, соль и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Затем массу раскатывают пластом толщиной 10-12 мм. и нарезают на полоски шириной 25 мм. Полоски нарезают на кусочки прямоугольной или треугольной формы. **Требования к качеству.** Внешний вид: кусочки прямоугольной или треугольной формы. Консистенция: однородная, мягкая. Цвет: белый. Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо. Запах: слабовыраженный запах творога и продуктов, входящих в блюдо.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Чай с молоком.

Номер рецептуры: 460

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.
Чай заварка	50,0	50,0
Молоко пастеризованное 2,5%	50,0	50,0
Вода питьевая	150,0	150,0
Сахар-песок	10,0	10,0
Выход	-	200,0

Химический состав данного блюда на 200 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,6	1,3	11,5	0,3	64

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.
-	-	-	0,02	7,9	9,1	5	0,87

Технология приготовления: чай заваривают в фарфоровом чайнике. Чайник ополаскивают горячей водой, насыпают чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1/3 объема чайника, настаивают 5-10 мин., накрывают салфеткой, после чего доливают кипятком. Зеленый кирпичный чай перед завариванием измельчают. Кроме того, для приготовления чая можно использовать чай, выпускаемый в пакетиках для разовой заварки. Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Не следует смешивать сухой чай с заваренным. Горячее молоко или сливки подают в молочнике.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша молочная «Дружба».

Номер рецептуры: 134

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.
Рис	12,0	12,0
Крупа пшеничная	15,0	15,0
Молоко	77,25	77,25
Вода питьевая	51,75	51,75
Сахар	3,75	3,75
~ <i>Масса каши</i>	-	150,0
Масло сливочное	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.	
5,0	6,0	46,0	-	174,0

Технология приготовления: крупы перебирают, промывают. Рис засыпают в кипящую, подсоленную воду, перемешивают, варят 10-15 мин., заливают горячее кипящее молоко и засыпают пшено, сахар, перемешивают и варят до готовности, периодически помешивая. Кашу можно готовить на цельном молоке. При отпуске поливают растопленным сливочным маслом.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Яйца вареные.

Номер рецептуры: 209

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.
Яйца категории Д1 (в шт.)	1,0	40,0
Выход	-	1 шт.

Химический состав данного блюда на 40 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
5,0	4,6	0,3	-	63,0

Технология приготовления: яйца категории Д1 погружают в кипящую подсоленную воду (3 л. воды и 40-50 г. соли на 10 яиц) и варят вкрутую 8-10 мин. с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

Требования к качеству. Внешний вид: круглоовальной формы, без трещин на поверхности. Консистенция: умеренно плотная. Цвет: белок – белый, желток – желтый. Вкус: свежего вареного яйца, приятный. Запах: слабовыраженного сероводорода.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп фасолевый.

Номер рецептуры: 93

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.
Фасоль	120,0	120,0
Картофель	373,0	280,0
Вода или бульон	1200,0	1200,0
Лук репчатый	50,0	42,0
Морковь	80,0	64,0
Укроп	1,5	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.	
28,68	3,48	94,44	47,0	524,0

Технология приготовления: фасоль перебирают, промывают и замачивают в холодной воде 2-3 часа или в горячей воде при температуре 90°С – 1 час. Очищенный картофель нарезают крупными кубиками, морковь и лук - мелкими кубиками. Подготовленную фасоль варят в той же воде в течение 1,5 часов без соли на слабом огне, при закрытой крышке, до полной готовности. Затем добавляют подготовленный картофель и варят 7-10 минут. Затем вводят в суп морковь, лук, йодированную соль и варят до готовности. В конце варки добавляют мелко нарезанный укроп и доводят до кипения. Выход порции определяют возрастной группой.

Требования к качеству. Внешний вид: овощи сохранили свою форму, не разварены. Консистенция: овощи мягкие, соблюдено соотношение жидкой и плотной частей. Цвет: овощи сохранили свой цвет. Вкус: умеренно соленый, свойственный овощам. Запах: характерный для данного вида сырья.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Биточки паровые мясные.

Номер рецептуры: 289

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). Санитарные правила по производству и реализации Якутских национальных блюд и пищевых продуктов, 1996 г. 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	50,0	37,0
<i>или</i> Оленина	53,0	37,0
<i>или</i> Жеребятина	55,0	37,0
Пшеничный хлеб	9,0	9,0
Молоко	11,0	11,0
<i>или</i> Вода питьевая	11,0	11,0
Масло сливочное	2,0	2,0
Масса полуфабриката	-	57,0
- масса припущенных биточков	-	50,0
Соус 326,330	-	30,0
Выход:	-	80,0

Химический состав данного блюда на 80 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
5,0	6,0	6,0	-	110,0

Технология приготовления: в котлетную массу добавляют масло сливочное, формируют биточки, варят на пару 20-25 мин. или припускают в сотейнике под крышкой 15-20 мин. Отпускают с соусом молочным или сметанным. Гарниры - рис припущенный, пюре картофельное, овощи в молочном соусе. **Требования к качеству.** Внешний вид: биточки правильной кругло-приплюснутой формы, поверхность и края ровные, без трещин, сбоку - соус и гарнир. Консистенция: биточков - мягкая, сочная, однородная, пышная, соуса - эластичная, однородная. Цвет: поверхности и на разрезе - от светло-серого до серого. Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо. Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.



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

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	Расход сырья и полуфабрикатов		
	Массовая доля сухих веществ, %	Расход сырья на 10 кг готовых изделий, г	
		в натуре	в сухих веществах
Мука пшеничная в/с + на подпыл	85,5	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
Натрий двууглекислый	50,0	32,1	16,05
Ягодный порошок	94,0	265,0	227,9
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 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,0	2,0	13,0	5,0	100,0

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 ягодным порошком). Замешивают тесто в течение 1-3 мин. Влажность готового теста равна 16-18%. Тесто раскатывают до толщины 4,5-5,0 мм. и с помощью выемок формируют печенье круглой формы. Выпекают при температуре 200-220⁰С в течение 6-8 минут.

Внешний вид	Цвет	Консистенция	Вкус и запах
Форма круглая. Поверхность ровная, без вздутий. Окраска равномерная с вкраплениями. Толщина не выше 8 мм.	От светло-желтого до светло-коричневого равномерная с вкраплениями используемого сырья.	Рассыпчатая	Выраженные, свойственные вкусу и запаху компонентов-ягод, входящих в рецептуру печенья, без посторонних привкуса и запаха.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Рыба белая припущенная.

Номер рецептуры: 303

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/под ред. Ф.Л. Марчука. -Красноярск: изд. Буква, 1999. – 639 с. Сборник рецептур 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.
Омуль	157,0	94,0
<i>или</i> Чир	169,0	91,0
<i>или</i> Щука (кроме морской)	198,0	91,0
<i>или</i> Муксун	169,0	91,0
Из полуфабрикатов:		
Щука (кроме морской)	120,0	91,0
Лук репчатый	4,0	3,0
Петрушка (корень)	4,0	3,0
Или сельдерей (корень)	4,0	3,0
Масса припущенной рыбы	-	75,0

*- из табл. Расчет расхода сырья, выхода полуфабрикатов и готовых изделий из рыб с костным скелетом (всех семейств) при использовании сырья и рыбы специальной разделки.

Химический состав данного блюда на 75 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
15,0	7,3	3,0	5,84	119,0

Технология приготовления: рыбу промывают в проточной питьевой воде, чистят, разделяют на филе с кожей без костей, опять промывают и порционируют. Репчатый лук перебирают, очищают от кожицы, промывают, нарезают полукольцами. Порционные куски рыбы кладут в посуду в один ряд, подливают горячую воду, солят, добавляют репчатый лук и припускают 10-15 мин. При отпуске рыбу гарнируют и поливают соусом или маслом. **Требования к качеству:** целый припущенный кусок рыбы, уложен на тарелку и полит маслом или соусом, сбоку-гарнир. Консистенция: мягкая, допускается легкое расслаивание у морского окуня. Цвет: рыбы на разрезе – белый или светло-серый. Вкус: рыбы в сочетании с соусом или маслом, умеренно соленый. Запах: рыбный, с ароматом соуса.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Пудинг пшеничный.

Номер рецептуры: 249

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 питьевая	166,0	166,0
Крупа пшено шлифованная	58,0	57,4
Молоко пастеризованное 2,5%	50,0	50,0
Яйцо категории Д1	23,0	20,1
Сахар-песок	16,0	16,0
Сметана 15%	4,0	4,0
Сухари	4,0	4,0
Масло сливочное	4,0	4,0
Масло сливочное для смазывания форм	2,0	2,0
Выход	-	200,0

Химический состав данного блюда 200 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
10,8	9,1	56	0,3	349,0

Химический состав данного блюда 200 г.:

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг
0,24	-	80,3	0,3	96,9	220,8	56,8	2,29

Технология приготовления: готовую вязкую кашу охлаждают до 60-70°C, добавляют в нее растертые с сахаром желтки, масло сливочное перемешивают. Подготовленную массу выкладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень слоем 3-4 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. **Требование 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 морской капусты с растительным маслом.

Номер рецептуры: 18

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.
Морская капуста	70,0	70,0
Морковь	30,0	30,0
Клюква	10,0	9,5
Масло растительное	7,0	7,0
Сахар	5,0	5,0
Соль пищевая йодированная	0,24	0,24
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	4,0	3,0	86,0

Технология приготовления: Готовую отварную морскую капусту промышленного производства выкладывают в емкость. Морковь промывают, очищают, натирают на терке. Клюкву перебирают, хорошо промывают, обдают кипяченой водой. Подготовленные продукты смешивают, посыпают сахаром и заправляют растительным маслом. Допускается использование готовых салатов из капусты морской маринованной (без добавления уксуса и острых приправ) промышленного производства.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп-пюре из разных овощей.

Номер рецептуры: 132

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 или бульон	750,0	750,0
Морковь	155,0	120,9
Молоко пастеризованное 2,5%	150,0	150,0
Капуста белокочанная	125,0	100,0
Картофель	120,0	90,0
Лук репка	48,0	40,3
Масло сливочное	20,0	20,0
Мука пшеничная в/с	20,0	20,0
Соль пищевая йодированная	8,0	8,0
Выход блюда	1000,0	

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
11,8	18,9	37	22,5	366

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.
0,24	-	106	1,3	311,3	325	111,5	3,19

Технология приготовления: все овощи, кроме картофеля, мелко шинкуют. В кипящую воду закладывают капусту, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный крупными кубиками, доводят до кипения, снимают пену и добавляют припущенную с маслом морковь, бланшированный и слегка пассерованный лук и варят до готовности при слабом кипении. Отвар сливают, овощи немедленно протирают горячими. На отваре готовят белый соус. Протертые овощи соединяют с белым соусом, разводят отваром, добавляют соль пищевую йодированную, проваривают 5-7 минут. Готовый суп заправляют кипящим молоком и сливочным маслом, доводят до кипения. Отпускают, посыпая рубленой зеленью. Температура подачи: 65°С -75°С. Срок реализации не более двух часов с момента приготовления. **Требования к качеству:** суп – однородная масса, без комков заварившейся муки, кусочков не протертых продуктов и поверхностных пленок. Консистенция эластичная, «густых сливок». Цвет белый с розовым оттенком. Вкус нежный в меру соленый.



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

Номер рецептуры: 353

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.
Печень говяжья, мороженая	136,0	112,8
Или печень говяжья охлажденная	120,0	112,0
Лук репка	54,0	45,3
Крупа рисовая	23,0	22,7
Масло сливочное	10,0	10,0
Яйцо категории Д1	9,2	8,0
Яйцо категории Д1 для смазки	3,5	3,5
Масло растительное для смазки	3,0	3,0
Соль пищевая йодированная	0,74	0,74
Выход блюда	185,0	

Химический состав данного блюда на 185 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
22,1	10,9	20,4	10,6	268,0

Химический состав данного блюда на 185 г.:

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,14		9316,3	1,3	34,2	407	34,2	8,22

Технология приготовления: печень промывают в холодной воде, снимают пленку, вырезают внутренние кровеносные сосуды. Подготовленную печень пропускают через мясорубку. Из рисовой крупы варят рассыпчатую кашу на воде и охлаждают до 60-70°C. Очищенный промытый репчатый лук нарезают и припускают с маслом сливочным. Печень соединяют с рассыпчатой кашей, добавляют лук, яйца, соль йодированную и перемешивают. На смазанный маслом противень выкладывают массу, поверхность смазывают яйцом и запекают. При отпуске запеканку нарезают по одному куску на порцию. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом или соусом сметанным. Температура подачи 65°C. Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: внешний вид: запеканка нарезана ровными кусками, поверхность без трещин, блюдо полито соусом или маслом. Консистенция мягкая, нежная. Цвет корочки – свойственный запеченному продукту. Вкус и запах запеченной печени и продуктов, входящих в блюдо.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из моркови с яблоками и курагой.

Номер рецептуры: 23

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.
Морковь	98,0	76,4
Яблоки	15,0	13,2
Абрикосы сушеные без косточки (курага)	5,6	5,6
Масса набухших сухофруктов	8,4	8,4
Масло растительное	6,0	6,0
Сахар-песок	1,2	1,2
Выход блюда	100,0	

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,3	6,1	10,1	3,6	101,0

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.
0,05	-	-	3,3	30,8	50,9	35,5	0,99

Технология приготовления: морковь моют, очищают, ошпаривают, нарезают соломкой. Очищенные яблоки с удаленным семенным гнездом нарезают тонкими ломтиками. Курагу проваривают и нарезают кусочками. Морковь соединяют с яблоками и курагой, добавляют сахар, заправляют маслом растительным и перемешивают. Температура подачи от 10 до 14°С. Срок реализации не более одного часа с момента приготовления. **Требования к качеству:** салат уложен горкой. Консистенция мягкая, сочная. Цвет оранжевый. Вкус, свойственный моркови, яблокам и кураге. Запах яблок и моркови.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Оладьи из творога.

Номер рецептуры: 253

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	29,4	29,0	59,6	59,0
Мука пшеничная	11,0	11,0	21,0	21,0
Сахар	3,0	3,0	6,0	6,0
Яйцо категории Д1	1/10 шт.	4,0	1/5 шт.	8,0
Молоко	12,0	12,0	24,0	24,0
Масло растительное	2,0	2,0	3,0	3,0
Масса готовых оладий	-	50,0	-	100,0
Варенье	20,0	20,0	30,0	30,0
или молоко кипяченое	105,0	100,0	158,0	150,0
Выход с вареньем	-	70,0	-	130,0
С молоком	-	150,0	-	250,0

Химический состав данного блюда на 70 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Вит С, мг.	
6,95	5,3	11,52	0,15	122,0

Химический состав данного блюда на 130 г.:

Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Вит С, мг.	
13,98	9,71	22,42	-	233,0

Технология приготовления: творог протирают, соединяют с молоком, добавляют муку, сахар, яйца и все тщательно перемешивают. Выпекают оладьи в жарочном шкафу при температуре 220-250°C до образования на поверхности румяной корочки. Отпускают по 1-2 шт. на порцию с вареньем или с кипяченым молоком. **Требования к качеству.** Внешний вид: оладьи круглой формы, равномерно обжарены. Консистенция: мягкая. Цвет: корочки – золотисто-желтый, на разрезе белый. Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо. Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Омлет натуральный с сыром.

Номер рецептуры: 211

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.
Яйцо категории Д1	1 шт.	40,0
<i>или</i> Меланж	40,0	40,0
Молоко <i>или</i> Вода питьевая	15,0	15,0
Сыр	8,5	8,0
Масло сливочное	2,0	2,0
Масса готового омлета	-	55,0
Масло сливочное	5,0	5,0
Выход	-	60,0

Химический состав данного блюда на 60 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
7,17	11,77	1,02	0,1	139,0

Химический состав данного блюда на 60 г.:

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,04	0,22	145,2	0,33	104,6	124,9	8,73	1,1

Технология приготовления: омлетную смесь смешивают с тертым сыром и запекают, как омлет натуральный (рец. №210). При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом. **Требования к качеству.** Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, без подгорелых мест. Консистенция: однородная, сочная. Цвет: золотисто-желтоватый. Вкус: свежих запеченных яиц, молока, сыра, сливочного масла. Запах: свежих запеченных яиц, сыра, сливочного масла.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из картофеля с зеленым горошком.
Номер рецептуры: 26

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	548,0	400,0
Морковь	188,0	150,0
Горошек зеленый консервированный	231,0	150,0
Лук зеленый	125,0	100,0
Огурец свежий	200,0	160,0
Масло растительное	50,0	50,0
Выход	-	1000,0

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Пищевые вещества				Энерг.ценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
19,69	52,42	97,77	156,0	942,0

Технология приготовления: отваренные в кожуре картофель и морковь очищают и нарезают мелкими ломтиками. Горошек зеленый консервированный прогревают и охлаждают. Огурцы очищают и нарезают мелкими ломтиками. Подготовленные продукты соединяют, заправляют маслом растительным и посыпают мелко нарезанным зеленым луком. Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству. Внешний вид: картофель, морковь, огурцы нарезаны мелкими ломтиками, салат уложен горкой, сверху посыпан мелко нарезанным зеленым луком. Консистенция: слегка плотноватая, огурцов – хрустящая. Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам. Вкус: вареных овощей и свежего огурца. Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам.



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

Номер рецептуры: 24

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.
Морковь	100,0	78,0
Виноград сушеный (изюм)	11,0	11,0
Или слива сушеная (чернослив)	10,8	10,8
Или абрикосы сушеные (курага)	10,6	10,6
Масса набухших сухофруктов	16,0	16,0
Сахар-песок	6,0	10,0
Масло растительное	6,0	6,0
Выход блюда	100,0	

Химический состав данного блюда на 100 гр.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
1,2	6,1	17,1	2,7	128,0

Химический состав данного блюда на 100 гр.:

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,06	-	-	3,0	29,2	55,8	33,8	0,86

Технология приготовления: сырую морковь моют, чистят, ошпаривают, нарезают соломкой. Изюм перебирают, заливают кипящей водой и дают набухнуть. Чернослив предварительно замачивают (20-30 мин.) в горячей питьевой воде (если есть, то удаляют косточки). Курагу тщательно промывают, заливают кипящей водой и дают набухнуть. Курагу и чернослив нарезают кусочками. Морковь соединяют с сухофруктами, добавляют сахар и масло растительное, перемешивают. Температура подачи от 10 до 14°C. Срок реализации не более одного часа с момента приготовления. **Требование к качеству:** салат уложен горкой, консистенция мягкая, сочная. Цвет оранжевый. Вкус и запах, свойственный моркови и виду используемых сухофруктов.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлеты мясные «Московские».

Номер рецептуры: 339

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. 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.
Говядина (мясо котлетное)	27,0	25,0
<i>или</i> Оленина	36,0	25,0
<i>или</i> Жеребятина	38,0	25,0
Вода	10,0	10,0
Хлеб пшеничный формовой	7,0	7,0
Масло растительное для смазки	2,0	2,0
Сухари	2,0	2,0
Лук репа	0,16	0,16
Соль пищевая йодированная	0,4	0,4
Выход блюда	41,0	

Химический состав данного блюда на 41 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
5,3	3,1	3,9	0,1	64,0

Химический состав данного блюда на 41 г.:

Витамины				Минералы			
В1, мг.	В2, мг.	А, мкг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
0,04	-	-	0,2	10,7	50,9	6,9	0,86

Технология приготовления: зачищенное мясо измельчают на мясорубке, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке или воде, добавляют йодированную соль, перемешивают и вторично пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты овально-приплюснутой формы толщиной 1,5-2 см. изделия панируют в сухарях или в белой сухарной панировке и обжаривают на раскаленной сковороде с маслом, нагретым до температуры 150-150°C 3-5 минут с двух сторон до образования легкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 250-280°C в течение 5-7 минут. Готовность определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности изделий, затем проверяют на разрезе. Отпускают с гарниром и поливают соусом или растопленным сливочным маслом. Гарниры: каши вязкие, пюре картофельное, овощи в молочном соусе. Соусы: молочный, сметанный. Температура подачи 65°C. Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления.

Требования к качеству: котлеты имеют правильную форму, запанированы тонким слоем. Поверхность без трещин. Покрыта румяной корочкой. Вкус в меру соленый, консистенция пышная, сочная, запах мяса. На разрезе однородная масса, без отдельных кусочков мяса, хлеба, сухожилий. Не допускается розовато-красный оттенок.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Ватрушка с джемом.

Номер рецептуры: 445.2

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.
Тесто для простых жареных пирожков №437.1	-	36,225
Мука пшеничная высшего сорта	1,0845	1,0845
Повидло	18,72	18,72
или Джем	18,72	18,72
Меланж	0,945	0,945
Кулинарный жир	0,1575	0,1575
Выход	-	50,0

Химический состав данного блюда на 50 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
2,0	2,0	13,0	-	81,0

Технология приготовления: Дрожжевое тесто для ватрушек готовят опарным способом. Из теста формируют шарики массой 58 или 29 г., укладывают их швом вниз на лист, смазанный жиром, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 5 см. делают в них углубление, которое заполняют начинкой по 30 или 15 г. соответственно. После полной расстойки ватрушки смазывают меланжем и выпекают при температуре 230-240°C 6-8 минут. При приготовлении ватрушек с повидлом меланжем смазывают только края теста, при этом смазывать края теста следует до заполнения лепешек повидлом.

Тесто для простых жареных пирожков. Дрожжевое тесто готовят двумя способами - опарным и безопарным. Безопарным способом тесто готовят преимущественно для изделий с малым содержанием сдобы (сахара, маргарина), опарным - для изделий с большим содержанием сдобы (тесто дрожжевое сдобное).



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из свежих овощей с яблоками.

Номер рецептуры: 17

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).

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г.	Нетто, г.
Морковь	11,95	9,5
Огурцы	10,0	10,0
Томат	14,1	12,0
Яблоки	17,15	12,0
Салат	4,0	4,0
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.	
-	3,0	3,0	6,0	36,0

Технология приготовления: морковь нарезают соломкой, припускают. Яблоки очищают, нарезают соломкой и припускают. Очищенные огурцы и подготовленные помидоры нарезают мелкими ломтиками и соединяют с морковью и яблоками, добавляют промытый и нарезанный салат. Продукты перемешивают. Салат перед отпуском заправляют растительным маслом и солью. Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству. Внешний вид: морковь, яблоки и салат нарезаны мелкой соломкой, огурцы и помидоры - ломтиками. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция: моркови и яблок - плотноватая, помидоров, огурцов, салата - плотная, хрустящая. Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам. Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам. Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Плов из курицы.

Номер рецептуры: 304

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010, С. 296.

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, г.	Нетто, г.
Курица	129,7	98,3	154,7	115,5
Масса отварной курицы	-	80,0	-	100,0
Масло сливочное	8,0	8,0	10,0	10,0
Морковь до 1 января	16,0	13,0	20,0	16,3
***с 1 января	17,3	13,0	21,7	16,3
Лук репчатый	11,0	9,0	13,8	11,3
Томатное пюре	7,0	7,0	8,8	8,8
Крупа рисовая	46,0	46,0	57,5	57,5
Масса готового риса с овощами	-	130,0	-	160,0
Выход	210,0		260,0	

Химический состав данного блюда:

Выход, г.	Пищевые вещества			Энергоценность, ккал.
	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	
80/130	20,30	17,00	35,69	377,00
100/160	25,38	21,25	44,61	471,25

Химический состав данного блюда:

Выход, г.	Минеральные вещества				Витамины		
	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг	Fe, мг.	B ₁ , мг.	C, мг.	A, мг.
80/130	45,10	47,50	199,30	2,19	0,06	1,01	48,00
100/160	56,38	59,38	249,13	2,74	0,08	1,26	60,00

Технология приготовления: курицу рубят на куски, обжаривают с двух сторон до образования корочки, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук, томатное пюре, заливают горячим бульоном или водой и дают закипеть. Затем кладут рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 40-50 минут в жарочный шкаф. **Требования к качеству.** Внешний вид: рис рассыпчатый, куриное мясо сохранило свою форму, не разварилось. Консистенция: мягкая. Цвет: мяса – серый, овощей – от светло- до темно-оранжевого. Вкус: в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу. Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Каша манная молочная.

Номер рецептуры: 416

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.
Крупа манная	37,4	37,4
Молоко	39,1	39,1
Вода питьевая	102,0	102,0
Выход	-	170,0

Химический состав данного блюда на 170 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
7,0	6,0	29,0	3,0	201,0

Технология приготовления: подготовленную крупу постепенно при помешивании в одну сторону, засыпают в кипящую смесь молока с водой. Смесь сухую «Нутринор» разводят до полного растворения 20 мл. теплой кипяченой водой (20 мл. воды входят в общее количество воды по рецептуре). Кашу варят при медленном кипячении, постоянно помешивая. За 5 минут до готовности вводят подготовленную сухую смесь «Нутринор». Время варки - 15-20 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом. **Требования к качеству.** Внешний вид: крупа белого цвета, хорошо набухшая. Консистенция: вязкая, однородная. Вкус: свойственный каше с молоком, не имеет привкуса. Запах: продуктов, входящих в состав блюда.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из вареной свеклы.

Номер рецептуры: 33

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.
Свекла	54,72	42,75
Масло растительное	2,25	2,25
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	4,0	42,0

Технология приготовления: отварную очищенную свеклу нарезают мелкой соломкой. При отпуске свеклу заправляют растительным маслом. **Требования к качеству.** Внешний вид: свекла нарезана мелкой соломкой, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Консистенция: мягкая, сочная. Цвет: темно-малиновый. Вкус: свойственный свекле и растительному маслу. Запах: свеклы и растительного масла.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Суп картофельный с макаронными изделиями.

Номер рецептуры: 208

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. 88

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Наименование сырья и полуфабрикатов	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г.	Нетто, г.	Брутто, г.	Нетто, г.
Картофель молодой до 1 сент.	75,0	60,0	93,8	75,0
***с 1 сентября по 31 октября	80,0	60,0	100,0	75,0
***с 1 ноября до 31 декабря	85,7	60,0	107,1	75,0
***с 1 января по 28-29 февраля	92,3	60,0	115,3	75,0
***с 1 марта	100,0	60,0	125,0	75,0
Макаронные изделия	8,0	8,0	10,0	10,0
Морковь до 1 января	10,0	8,0	12,5	10,0
***с 1 января	10,7	8,0	13,3	10,0
Лук репчатый	9,6	8,0	12,0	10,0
Масло растительное	2,0	2,0	2,5	2,5
Вода	150,0	150,0	188,0	188,0
Выход	200,0		250,0	

Химический состав данного блюда:

Выход	Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
200,0	2,15	2,27	13,71	6,60	83,80
250,0	4,69	2,84	17,14	10,25	166,75

Технология приготовления: в кипящую воду кладут подготовленные макароны, доводят до кипения и варят 10-15 минут, затем добавляют картофель, пассерованные морковь, лук и томатное пюре и варят до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с картофелем. При приготовлении супа с вермишелью или фигурными изделиями в кипящий бульон или воду кладут картофель, пассерованные овощи, томатное пюре, а вермишель или фигурные изделия добавляют за 10-15 минут до готовности супа. **Требования к качеству.** Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель, овощи и макаронные изделия, сохранившие форму. Консистенция: овощи и картофель мягкие, макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа. Цвет: супа – золотистый, жира на поверхности – светло-оранжевый. Вкус: умеренно соленый, свойственный картофелю и овощам. Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Котлеты, рубленные из кур, кролика, запеченные с молочным соусом.

Номер рецептуры: 296

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	
	I порция	
	Брутто, г.	Брутто, г.
Курица	77,0	37,0
<i>или кролик</i>	53,0	37,0
Хлеб пшеничный	9,0	9,0
Молоко или вода	13,0	13,0
Внутренний жир	2,0	2,0
Масса котлетной массы	-	57,0
Фарш: соус №329	-	25,0
Соус молочный № 330,332		
Масло сливочное	5,0	5,0
Сыр	3,3	3,0
Масса полуфабриката	-	90,0
Масса запеченных котлет	-	70,0
Выход		100,0
Гарнир №306,310		

* - мякоть без кожи и костей

Химический состав данного блюда на 100 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
9,27	12,64	9,73	0,53	191,0

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.
0,11	0,07	81,4	0,49	78,2	78,52	16,16	28,97

Технология приготовления: мясо курицы нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку. Измельченное мясо смешивают с замоченным в молоке или воде хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку и выбивают. Готовую котлетную массу порционируют, панируют в сухарях, придавая форму котлет. Готовые полуфабрикаты укладывают на смазанные маслом растительным противни, в середине котлеты делают углубление, заполняют густым молочным соусом, посыпают тертым сыром, сбрызгивают маслом сливочным и запекают при температуре 250-280°С в течение 20-25 мин. **Требования к качеству.** Внешний вид: изделия овально-приплюснутой формы, на поверхности углубление с равномерно запеченным молочным густым соусом. Консистенция: мягкая, сочная, нежная. Цвет: светло-коричневый, на разрезе светло-серый. Вкус: в меру соленый, свойственный запеченному мясу птицы. Запах: свойственный запеченному мясу курицы.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Суфле из белой рыбы.

Номер рецептуры: 268

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). 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	96,25	91,25
<i>или</i> Омуль	97,75	88,25
<i>или</i> Чир	96,25	91,25
-	-	72,5
Яйцо категории Д1	12,5	12,5
Масло растительное	3,75	3,75
-	-	115,0
Выход	-	-

Химический состав данного блюда на 115 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
17,0	8,0	4,0	-	158,0

Технология приготовления: филе рыбы припускают, охлаждают, измельчают, смешивают с густым молочным соусом, желтками яиц, тщательно выбивают, вводят взбитые яичные белки, выкладывают в формы, смазанные маслом, сбрызгивают маслом и запекают 15-20 мин. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом. Гарниры - каша вязкая, картофель в молоке, овощи отварные с маслом; пюре картофельное, пюре из моркови, пюре из свеклы; капуста тушеная; капуста, тушенная в молоке; капуста, тушенная с яблоками. **Требования к качеству.** Внешний вид: изделие воздушное, пышное, ровное без трещин, сбоку – гарнир. Консистенция: сочная, нежная Цвет: продуктов, входящих в блюдо. Вкус: отварной или запеченной рыбы. Запах: продуктов, входящих в блюдо.



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

Номер рецептуры: 230

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.
Крупа кукурузная	200,0	199,0
Вода	340,0	340,0
Молоко пастеризованная	500,0	500,0
Сахар	25,0	25,0
Масло сливочное	25,0	25,0
Соль пищевая йодированная	5,0	5,0
Выход	1000,0	

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
30,9	33	186,7	6,5	1168,0

Технология приготовления: крупу засыпают в кипящую воду и варят 20-30 мин., после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, йодированную соль, сахар и варят кашу до загустения, затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Необходимость вливать кипящее молоко вызвана тем, что нельзя прерывать процесс варки, иначе время его значительно возрастет. Температура подачи 65°C. Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления. **Требования к качеству:** консистенция текучая, однородная, зёрен – мягкая. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из помидоров с репчатым луком и растительным маслом.

Номер рецептуры: 22

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.
Соль пищевая йодированная	0,25	0,25
Томат	94,0	80,0
Лук	20,0	16,8
Растительное масло	7,0	7,0
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	6,0	18,0	89,0

Технология приготовления: томаты промыть, удалить плодоножки, нарезать кружочками. Репчатый лук, предварительно очистив от кожицы, мелко нашинковать, ошпарить кипятком (удаляя горечь). Соединить с томатами, добавить соль и заправить растительным маслом.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Щи по-уральски (с крупой).

Номер рецептуры: 72

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.
Геркулес	3,0	3,0
<i>или</i> Пшено	3,0	3,0
<i>или</i> Крупа перловая	3,0	3,0
<i>или</i> Крупа овсяная	3,0	3,0
<i>или</i> Рис	3,0	3,0
Томат-паста	7,5	7,5
Квашеная капуста	42,9	30,0
Морковь	7,5	6,0
Лук	7,2	6,0
Масло растительное	3,0	3,0
Бульон мясной №511(2011)	-	127,5
<i>или</i> 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	
1,0	3,0	4,0	7,0	50,0

Технология приготовления: в кипящий бульон или воду всыпают подготовленную крупу, доводят до кипения, кладут капусту тушеную, через 15-20 мин. после закипания добавляют припущенные овощи и варят щи до готовности. Рекомендуется для детей старшей возрастной группы. **Требования к качеству.** Внешний вид: в жидкой части щей - капуста квашеная, морковь и лук репчатый, нарезанные соломкой, крупа. Капуста и овощи не переварены Консистенция: коренья и лук - мягкие, капуста - слегка хрустящая, крупа - слегка разварившаяся, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей блюда. Цвет: желтый, жира на поверхности - оранжевый; овощей – натуральный. Вкус: кисло-сладкий, без лишней кислотности, умеренно соленый. Запах: продуктов, входящих в щи.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Плов из мяса (говядина, оленина).

Номер рецептуры: 90

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. 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.
Говядина (I категории)	75,0	55,5
<i>или</i> Оленина	75,0	55,5
~ Масса тушеного мяса	-	35,25
Рис	39,0	39,0
Масло растительное	6,0	6,0
Лук	8,25	6,75
Морковь	11,25	9,0
Томат-паста	3,75	3,75
~ Масса гарнира	-	114,75
Выход		150,0

Химический состав данного блюда на 150 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
10,0	12,0	26,0	1,0	263,0

Технология приготовления: Подготовленное мясо, нарезанное кусочками по 20-30 г. посыпают солью, обжаривают, добавляют пассерованные с томат-пастой морковь и лук. Мясо и овощи заливают бульоном или водой, доводят до кипения и всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф на 25-40 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томат-пасты.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Блины со сметаной, или повидлом, или джемом.

Номер рецептуры: 399.2

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.
Мука пшеничная	22,06	22,06
Сахар-песок	0,88	0,88
Вода	34,705	34,705
Дрожжи (прессованные)	0,88	0,88
Соль пищевая йодированная	0,44	0,44
~ Масса теста	-	57,355
Маргарин	1,47	1,47
<i>или</i> Кулинарный жир	1,175	1,175
<i>или</i> Масло растительное	1,175	1,175
~ Масса готовых блинов	-	44,12
Сметана	5,88	5,88
<i>или</i> Джем	5,94	5,88
<i>или</i> Повидло	5,94	5,88
<i>или</i> Мед	4,47	4,41
Выход	-	50,0

Химический состав данного блюда на 50 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
-	2,0	19,0	5,0	61,0

Технология приготовления: в небольшом количестве воды или молока растворяют соль, сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до температуры 35-40°C, добавляют муку, яйца и перемешивают до образования однородной массы, затем вводят растопленный жир и снова перемешивают до образования однородной массы. Замешанное тесто оставляют в теплом месте (25-35°C) на 3-4 часа. В процессе брожения тесто перемешивают (обминают). Блины выпекают с обеих сторон на нагретых чугунных сковородах, смазанных жиром; толщина блинов должна быть не менее 3 мм. Отпускают по 3 шт. на порцию.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Салат из яблок с черносливом.

Номер рецептуры: 31

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.
Яблоки свежие	739,0	650,0
Чернослив	240,0	270,0
Мед	90,0	90,0
Выход	-	1000,0

Химический состав данного блюда на 1000 г.:

Пищевые вещества				Витамин С, мг.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энерг.ценность, ккал.	
9,53	4,49	291,04	1243,0	73,1

Технология приготовления: у яблок удаляют семенное гнездо, нарезают соломкой и припускают в собственном соку с подготовленным черносливом 3 минуты при температуре 85°C. Перебранный и промытый чернослив заливают горячей водой и оставляют в ней до полного набухания и остывания. Затем из чернослива удаляют косточку, нарезают соломкой и добавляют к припущенным яблокам, перемешивают, заправляют медом. Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству: Внешний вид: яблоки чернослив нарезаны соломкой, сохраняют форму, равномерно перемешаны. Консистенция: плотноватая, сочная. Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам. Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам. Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Сырники из творога.

Номер рецептуры: 231

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.
Творог	122,4	120,0
Мука пшеничная	15,6	15,6
Яйцо категории Д1	4,8	4,8
-	-	136,8
Масло растительное	4,8	4,8
Выход	-	120,0

Химический состав данного блюда на 120 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
22,0	15,0	14,0	-	281,0

Технология приготовления: в протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, сахар, йодированную соль, ванилин (предварительно растворив его в горячей воде). Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см. нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см., ставят в жарочный шкаф и запекают при температуре 200-220°C в течение 15-20 минут. Отпускают с вареньем или соусами молочным, сметанным или сладким. **Требования к качеству.** Внешний вид: изделия правильной округло-приплюснутой формы; поверхность без трещин, равномерно запечены; политы вареньем, или соусом, или маслом. Консистенция: мягкая, умеренно плотная, пышная. Цвет: корочки - золотистый, на разрезе - светло-кремовый или желтоватый. Вкус: сладкий, свойственный творогу, без излишней кислотности, умеренно соленый. Запах: продуктов, входящих в блюдо.



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

Номер рецептуры: 4

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	80,0	64,0
Свекла	48,0	38,4
Масло растительное	10,0	10,0
Или заправка для салата	10,0	10,0
Лимонная кислота 2%	5,0	5,0
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	10,1	5,3	15,6	118,0

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.
0,02	-	-	4,5	43,9	34,2	17,8	0,88

Технология приготовления: свеклу отварную очищенную мелко шинкуют соломкой и соединяют с капустой белокочанной, добавляют соль йодированную и заправляют маслом растительным или заправкой для салата. Температура подачи: от 10-14°C. Срок реализации: не более одного часа с момента приготовления. **Требования к качеству:** салат уложен горкой. Овощи аккуратно нарезаны, нарезка сохранилась. Цвет и запах соответствуют виду используемых овощей.



Наименование кулинарного изделия (блюда): Макароны отварные с овощами.

Номер рецептуры: 257

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 в/с	52,5	52,5
Морковь	35,0	27,3
Горошек зеленый	15,8	10,2
Томатное пюре	12,0	12,0
Масло сливочное	6,0	6,0
Соль пищевая йодированная	3,0	3,0
Укроп	1,5	1,1
Выход	200,0	

Химический состав данного блюда на 200 г.:

Пищевые вещества				Энергоценность, ккал.
Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
6,8	4,6	34,2	3,7	206

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.
0,08		32,9	1,1	24,8	76,1	27,2	1,59

Технология приготовления: морковь нарезают соломкой и пассеруют с добавлением воды и сливочного масла, затем добавляют томатное пюре и продолжают пассеровать 5-7 минут. Консервированный зеленый горошек доводят до кипения в собственном отваре и откидывают. Макароны отваривают в большом количестве подсоленной воды (1:6), откидывают, добавляют к ним зеленый горошек, подготовленную морковь с томатным пюре, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160°C 6-7 минут, до температуры 90°C. При отпуске макароны посыпают зеленью. Температура подачи 65°C. Срок реализации: не более трех часов с момента приготовления. **Требования к качеству:** макаронные изделия легко отделяются друг от друга, сохранили форму. Цвет кремовый, вкус – отварных макарон и овощей в томате, без запаха затхлости.