

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 260

Наименование изделия: **АЗУ**

Номер рецептуры: **260**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	50	45
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	96	62,4
с 01.03 по 31.07	104	62,4
с 01.08 по 31.08	78	62,4
с 01.09 по 31.10	83,2	62,4
с 01.11 по 31.12	89,14	62,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	5,2	5,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,1	7,8
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ 1800	0 шт.	1
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10,4	7,8
с 01.09 по 31.12	9,75	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
Выход: 130		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,50
Жиры, г	12,20
Углеводы, г	11,00
Энергетическая ценность, ккал	192,90

В1, мг	0,10
С, мг	5,50
А, мг	0,20
Е, мг	2,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	16,70
Mg, мг	24,80
Р, мг	109,00
Fe, мг	1,70
К, мг	531,80
І, мкг	6,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Мясо, нарезанное брусочками по 10-15 г, обжаривают, заливают горячим бульоном или водой, добавляют пассерованную томатную пасту и тушат в течение 40-50 мин в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут соленые огурцы, нарезанные соломкой, пассерованный лук, соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют жареный картофель и тушат еще 15-20 мин.

За 5-10 мин до готовности кладут павловый лист. Для удобства порционирования картофель можно тушить отдельно.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **АПЕЛЬСИН**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
АПЕЛЬСИН	142,86	100
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,90
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	8,10
Энергетическая ценность, ккал	43,00

В1, мг	0,00
С, мг	60,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	34,00
Mg, мг	13,00
Р, мг	23,00
Fe, мг	0,30
К, мг	197,00
І, мкг	2,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Бананы промывают, очищают от кожуры. Нарезают кусочком.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 272

Наименование изделия: **БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ**

Номер рецептуры: **272**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	55,56	50
СВИНИНА МЯСНАЯ	37,6	32
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	14,4	14,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	22,9	19,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,8	4,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,5
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	15,00
Жиры, г	23,10
Углеводы, г	8,60
Энергетическая ценность, ккал	300,00

В1, мг	0,10
С, мг	0,80
А, мг	0,00
Е, мг	2,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	16,00
Mg, мг	21,90
Р, мг	139,50
Fe, мг	2,00
К, мг	307,10
І, мкг	6,40
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели). Котлеты, биточки и шницели можно готовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды.

Изделия укладывают на разогретую до 160-170° С смазанную маслом поверхность сковороды, противня или функциональной емкости и обжаривают на плите 3-5 мин. До готовности доводят в жарочном шкафу при температуре 250-280° С (5-7 мин).

Температура внутри изделия не ниже 85° С

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 62

Наименование изделия: **БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ**

Номер рецептуры: **62**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	32,2	29
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	38,4	28,8
с 01.09 по 31.12	36	28,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	22,5	18
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,8	5,8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	15,6	11,7
с 01.09 по 31.12	14,63	11,7
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	55,38	36
с 01.03 по 31.07	60	36
с 01.08 по 31.08	45	36
с 01.09 по 31.10	48	36
с 01.11 по 31.12	51,43	36
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6
УКРОП Сушен.	2,16 шт.	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,90
Жиры, г	8,10
Углеводы, г	10,30
Энергетическая ценность, ккал	143,10

В1, мг	0,00
С, мг	8,30
А, мг	0,20
Е, мг	1,80
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	39,00
Mg, мг	27,90
Р, мг	89,20
Fe, мг	1,80
К, мг	454,60
І, мкг	7,20
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Свеклу, капусту, лук нарезают соломкой, картофель - брусочками. Свеклу припускают с томатом, морковь и лук припускают. В кипящий бульон последовательно закладывают картофель, капусту, варят до полуготовности, затем добавляют припущенные овощи, соль и варят 10 минут. Сметану добавляют в готовый суп и доводят до кипения. Подают с отварной говядиной, для детей первой возрастной группы — 20 г, второй - 25 г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 467

Наименование изделия: **БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ**

Номер рецептуры: **467**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	18,5	18,5
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,4	6,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
ДРОЖЖИ	0,05 шт.	0,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	18,6	18,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,7	0,7
Выход: 65		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,60
Жиры, г	6,60
Углеводы, г	16,60
Энергетическая ценность, ккал	136,80

В1, мг	0,00
С, мг	0,10
А, мг	0,00
Е, мг	0,40
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,00

Са, мг	25,10
Mg, мг	5,20
Р, мг	31,70
Fe, мг	0,20
К, мг	54,60
l, мкг	2,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Приготавливают булочку домашнюю из дрожжевого теста с влажностью 34% формируют шарики, кладут их швом вниз на смазанные маслом растительным маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 мин. Поверхность шариков перед выпечкой посыпают сахаром-песком.

Булочку домашнюю можно выпекать массой 50 г.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ВАФЛИ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20
Выход: 20		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,60
Жиры, г	0,70
Углеводы, г	15,50
Энергетическая ценность, ккал	70,80

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	3,20
Mg, мг	2,00
Р, мг	7,20
Fe, мг	0,30
К, мг	28,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 262

Наименование изделия: **ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ**

Номер рецептуры: **262**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	68	54,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА 525	0 шт.	1,1
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	1,47	1,1
с 01.09 по 31.12	1,38	1,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,3	1,9
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0 шт.	0,004
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,4	16,4
ГОВЯДИНА Б/К	86	77,4
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	15,20
Жиры, г	13,90
Углеводы, г	3,60
Энергетическая ценность, ккал	199,80

В1, мг	0,00
С, мг	10,10
А, мг	0,00
Е, мг	1,20
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	31,40
Mg, мг	22,90
Р, мг	134,30
Fe, мг	2,20
К, мг	369,00
І, мкг	7,50
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Говядину нарезают на кусочки массой 20-30 г, соединяют со слегка обжаренным луком, нарезанным мелкими кубиками, и еще обжаривают 10-15 мин. Добавляют воду (30 г на одну порцию), мелко нарезанные помидоры, закрывают крышкой и тушат 20-25 мин. Затем добавляют бланшированный мелко нарезанный перец сладкий, капусту тушеную и тушат до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № к/к

Наименование изделия: **ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **к/к**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ 400	0 шт.	1
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	0,10
Энергетическая ценность, ккал	0,40

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	0,20
Mg, мг	0,20
Р, мг	0,50
Fe, мг	0,00
К, мг	1,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Банки обрабатывают в соответствии с санитарными правилами, вскрывают, горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течение 3-5 минут, затем отвар сливают и отпускают горошек как гарнир.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 259

Наименование изделия: **ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ**

Номер рецептуры: **259**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	61,11	55
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	86,2	86,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,6	4,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА 500	0,01 шт.	4,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	119,05	100
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	133,33	100
с 01.09 по 31.12	125	100
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	13,30
Жиры, г	9,90
Углеводы, г	18,70
Энергетическая ценность, ккал	218,30

В1, мг	0,20
С, мг	6,80
А, мг	2,00
Е, мг	1,50
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,20

Са, мг	85,70
Mg, мг	60,20
Р, мг	191,30
Fe, мг	3,10
К, мг	600,60
І, мкг	12,50
F, мг	0,10
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Нарезанное кубиками по 20-30 г и обжаренное мясо заливают бульоном или водой и тушат с добавлением пассерованной томатной пасты в закрытой посуде около часа. На бульоне, оставшемся после тушения, готовят соус, добавляя в него пассерованный лук, соль, заливают им мясо и тушат еще 25-30 мин. За 5-10 мин до готовности кладут лавровый лист. Гуляш можно готовить со сметаной (10-15 г на порцию).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ГУЛЯШ ИЗ ФИЛЕ КУР**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ФИЛЕ КУР	23	23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,6	1,4
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	1,87	1,4
с 01.09 по 31.12	1,75	1,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29	29
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,10
Жиры, г	4,50
Углеводы, г	19,90
Энергетическая ценность, ккал	148,20

В1, мг	0,00
С, мг	0,20
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	13,60
Mg, мг	9,30
Р, мг	58,30
Fe, мг	0,70
К, мг	85,50
l, мкг	1,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 224

Наименование изделия: **ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА**

Номер рецептуры: **224**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТВОРОГ НЕЖИРНЫЙ	40	40
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9
КРУПА МАННАЯ	4,3	4,3
САХАР ПЕСОК	3,7	3,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,50
Жиры, г	1,80
Углеводы, г	7,80
Энергетическая ценность, ккал	77,40

В1, мг	0,00
С, мг	0,10
А, мг	0,00
Е, мг	0,50
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	44,90
Mg, мг	8,60
P, мг	65,10
Fe, мг	0,10
K, мг	53,20
I, мкг	0,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Творог протирают, крупу просеивают, яйца обрабатывают в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

Протертый творог смешивают 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 смазанные маслом растительным и посыпанные сухарями противни или формы. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки.

Готовую выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Запеканку, приготовленную на противне, не выкладывая, нарезают на

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ИКРА КАБАЧКОВАЯ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	0 шт.	1
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	0,10
Энергетическая ценность, ккал	1,20

В1, мг	0,00
С, мг	0,10
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	0,40
Mg, мг	0,20
Р, мг	0,40
Fe, мг	0,00
К, мг	3,20
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЙОГУРТ 3,2% ЖИРНОСТИ СЛАДКИЙ 115	115 шт.	115
Выход: 115		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,80
Жиры, г	3,70
Углеводы, г	9,80
Энергетическая ценность, ккал	100,10

В1, мг	0,00
С, мг	0,70
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,20

Са, мг	136,90
Mg, мг	16,10
P, мг	110,40
Fe, мг	0,10
K, мг	161,00
I, мкг	10,40
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Пакеты обрабатывают в соответствии с санитарными правилами. Из пакетов йогурт наливают непосредственно в стаканы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 433

Наименование изделия: **КАКАО С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **433**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАКАО-ПОРОШОК	0 шт.	3,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99	99
САХАР ПЕСОК	5	5
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,40
Жиры, г	3,30
Углеводы, г	9,40
Энергетическая ценность, ккал	81,90

В1, мг	0,00
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	100,10
Mg, мг	24,80
P, мг	86,00
Fe, мг	0,80
K, мг	186,20
I, мкг	8,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (20 мл) и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 333

Наименование изделия: **КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ**

Номер рецептуры: **333**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	200	130
с 01.03 по 31.07	216,67	130
с 01.08 по 31.08	162,5	130
с 01.09 по 31.10	173,33	130
с 01.11 по 31.12	185,71	130
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	5,2	5,2
Выход: 130		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,50
Жиры, г	5,40
Углеводы, г	20,60
Энергетическая ценность, ккал	140,70

В1, мг	0,20
С, мг	10,40
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	29,50
Mg, мг	27,90
Р, мг	72,30
Fe, мг	1,40
К, мг	739,80
l, мкг	6,50
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л на 1 кг картофеля) и варят 30-40 мин. После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают картофель 2-3 мин.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № к/к

Наименование изделия: **КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	15,2	15
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	180	180
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,80
Жиры, г	9,70
Углеводы, г	20,90
Энергетическая ценность, ккал	199,80

В1, мг	0,20
С, мг	0,90
А, мг	0,00
Е, мг	1,10
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,20

Са, мг	188,90
Mg, мг	47,50
Р, мг	170,80
Fe, мг	1,20
К, мг	320,70
І, мкг	16,70
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупы перебирают, промывают, всыпают в кипящую воду вместе с солью и варят до полуготовности. Затем вливают горячее молоко, добавляют сахар и перемешивают. Варят на слабом огне под закрытой крышкой. В готовую кашу добавляют прокипяченное сливочное масло, все тщательно перемешивают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 323

Наименование изделия: **КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: **323**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	25,25	25
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	99,7	99,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
Выход: 130		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,10
Жиры, г	5,70
Углеводы, г	13,90
Энергетическая ценность, ккал	118,30

В1, мг	0,10
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	1,80
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	13,50
Mg, мг	46,20
P, мг	68,90
Fe, мг	1,60
K, мг	96,30
I, мкг	0,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупы перебирают и промывают в теплой, а затем в горячей воде. Гречневую крупу промывают теплой водой 2-3 раза.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Затем добавляют часть масла (50%), выравнивают поверхность, закрывают крышкой и распаривают кашу до готовности: рисовую, гречневую — около 1 ч. пшеничную, перловую — 1,5-2 ч.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 181

Наименование изделия: **КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ**

Номер рецептуры: **181**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30,3	30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	103,9	103,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,70
Жиры, г	5,90
Углеводы, г	16,60
Энергетическая ценность, ккал	133,20

В1, мг	0,10
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	2,10
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	15,20
Mg, мг	55,20
Р, мг	82,40
Fe, мг	1,90
К, мг	115,30
l, мкг	1,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную для варки крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют.

Кашу варят до загустения, помешивая.

Масло сливочное можно добавлять во время варки или использовать его, предварительно прокипятив, поливая кашу при отпуске.

Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше впреть.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 189

Наименование изделия: **КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА МАННАЯ	30	30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	76	76
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
САХАР ПЕСОК	2	2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,10
Жиры, г	7,50
Углеводы, г	26,00
Энергетическая ценность, ккал	191,30

В1, мг	0,00
С, мг	0,40
А, мг	0,00
Е, мг	0,90
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	87,60
Mg, мг	14,00
P, мг	79,10
Fe, мг	0,40
K, мг	151,30
I, мкг	6,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90-95° С почти полностью набухает и быстро разваривается. Поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 416

Наименование изделия: **КАША МАННАЯ**

Номер рецептуры: **416**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА МАННАЯ	20,8	20,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	87,1	87,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	103,8	103,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,8	4,8
САХАР ПЕСОК	11	11
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,05	0,05
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,90
Жиры, г	7,30
Углеводы, г	29,80
Энергетическая ценность, ккал	204,10

В1, мг	0,00
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	0,60
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	114,10
Mg, мг	15,70
Р, мг	91,30
Fe, мг	0,30
К, мг	179,80
І, мкг	9,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 189

Наименование изделия: **КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ" ГЕРКУЛЕС "ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
САХАР ПЕСОК	3,2	3,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,00
Жиры, г	9,50
Углеводы, г	23,80
Энергетическая ценность, ккал	208,80

В1, мг	0,20
С, мг	0,80
А, мг	0,00
Е, мг	0,80
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	169,10
Mg, мг	44,20
Р, мг	177,00
Fe, мг	1,00
К, мг	295,90
І, мкг	14,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Хлопья овсяные «Геркулес» засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 324

Наименование изделия: **КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ**

Номер рецептуры: **324**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	32	32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	119	119
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	110	110
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,00
Жиры, г	7,80
Углеводы, г	27,30
Энергетическая ценность, ккал	203,90

В1, мг	0,00
С, мг	0,60
А, мг	0,00
Е, мг	1,30
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	133,60
Mg, мг	25,20
Р, мг	174,10
Fe, мг	0,60
К, мг	216,90
І, мкг	9,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупу перебирают и промывают в теплой, а затем в горячей воде.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Затем добавляют часть масла (50%), выравнивают поверхность, закрывают крышкой и распаривают кашу до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 324

Наименование изделия: **КАША ПЕРЛОВАЯ**

Номер рецептуры: **324**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	32	32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	119	119
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,90
Жиры, г	4,40
Углеводы, г	20,80
Энергетическая ценность, ккал	134,10

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	1,30
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,00

Са, мг	18,40
Mg, мг	12,70
P, мг	94,40
Fe, мг	0,50
K, мг	56,30
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупы перебирают и промывают в теплой, а затем в горячей воде.

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую воду. При этом всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Затем добавляют часть масла (50%), выравнивают поверхность, закрывают крышкой и распаривают кашу до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 189

Наименование изделия: **КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПШЕНО	30,3	30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,5	59,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7
САХАР ПЕСОК	3,6	3,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,70
Жиры, г	9,10
Углеводы, г	30,90
Энергетическая ценность, ккал	236,40

В1, мг	0,20
С, мг	0,80
А, мг	0,00
Е, мг	0,90
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	165,50
Mg, мг	39,90
Р, мг	172,10
Fe, мг	1,00
К, мг	283,40
І, мкг	14,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено — не более 10 мин), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 417

Наименование изделия: **КАША ПШЕННАЯ**

Номер рецептуры: **417**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПШЕНО	30,3	30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,7	127,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8
САХАР ПЕСОК	4	4
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,70
Жиры, г	10,20
Углеводы, г	31,30
Энергетическая ценность, ккал	247,30

В1, мг	0,20
С, мг	0,80
А, мг	0,00
Е, мг	0,90
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	166,10
Mg, мг	40,40
Р, мг	171,80
Fe, мг	1,00
К, мг	283,70
І, мкг	14,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду. Сухую смесь «Нутринор» разводят до полного растворения в 40 мл теплой кипяченой воды (40 мл воды входят в общее количество воды по рецептуре). Кашу варят под крышкой на слабом огне, до готовности. За 7 минут до готовности вводят подготовленную сухую смесь «Нутринор». Время варки - 15-20 минут. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 189

Наименование изделия: **КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА РИСОВАЯ	43,43	43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,3	51,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	76,4	76,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
САХАР ПЕСОК	2	2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,00
Жиры, г	7,60
Углеводы, г	36,20
Энергетическая ценность, ккал	234,70

В1, мг	0,00
С, мг	0,40
А, мг	0,00
Е, мг	0,30
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	85,70
Mg, мг	28,60
Р, мг	114,50
Fe, мг	0,50
К, мг	155,80
І, мкг	7,50
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 189

Наименование изделия: **КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	27,1	26,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,6	61,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	91,7	91,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7
САХАР ПЕСОК	3,5	3,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,20
Жиры, г	6,00
Углеводы, г	24,60
Энергетическая ценность, ккал	174,50

В1, мг	0,10
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	0,10
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	118,00
Mg, мг	23,00
Р, мг	149,80
Fe, мг	0,60
К, мг	189,70
І, мкг	8,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № к/к

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	19	19
САХАР ПЕСОК	5	5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,40
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	17,00
Энергетическая ценность, ккал	71,20

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	20,90
Mg, мг	8,80
Р, мг	22,10
Fe, мг	0,50
К, мг	158,40
l, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя посторонние примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой и варят, затем добавляют сахар, лимонную кислоту и варят до готовности. Готовый компот охлаждают до 12-14° С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № к/к

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	19,4	19,4
САХАР ПЕСОК	15,6	15,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	196	196
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0 шт.	0,04
Выход: 200		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,40
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	27,50
Энергетическая ценность, ккал	113,20

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	22,20
Mg, мг	9,10
Р, мг	22,50
Fe, мг	0,50
К, мг	162,10
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Сушеные плоды перебирают, удаляя посторонние примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Крупные груши и яблоки нарезают на кусочки 3-4 см. Подготовленные сушеные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности. Груши сушеные в зависимости от величины и вида варят 1-2 ч, яблоки 20-30 мин. Готовый компот охлаждают до 12-14° С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № к/к

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	19	19
САХАР ПЕСОК	5	5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,40
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	17,00
Энергетическая ценность, ккал	71,20

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	20,90
Mg, мг	8,80
Р, мг	22,10
Fe, мг	0,50
К, мг	158,40
l, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя посторонние примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой и варят, затем добавляют сахар, лимонную кислоту и варят до готовности. Готовый компот охлаждают до 12-14° С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 377

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ**

Номер рецептуры: **377**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
САХАР ПЕСОК	11,7	11,7
КОМПОТ Ассорти 850	0 шт.	1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	59,4	59,4
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	11,50
Энергетическая ценность, ккал	46,20

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	2,70
Mg, мг	0,60
P, мг	0,10
Fe, мг	0,00
K, мг	1,10
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Сироп варят из сахара и воды, затем в него добавляют сироп консервированных плодов, доводят до кипения, добавляют подготовленные консервированные фрукты, вновь доводят до кипения и охлаждают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 402

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ**

Номер рецептуры: **402**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18
САХАР ПЕСОК	21,6	21,6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0 шт.	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	189	189
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,54
Жиры, г	0,09
Углеводы, г	28,53
Энергетическая ценность, ккал	117,90

В1, мг	0,02
С, мг	0,00
А, мг	0,01
Е, мг	0,45
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	18,90
Mg, мг	14,40
P, мг	20,70
Fe, мг	0,63
K, мг	0,00
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя посторонние примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой и варят, затем добавляют сахар, лимонную кислоту и варят до готовности. Готовый компот охлаждают до 12-14° С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **КОНФЕТА**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КОНФЕТЫ МОЛОЧНЫЕ	14	14
Выход: 20		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,40
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	11,20
Энергетическая ценность, ккал	46,20

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	9,20
Mg, мг	1,40
P, мг	7,30
Fe, мг	0,00
К, мг	11,90
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 272

Наименование изделия: **КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ**

Номер рецептуры: **272**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	31,11	28
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,05	0,05
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	1
СВИНИНА МЯСНАЯ	31,76	27
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	8,90
Жиры, г	14,20
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	163,00

В1, мг	0,10
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	5,20
Mg, мг	10,50
Р, мг	79,20
Fe, мг	1,00
К, мг	169,80
І, мкг	4,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели). Котлеты, биточки и шницели можно готовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды.

Изделия укладывают на разогретую до 160-170° С смазанную маслом поверхность сковороды, противня или функциональной емкости и обжаривают на плите 3-5 мин. До готовности доводят в жарочном шкафу при температуре 250-280° С (5-7 мин).
Температура выт. изделия не ниже 85° С

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 139

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ**

Номер рецептуры: **139**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	190,62	123,9
с 01.03 по 31.07	206,5	123,9
с 01.08 по 31.08	154,88	123,9
с 01.09 по 31.10	165,2	123,9
с 01.11 по 31.12	177	123,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7,7	7,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,9	3,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,80
Жиры, г	6,40
Углеводы, г	24,80
Энергетическая ценность, ккал	173,00

В1, мг	0,10
С, мг	9,90
А, мг	0,00
Е, мг	1,30
Д, мкг	0,20
В2, мг	0,10

Са, мг	15,20
Mg, мг	27,30
Р, мг	79,30
Fe, мг	1,30
К, мг	720,40
І, мкг	7,20
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают горячим. В протертый картофель, охлажденный до 40-50 °С, добавляют яйца, массу перемешивают, из нее формируют котлеты (по 2-3 шт. на порцию), панируют в муке или сухарях. Подготовленные котлеты укладывают на смазанный маслом лист и запекают в жарочном шкафу при температуре 220 °С в течение 15-20 мин до готовности. Отпускают с прокипяченным сливочным маслом или соусом молочным или сметанным.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 313

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ КУР**

Номер рецептуры: **313**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ФИЛЕ КУР	30	30
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	142,86	120
Выход: 70		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,00
Жиры, г	5,60
Углеводы, г	9,50
Энергетическая ценность, ккал	118,60

В1, мг	0,10
С, мг	5,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,30
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	39,90
Mg, мг	20,20
Р, мг	109,30
Fe, мг	1,60
К, мг	269,60
І, мкг	5,60
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В разрез большого филе вкладывают малое, края большого филе подвертывают к середине, закрывая малое филе, и придают овальную форму.

Подготовленное филе птицы жарят с обеих сторон на масле сливочном на сковороде, разогретой до 130-140° С, 15-20 мин непосредственно перед подачей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 395

Наименование изделия: **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **395**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
САХАР ПЕСОК	10	10
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108
НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ	1,2	1,2
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,50
Жиры, г	2,80
Углеводы, г	13,80
Энергетическая ценность, ккал	91,10

В1, мг	0,00
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	96,40
Mg, мг	11,10
Р, мг	64,80
Fe, мг	0,10
К, мг	132,00
І, мкг	8,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 319

Наименование изделия: **КУРЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ**

Номер рецептуры: **319**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	33,33	24
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,3	0,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,76	4
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	5,33	4
с 01.09 по 31.12	5	4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29	29
ТОМАТНАЯ ПАСТА 500	0 шт.	1
Выход: 90		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,50
Жиры, г	5,00
Углеводы, г	20,50
Энергетическая ценность, ккал	156,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,70
А, мг	0,10
Е, мг	0,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	15,20
Mg, мг	10,70
Р, мг	63,50
Fe, мг	0,70
К, мг	105,90
І, мкг	2,20
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Мякоть кур без кожи измельчают на мясорубке (решетки с диаметром отверстий 9 и 5 мм). Измельченную массу соединяют с замоченным в молоке или воде батоном, добавляют соль и перемешивают, измельчают вторично на мясорубке. Добавляют яйца, сливочное масло и взбивают до получения однородной массы.

Разделяют кнели массой 20-25 г, укладывают в перфорированную емкость, смазанную маслом, и варят на пару 15-20 мин.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 319

Наименование изделия: **КУРЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ**

Номер рецептуры: **319**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	114	82,08
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1
ЧЕСНОК	7,06	6
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	14,90
Жиры, г	15,60
Углеводы, г	1,70
Энергетическая ценность, ккал	206,80

В1, мг	0,10
С, мг	0,80
А, мг	0,10
Е, мг	0,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	24,80
Mg, мг	15,10
Р, мг	128,00
Fe, мг	1,30
К, мг	174,90
І, мкг	4,90
F, мг	0,10
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Мякоть кур без кожи измельчают на мясорубке (решетки с диаметром отверстий 9 и 5 мм). Измельченную массу соединяют с замоченным в молоке или воде батоном, добавляют соль и перемешивают, измельчают вторично на мясорубке. Добавляют яйца, сливочное масло и взбивают до получения однородной массы.

Разделяют кнели массой 20-25 г, укладывают в перфорированную емкость, смазанную маслом, и варят на пару 15-20 мин.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 317

Наименование изделия: **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ**

Номер рецептуры: **317**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,01	0,01
Выход: 130		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,90
Жиры, г	4,30
Углеводы, г	30,70
Энергетическая ценность, ккал	180,90

В1, мг	0,10
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	1,00
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,00

Са, мг	8,20
Mg, мг	6,50
Р, мг	36,00
Fe, мг	0,80
К, мг	56,10
l, мкг	0,70
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Способ приготовления - см. блюда из макаронных изделий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 317

Наименование изделия: **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ**

Номер рецептуры: **317**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	51	51
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,40
Жиры, г	4,70
Углеводы, г	34,90
Энергетическая ценность, ккал	203,50

В1, мг	0,10
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	1,20
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,00

Са, мг	22,40
Mg, мг	8,20
Р, мг	43,50
Fe, мг	1,00
К, мг	63,90
l, мкг	0,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Способ приготовления - см. блюда из макаронных изделий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **МАНДАРИН**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАНДАРИН	135	99,9
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,80
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	7,50
Энергетическая ценность, ккал	38,00

В1, мг	0,10
С, мг	38,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	35,00
Mg, мг	11,00
Р, мг	17,00
Fe, мг	0,10
К, мг	154,80
І, мкг	0,00
F, мг	0,10
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Бананы промывают, очищают от кожуры. Нарезают кусочком.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **МАРМЕЛАД**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур:

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАРМЕЛАД ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	20
Выход: 20		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,30
Жиры, г	1,70
Углеводы, г	12,40
Энергетическая ценность, ккал	67,70

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	2,30
Mg, мг	7,00
Р, мг	7,60
Fe, мг	0,50
К, мг	23,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 13

Наименование изделия: **МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры: **13**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7
Выход: 7		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,07
Жиры, г	5,81
Углеводы, г	0,07
Энергетическая ценность, ккал	52,50

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,05
Е, мг	0,07
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	0,70
Mg, мг	0,00
Р, мг	1,40
Fe, мг	0,00
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 434

Наименование изделия: **МОЛОКО**

Номер рецептуры: **434**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,50
Жиры, г	4,90
Углеводы, г	7,20
Энергетическая ценность, ккал	91,70

В1, мг	0,10
С, мг	0,80
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	160,70
Mg, мг	17,70
Р, мг	113,40
Fe, мг	0,20
К, мг	230,00
І, мкг	14,20
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Молоко перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этих целей, затем охлаждают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 434

Наименование изделия: **МОЛОКО**

Номер рецептуры: **434**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	210	210
Выход: 200		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,90
Жиры, г	6,50
Углеводы, г	9,60
Энергетическая ценность, ккал	122,20

В1, мг	0,10
С, мг	1,10
А, мг	0,10
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,20

Са, мг	214,20
Mg, мг	23,50
Р, мг	151,20
Fe, мг	0,20
К, мг	306,60
І, мкг	18,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Молоко перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этих целей, затем охлаждают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 434

Наименование изделия: **МОЛОКО**

Номер рецептуры: **434**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	262,5	262,5
Выход: 250		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,40
Жиры, г	8,10
Углеводы, г	11,90
Энергетическая ценность, ккал	152,80

В1, мг	0,10
С, мг	1,40
А, мг	0,10
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,30

Са, мг	267,80
Mg, мг	29,40
Р, мг	189,00
Fe, мг	0,20
К, мг	383,30
І, мкг	23,60
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Молоко перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этих целей, затем охлаждают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 441

Наименование изделия: **НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА**

Номер рецептуры: **441**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ШИПОВНИК СУХОЙ	11	11
САХАР ПЕСОК	11	11
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,40
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	15,80
Энергетическая ценность, ккал	72,90

В1, мг	0,00
С, мг	48,40
А, мг	0,10
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	13,40
Mg, мг	3,30
Р, мг	1,70
Fe, мг	0,30
К, мг	6,30
l, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Промытые холодной водой плоды шиповника заливают^фят-ком, варят в закрытой посуде при слабом кипении 5-10 мин/рi Добавляют сахар. Затем оставляют для настаивания на 2-4, ч. После этого отвар процеживают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № к/к

Наименование изделия: **НАПИТОК ЛИМОННЫЙ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЛИМОН	24	14,4
САХАР ПЕСОК	5	5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	176,4	176,4
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,10
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	5,30
Энергетическая ценность, ккал	24,20

В1, мг	0,00
С, мг	2,30
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	12,40
Mg, мг	3,10
Р, мг	2,90
Fe, мг	0,10
К, мг	24,20
l, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают, заливают горячей водой, после процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый лимонный сок, доводят до кипения и охлаждают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ 1800	1 шт.	1
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	0,10

В1, мг	0,00
С, мг	0,10
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	0,20
Mg, мг	0,10
Р, мг	0,20
Fe, мг	0,00
К, мг	1,40
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 214

Наименование изделия: **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ**

Номер рецептуры: **214**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	1
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	150	150
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,40
Жиры, г	5,80
Углеводы, г	6,90
Энергетическая ценность, ккал	97,60

В1, мг	0,10
С, мг	0,80
А, мг	0,00
Е, мг	0,40
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	156,50
Mg, мг	17,10
P, мг	110,30
Fe, мг	0,20
K, мг	220,50
I, мкг	13,70
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

К обработанным яйцам добавляют молоко (или воду) и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают в емкость, смазанную сливочным маслом, слоем не более 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-220° С в течение 8-10 мин. Готовый омлет нарезают на порции.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № к/к

Наименование изделия: **ПЕЧЕНЬЕ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20
Выход: 20		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,50
Жиры, г	2,00
Углеводы, г	14,90
Энергетическая ценность, ккал	83,40

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	5,80
Mg, мг	4,00
Р, мг	18,00
Fe, мг	0,40
К, мг	22,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 335

Наименование изделия: **ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ**

Номер рецептуры: **335**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	25,13	25
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,60
Жиры, г	4,40
Углеводы, г	11,60
Энергетическая ценность, ккал	108,90

В1, мг	0,20
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	2,40
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,00

Са, мг	21,00
Mg, мг	19,80
Р, мг	51,80
Fe, мг	1,60
К, мг	183,60
І, мкг	1,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л на 1 кг картофеля). После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают картофель 2-3 мин. Вареный горячий картофель протирают через протирочную машину. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения масло сливочное. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 428

Наименование изделия: **ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ**

Номер рецептуры: **428**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 90	1 шт.	90
Выход: 90		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,50
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	16,60
Энергетическая ценность, ккал	71,60

В1, мг	0,00
С, мг	0,60
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	9,70
Mg, мг	5,70
Р, мг	13,80
Fe, мг	1,10
К, мг	111,60
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Яблоки очищают, удаляют семенные коробки, нарезают, припускают до готовности, при помешивании добавляют сухую смесь «Нутринор», тщательно перемешивают, проваривают в течение 5-7 минут. Подают к блюдам из круп, муки и творога.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 335

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: **335**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	157,54	102,4
с 01.03 по 31.07	170,67	102,4
с 01.08 по 31.08	128	102,4
с 01.09 по 31.10	136,53	102,4
с 01.11 по 31.12	146,29	102,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	22,4	22,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,50
Жиры, г	4,30
Углеводы, г	17,30
Энергетическая ценность, ккал	118,40

В1, мг	0,10
С, мг	8,30
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Ca, мг	33,90
Mg, мг	23,80
P, мг	70,60
Fe, мг	0,90
K, мг	614,90
I, мкг	7,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л на 1 кг картофеля). После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают картофель 2-3 мин. Вареный горячий картофель протирают через протирающую машину. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения масло сливочное. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 335

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: **335**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	196,92	128
с 01.03 по 31.07	213,33	128
с 01.08 по 31.08	160	128
с 01.09 по 31.10	170,67	128
с 01.11 по 31.12	182,86	128
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	28	28
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,30
Жиры, г	6,30
Углеводы, г	21,60
Энергетическая ценность, ккал	155,50

В1, мг	0,20
С, мг	10,40
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	42,30
Mg, мг	29,70
Р, мг	88,30
Fe, мг	1,20
К, мг	768,80
І, мкг	8,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л на 1 кг картофеля). После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают картофель 2-3 мин. Вареный горячий картофель протирают через протирачную машину. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения масло сливочное. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 428

Наименование изделия: **ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ**

Номер рецептуры: **428**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПЮРЕ ФРУКТОВОЕ 90	1 шт.	90
Выход: 90		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,50
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	16,60
Энергетическая ценность, ккал	71,60

В1, мг	0,00
С, мг	0,60
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	9,70
Mg, мг	5,70
Р, мг	13,80
Fe, мг	1,10
К, мг	111,60
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Яблоки очищают, удаляют семенные коробки, нарезают, припускают до готовности, при помешивании добавляют сухую смесь «Нутринор», тщательно перемешивают, проваривают в течение 5-7 минут. Подают к блюдам из круп, муки и творога.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 90

Наименование изделия: **РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ**

Номер рецептуры: **90**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	9,4
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	14,55	14,4
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	83,08	54
с 01.03 по 31.07	90	54
с 01.08 по 31.08	67,5	54
с 01.09 по 31.10	72	54
с 01.11 по 31.12	77,14	54
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	9,6	7,2
с 01.09 по 31.12	9	7,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ 1800	10,8 шт.	10,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,6	129,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4
УКРОП Сушен.	0,19 шт.	1
Выход: 180/10/5		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,30
Жиры, г	5,50
Углеводы, г	19,20
Энергетическая ценность, ккал	144,60

В1, мг	0,10
С, мг	5,50
А, мг	0,20
Е, мг	2,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	30,80
Mg, мг	24,70
P, мг	95,70
Fe, мг	1,30
K, мг	395,80
I, мкг	3,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают шинкованную капусту, доводят до кипения, кладут картофель, нарезанный брусочками, а через 5-7 мин добавляют пассерованные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 мин до готовности кладут соль.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 254

Наименование изделия: **РАССТЕГАЙ**

Номер рецептуры: **254**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	41,7	41,7
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9,2	9,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,3	3,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7
ДРОЖЖИ	0,09 шт.	1
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.САЙРА БЛАНШИРОВАН.	0,15 шт.	37
КРУПА РИСОВАЯ	35,35	35
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	11,40
Жиры, г	5,10
Углеводы, г	33,20
Энергетическая ценность, ккал	224,70

В1, мг	0,00
С, мг	0,20
А, мг	0,00
Е, мг	1,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,20

Са, мг	49,60
Mg, мг	22,60
Р, мг	90,30
Fe, мг	0,50
К, мг	114,50
l, мкг	4,60
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Филе рыбы нарезают порционными кусками. Часть рыбы выкладывают на смазанный маслом противень, заливают соусом молочным со взбитыми яйцами, сверху укладывают вторую часть рыбы, заливают оставшимся соусом, посыпают сухарями и запекают. Гарниры - каша вязкая, пюре картофельное, пюре из тыквы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 254

Наименование изделия: **РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ**

Номер рецептуры: **254**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	97,01	65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,55	5,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	9,33	7
с 01.09 по 31.12	8,75	7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	13,10
Жиры, г	5,10
Углеводы, г	1,00
Энергетическая ценность, ккал	101,60

В1, мг	0,10
С, мг	0,60
А, мг	0,20
Е, мг	0,40
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	17,80
Mg, мг	20,80
P, мг	123,70
Fe, мг	0,60
K, мг	241,40
I, мкг	33,10
F, мг	0,30
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Филе рыбы нарезают порционными кусками. Часть рыбы выкладывают на смазанный маслом противень, заливают соусом молочным со взбитыми яйцами, сверху укладывают вторую часть рыбы, заливают оставшимся соусом, посыпают сухарями и запекают. Гарниры - каша вязкая, пюре картофельное, пюре из тыквы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 267

Наименование изделия: **РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: **267**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	88,3	59,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,9	6,7
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	20	15
с 01.09 по 31.12	18,75	15
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	12,5	12,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
Выход: 150		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,00
Жиры, г	15,80
Углеводы, г	1,50
Энергетическая ценность, ккал	197,10

В1, мг	0,10
С, мг	0,80
А, мг	0,30
Е, мг	5,40
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	21,40
Mg, мг	22,00
Р, мг	118,40
Fe, мг	0,70
К, мг	240,10
І, мкг	30,60
F, мг	0,30
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Замороженный рыбный фарш нарезают, не размораживая, на бруски размером 6х4 см затем замороженные бруски нарезают на порционные куски толщиной 1,5—2 см. Подготовленные порционные куски рыбного фарша кладут на противень или в гастроемкость, сверху - овощи, нарезанные короткой соломкой и перемешанные с яйцами, маслом растительным. Запекают в жарочном шкафу 15-20 мин при температуре 160-180 °С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 30

Наименование изделия: **САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ**

Номер рецептуры: **30**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	137,69	89,5
с 01.03 по 31.07	149,17	89,5
с 01.08 по 31.08	111,88	89,5
с 01.09 по 31.10	119,33	89,5
с 01.11 по 31.12	127,86	89,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	104,4	78,3
с 01.09 по 31.12	97,88	78,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ 1800	0 шт.	1,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,8	9,07
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 400	0,03 шт.	10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,10
Жиры, г	4,20
Углеводы, г	21,00
Энергетическая ценность, ккал	135,40

В1, мг	0,10
С, мг	13,10
А, мг	2,00
Е, мг	2,30
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,20

Ca, мг	55,80
Mg, мг	52,10
P, мг	102,30
Fe, мг	1,80
K, мг	693,30
I, мкг	8,70
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Очищенный сырой картофель нарезают соломкой и бланшируют в подсоленной воде 5 мин. Подготовленную сырую морковь и очищенные от кожицы соленые огурцы нарезают соломкой, лук репчатый мелко шинкуют. Горошек зеленый консервированный проваривают в рассоле в течение 3-5 мин, охлаждают. Картофель и овощи соединяют, добавляют зеленый горошек, растительное масло и перемешивают.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	0 шт.	1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,2	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	2,90
Углеводы, г	0,20
Энергетическая ценность, ккал	27,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	1,30
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	0,50
Mg, мг	0,30
P, мг	1,10
Fe, мг	0,00
K, мг	2,80
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Консервированную кукурузу прогревают в собственном соку, затем отвар сливают, заправляют сахаром и растительным маслом. Рекомендуется для детей старшей возрастной группы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 42

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ**

Номер рецептуры: **42**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	293,33	220
с 01.09 по 31.12	275	220
ЧЕСНОК	0,4	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,80
Жиры, г	0,70
Углеводы, г	14,80
Энергетическая ценность, ккал	79,70

В1, мг	0,10
С, мг	4,40
А, мг	4,40
Е, мг	1,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,20

Са, мг	101,60
Mg, мг	75,30
Р, мг	109,30
Fe, мг	2,00
К, мг	441,00
І, мкг	11,00
F, мг	0,10
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Сырую очищенную морковь нарезают на тонкие ломтиками и припускают в небольшом количестве воды. Курагу тщательно промывают, заливают кипящей водой и дают набухнуть. Подготовленную курагу нарезают ломтиками, затем смешивают с морковью и сахаром.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 41

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ МОРКОВИ**

Номер рецептуры: **41**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	64	48
с 01.09 по 31.12	60	48
ЧЕСНОК	0,01	0,01
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,60
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	3,20
Энергетическая ценность, ккал	16,30

В1, мг	0,00
С, мг	1,00
А, мг	1,00
Е, мг	0,30
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	23,70
Mg, мг	16,50
Р, мг	24,20
Fe, мг	0,50
К, мг	96,00
І, мкг	2,40
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Подготовленную сырую очищенную морковь нарезают мелкой соломкой, добавляют сахар или мед и прогревают при постоянном помешивании при температуре 85 °С не менее 3 минут.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 48

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ**

Номер рецептуры: **48**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	293,33	220
с 01.09 по 31.12	275	220
ЧЕСНОК	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,20
Жиры, г	1,20
Углеводы, г	18,90
Энергетическая ценность, ккал	98,90

В1, мг	0,00
С, мг	8,80
А, мг	0,00
Е, мг	0,70
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	75,50
Mg, мг	43,80
Р, мг	85,70
Fe, мг	2,80
К, мг	634,10
I, мкг	15,40
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Свеклу предварительно промывают, тщательно перебирают, повторно промывают в проточной воде и отваривают в кожуре, охлаждают, очищают и нарезают соломкой или натирают на крупной терке. Чеснок делят на дольки, с которых снимают кожицу и оболочку, промывают в проточной воде, ошпаривают и мелко рубят. Сыр нарезают на крупные куски прямоугольной или треугольной формы, очищают от корки и натирают на крупной терке.

Продукты перемешивают и заправляют маслом растительным.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20

Наименование изделия: **САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ**

Номер рецептуры: **20**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ 1800	0 шт.	1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ 400	0 шт.	1
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,10
Жиры, г	0,50
Углеводы, г	0,70
Энергетическая ценность, ккал	8,10

В1, мг	0,00
С, мг	0,90
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	2,80
Mg, мг	1,40
Р, мг	5,10
Fe, мг	0,10
К, мг	15,70
І, мкг	0,20
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Огурцы нарезают тонкими ломтиками, добавляют шинкованный репчатый лук и поливают растительным маслом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 75

Наименование изделия: **СВЕКОЛЬНИК**

Номер рецептуры: **75**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	62,5	45
СВЕКЛА		
с 01.01 по 31.08	38,4	28,8
с 01.09 по 31.12	36	28,8
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	9,6	7,2
с 01.09 по 31.12	9	7,2
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	57,4	37,31
с 01.03 по 31.07	62,18	37,31
с 01.08 по 31.08	46,64	37,31
с 01.09 по 31.10	49,75	37,31
с 01.11 по 31.12	53,3	37,31
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144
ТОМАТНАЯ ПАСТА 525	1 шт.	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4
ЧЕСНОК	0,94	0,8
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,40
Жиры, г	15,00
Углеводы, г	9,80
Энергетическая ценность, ккал	211,90

В1, мг	0,00
С, мг	5,20
А, мг	0,20
Е, мг	1,90
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	32,40
Mg, мг	26,00
Р, мг	106,90
Fe, мг	1,60
К, мг	420,90
І, мкг	7,30
F, мг	0,10
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения и варят 10-15 мин. Затем кладут тушеную свеклу, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, лимонную кислоту. При использовании квашеной капусты ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой (3 г на 250 г борща).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 60

Наименование изделия: **СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ**

Номер рецептуры: **60**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА СЕЛЬДЬ ТИХООКЕАНСКАЯ СРЕДНЕСОЛЕНАЯ	87,72	50
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	24	20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,00
Жиры, г	9,10
Углеводы, г	1,60
Энергетическая ценность, ккал	124,70

В1, мг	0,00
С, мг	2,70
А, мг	0,00
Е, мг	0,20
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	42,20
Mg, мг	38,30
Р, мг	126,60
Fe, мг	0,90
К, мг	92,50
l, мкг	0,60
F, мг	0,20
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками, сверху посыпают репчатым луком, нарезанным тонкими кольцами. Блюдо поливают растительным маслом. К блюду можно отпустить отварной картофель (30-50 г).

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 335

Наименование изделия: **СЛОЖНЫЙ ГАРНИР**

Номер рецептуры: **335**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	128	102,4
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	141,54	92
с 01.03 по 31.07	153,33	92
с 01.08 по 31.08	115	92
с 01.09 по 31.10	122,67	92
с 01.11 по 31.12	131,43	92
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	12	12
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	5,6	4,2
с 01.09 по 31.12	5,25	4,2
Выход: 120		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,90
Жиры, г	6,40
Углеводы, г	20,50
Энергетическая ценность, ккал	156,50

В1, мг	0,10
С, мг	26,20
А, мг	0,10
Е, мг	1,30
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	69,50
Mg, мг	37,30
Р, мг	90,10
Fe, мг	1,70
К, мг	744,80
І, мкг	9,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л на 1 кг картофеля). После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают картофель 2-3 мин. Вареный горячий картофель протирают через протирачную машину. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения масло сливочное. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 442

Наименование изделия: **СОК ЯБЛОЧНЫЙ**

Номер рецептуры: **442**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	100
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,50
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	9,90
Энергетическая ценность, ккал	43,00

В1, мг	0,01
С, мг	2,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	7,00
Mg, мг	4,00
Р, мг	7,00
Fe, мг	1,40
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Обработанные в соответствии с санитарными правилами пакеты вскрывают, сок разливают в стаканы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 442

Наименование изделия: **СОК ЯБЛОЧНЫЙ**

Номер рецептуры: **442**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	180
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,90
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	18,20
Энергетическая ценность, ккал	77,40

В1, мг	0,00
С, мг	3,60
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	12,60
Mg, мг	7,20
Р, мг	12,60
Fe, мг	2,50
К, мг	216,00
І, мкг	1,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Обработанные в соответствии с санитарными правилами пакеты вскрывают, сок разливают в стаканы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 351

Наименование изделия: **СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)**

Номер рецептуры: **351**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	22,5	22,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2	2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2
ПОВИДЛО 870	0 шт.	1
Выход: 45		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,90
Жиры, г	2,30
Углеводы, г	3,20
Энергетическая ценность, ккал	36,80

В1, мг	0,00
С, мг	0,10
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	23,70
Mg, мг	3,00
Р, мг	18,10
Fe, мг	0,00
К, мг	36,90
І, мкг	2,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу, не допуская пригорания до слегка кремового цвета. Муку охлаждают и разводят горячим молоком с растопленным сливочным маслом. Вымешивают до образования однородной массы и варят 7-10 мин при слабом кипении. В соус молочный в конце варки добавляют сахар и ванилин, предварительно растворенный в горячей кипяченой воде. Подают соус к пудингам, запеканкам, крупяным и овощным блюдам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 351

Наименование изделия: **СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)**

Номер рецептуры: **351**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	20	20
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,3	4,3
ПОВИДЛО 870	0,01 шт.	6
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,60
Жиры, г	4,00
Углеводы, г	4,80
Энергетическая ценность, ккал	58,20

В1, мг	0,00
С, мг	0,10
А, мг	0,00
Е, мг	0,10
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,00

Са, мг	21,50
Mg, мг	2,60
Р, мг	15,50
Fe, мг	0,10
К, мг	37,50
l, мкг	1,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу, не допуская пригорания до слегка кремового цвета. Муку охлаждают и разводят горячим молоком с растопленным сливочным маслом. Вымешивают до образования однородной массы и варят 7-10 мин при слабом кипении. В соус молочный в конце варки добавляют сахар и ванилин, предварительно растворенный в горячей кипяченой воде. Подают соус к пудингам, запеканкам, крупяным и овощным блюдам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 348

Наименование изделия: **СОУС ТОМАТНЫЙ №348**

Номер рецептуры: **348**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тютельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45	45
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	29	29
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	160	120
с 01.09 по 31.12	150	120
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	142,86	120
ТОМАТНАЯ ПАСТА 500	0 шт.	1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5
Выход: 45		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,20
Жиры, г	5,60
Углеводы, г	37,50
Энергетическая ценность, ккал	227,00

В1, мг	0,20
С, мг	7,40
А, мг	2,40
Е, мг	1,10
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	97,50
Mg, мг	61,30
Р, мг	146,30
Fe, мг	2,50
К, мг	495,20
І, мкг	10,10
F, мг	0,10
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания, периодически помешивая для удаления комочков. Правильно спассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. Муку охлаждают до 60-70 °С, используют четвертую часть горячей жидкости и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся жидкость, доводят до кипения. Мелко нарезанные коренья, лук припускают, добавляют томатное пюре, продолжают тушение еще 15-20 минут. В соус кладут подготовленные тушеные овощи, и варят 25—30 мин. В конце варки добавляют соль, сахар. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Соус томатный служит основой для приготовления производных соусов. При использовании его как самостоятельного, соус томатный заправляют лимонной кислотой (0,5 г) и маслом сливочным (30 г). Соус томатный подают к блюдам из отварной, припущенной, запеченной рыбы и рыбной котлетной массы, блюдам из запеченного мяса, блюдам из овощей для детей второй возрастной группы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 95

Наименование изделия: **СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ**

Номер рецептуры: **95**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13	9,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	18	14,4
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	184,62	120
с 01.03 по 31.07	200	120
с 01.08 по 31.08	150	120
с 01.09 по 31.10	160	120
с 01.11 по 31.12	171,43	120
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	9,6	7,2
с 01.09 по 31.12	9	7,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	136,8	136,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6
УКРОП Сушен.	0,19 шт.	1
СЛИВКИ ПАСТЕР. 10% ЖИРНОСТИ	0 шт.	1
Выход: 180/10/5		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,40
Жиры, г	10,70
Углеводы, г	20,90
Энергетическая ценность, ккал	197,90

В1, мг	0,10
С, мг	13,20
А, мг	0,20
Е, мг	1,70
Д, мкг	0,10
В2, мг	0,10

Са, мг	37,40
Mg, мг	34,00
Р, мг	91,40
Fe, мг	1,60
К, мг	759,30
І, мкг	7,70
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Мелко нашинкованную морковь и лук пассеруют на сливочном масле. В кипящую воду кладут нашинкованную белокочанную капусту, нарезанные дольки картофеля. За 10-15 мин до окончания варки супа добавляют пассерованные овощи, горошек зеленый, соль, сметану.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 79

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С ГРЕНКАМИ)**

Номер рецептуры: **79**

Наименование сборника рецептов: **Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	34,5	24,84
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	52,46	34,1
с 01.03 по 31.07	56,83	34,1
с 01.08 по 31.08	42,63	34,1
с 01.09 по 31.10	45,47	34,1
с 01.11 по 31.12	48,71	34,1
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	14,61	10,96
с 01.09 по 31.12	13,7	10,96
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	126	126
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,33	10,36
ЧЕСНОК	3,53	3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
УКРОП Сушен.	0,19 шт.	1
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,10
Жиры, г	6,30
Углеводы, г	11,90
Энергетическая ценность, ккал	129,40

В1, мг	0,00
С, мг	4,00
А, мг	0,20
Е, мг	1,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	30,20
Mg, мг	21,30
P, мг	75,50
Fe, мг	1,10
K, мг	303,90
I, мкг	4,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Картофель варят в подсоленной воде до готовности. Морковь варят отдельно до готовности. Овощи протирают. Муку прогревают в жарочном шкафу до светло кремового цвета и разводят водой или овощным отваром и соединяют с протертыми овощами. Готовый суп вместо льезона заправляют горячим кипяченым молоком со сливочным маслом. Отпускают с гренками.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 99

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, КУРОЙ И ГРЕНКАМИ**

Номер рецептуры: **99**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	19,5	14
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	11,5	11,5
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	184,62	120
с 01.03 по 31.07	200	120
с 01.08 по 31.08	150	120
с 01.09 по 31.10	160	120
с 01.11 по 31.12	171,43	120
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	14,4	14,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	35,71	30
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	66,67	50
с 01.09 по 31.12	62,5	50
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	129,6	129,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4
УКРОП Сушен.	0,19 шт.	1
Выход: 180/15/10		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,90
Жиры, г	7,00
Углеводы, г	37,20
Энергетическая ценность, ккал	250,80

В1, мг	0,20
С, мг	12,30
А, мг	1,00
Е, мг	3,50
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	78,40
Mg, мг	65,40
P, мг	165,50
Fe, мг	3,30
K, мг	985,60
I, мкг	10,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками. Морковь нарезают мелкими кубиками, лук мелко рубят и пассеруют. Подготовленный фасоль, горох, кладут в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные овощи и варят до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 105

Наименование изделия: **СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ**

Номер рецептуры: **105**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	116,92	76
с 01.03 по 31.07	126,67	76
с 01.08 по 31.08	95	76
с 01.09 по 31.10	101,33	76
с 01.11 по 31.12	108,57	76
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10,67	8
с 01.09 по 31.12	10	8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,5	8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	173,7	173,7
УКРОП Сушен.	0,17 шт.	0,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	4	4
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	37,5	27
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	8,10
Жиры, г	6,40
Углеводы, г	23,70
Энергетическая ценность, ккал	183,30

В1, мг	0,10
С, мг	7,20
А, мг	0,20
Е, мг	1,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	41,30
Mg, мг	28,90
Р, мг	103,10
Fe, мг	1,70
К, мг	536,50
І, мкг	6,20
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут подготовленные макароны, доводят до кипения и варят 10-15 мин, затем добавляют пассерованные овощи, томатную пасту и варят суп до готовности. Перед окончанием варки кладут соль.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 87

Наименование изделия: **СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ**

Номер рецептуры: **87**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБН.КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ.САЙРА БЛАНШИРОВАН.	0 шт.	1
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	184,62	120
с 01.03 по 31.07	200	120
с 01.08 по 31.08	150	120
с 01.09 по 31.10	160	120
с 01.11 по 31.12	171,43	120
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	15,33	11,5
с 01.09 по 31.12	14,38	11,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,9	5,8
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,6	3,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5
УКРОП Сушен.	0,24 шт.	1,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,00
Жиры, г	1,00
Углеводы, г	22,70
Энергетическая ценность, ккал	112,40

В1, мг	0,10
С, мг	10,50
А, мг	0,20
Е, мг	0,50
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	27,50
Mg, мг	32,90
P, мг	82,90
Fe, мг	1,40
K, мг	725,80
I, мкг	6,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи. За 10-15 минут до окончания варки закладывают предварительно протертые рыбные консервы, соль, зелень. Доводят до готовности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 14

Наименование изделия: **СЫР (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры: **14**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6,2	6
Выход: 6		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,40
Жиры, г	1,80
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	22,50

В1, мг	0,00
С, мг	0,20
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	58,80
Mg, мг	3,00
Р, мг	34,80
Fe, мг	0,00
К, мг	5,70
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Сыр нарезают ломтиками толщиной 3-4 мм.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 14

Наименование изделия: **СЫР (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры: **14**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	7,29	7
Выход: 7		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,70
Жиры, г	2,10
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	26,30

В1, мг	0,00
С, мг	0,20
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	68,60
Mg, мг	3,50
Р, мг	40,60
Fe, мг	0,00
К, мг	6,70
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Сыр нарезают ломтиками толщиной 3-4 мм.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 14

Наименование изделия: **СЫР (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры: **14**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	8,33	8
Выход: 8		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,90
Жиры, г	2,40
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	30,00

В1, мг	0,00
С, мг	0,20
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	78,40
Mg, мг	4,00
Р, мг	46,40
Fe, мг	0,10
К, мг	7,60
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Сыр нарезают ломтиками толщиной 3-4 мм.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 284

Наименование изделия: **ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: **284**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОВЯДИНА Б/К	28,1	25,29
СВИНИНА МЯСНАЯ	26,8	22,78
КРУПА РИСОВАЯ	18,6	18,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15,1	15,1
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	10,45	7,84
с 01.09 по 31.12	9,8	7,84
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,6	3,02
ТОМАТНАЯ ПАСТА 525	0 шт.	0,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9
Выход: 80/40		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	10,90
Жиры, г	15,20
Углеводы, г	24,50
Энергетическая ценность, ккал	277,70

В1, мг	0,10
С, мг	0,50
А, мг	0,20
Е, мг	1,70
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	15,00
Mg, мг	23,30
Р, мг	112,00
Fe, мг	1,40
К, мг	213,80
І, мкг	4,50
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В котлетную массу добавляют измельченный пассерованный репчатый лук (можно добавлять зеленый лук), перемешивают и формируют в виде шариков по 2-3 шт. на порцию, панируют в муке, обжаривают, перекладывают в неглубокую посуду в 1-2 ряда, заливают соусом, в который добавляют 10-20 г воды, и тушат 8-10 мин.

Температура внутри готового изделия не ниже 85° С.

Соусы — томатный, сметанный с томатом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 245

Наименование изделия: **ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ**

Номер рецептуры: **245**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РЫБА ГОРБУША ПОТРОШЕННАЯ С ГОЛОВОЙ	44,78	30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16	16
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,4	11,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6,4	6,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,02 шт.	1
Выход: 80		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,00
Жиры, г	5,00
Углеводы, г	5,30
Энергетическая ценность, ккал	93,80

В1, мг	0,10
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	1,30
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	12,20
Mg, мг	10,80
P, мг	67,00
Fe, мг	0,40
K, мг	129,30
I, мкг	15,60
F, мг	0,10
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, пропускают два раза через мясорубку вместе с луком и размоченным в воде или молоке черствым батоном. В полученную массу добавляют соль, тщательно перемешивают, выбивают и формируют шарики по 2-3 шт. на порцию, панируют в муке, обжаривают, заливают соусом, добавляют воду (10% от массы соуса) и тушат 10-15 мин. Это блюдо можно приготавливать, заменяя хлеб рисом, припущенным из расчета закладки сырого риса в количестве 4 г. Рис вводят в готовую котлетную массу в охлажденном виде.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ХЛЕБ РЖАНОЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,30
Жиры, г	0,40
Углеводы, г	21,20
Энергетическая ценность, ккал	102,00

В1, мг	0,10
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	1,10
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	9,00
Mg, мг	9,50
Р, мг	43,50
Fe, мг	2,00
К, мг	68,00
І, мкг	2,80
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ХЛЕБ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40
Выход: 40		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,10
Жиры, г	0,20
Углеводы, г	20,10
Энергетическая ценность, ккал	94,70

В1, мг	0,10
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,80
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	9,20
Mg, мг	13,20
Р, мг	33,60
Fe, мг	0,80
К, мг	51,60
І, мкг	0,00
Ғ, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ХЛЕБ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50
Выход: 50		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,80
Жиры, г	0,30
Углеводы, г	25,10
Энергетическая ценность, ккал	118,40

В1, мг	0,10
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	1,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	11,50
Mg, мг	16,50
Р, мг	42,00
Fe, мг	1,00
К, мг	64,50
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 393

Наименование изделия: **ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

Номер рецептуры: **393**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
САХАР ПЕСОК	11	11
ЛИМОН	7	4,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3
Выход: 180/7/3		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,10
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	10,90
Энергетическая ценность, ккал	44,70

В1, мг	0,00
С, мг	0,70
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	3,10
Mg, мг	1,70
Р, мг	3,10
Fe, мг	0,20
К, мг	14,50
l, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Предварительно промытый теплой водой лимон ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин. Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром непосредственно перед отпуском.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № к/к

Наименование изделия: **ЧАЙ С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **О питании в таблицах. Г.Г. Снигур, "ГАЛА-Издательство. Москва. 2009**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5
САХАР ПЕСОК	11,7	11,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,60
Жиры, г	2,80
Углеводы, г	15,60
Энергетическая ценность, ккал	98,90

В1, мг	0,00
С, мг	0,50
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	94,30
Mg, мг	12,10
Р, мг	68,50
Fe, мг	0,50
К, мг	144,20
l, мкг	8,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В чайник насыпать чай и сахар., залить кипятком и настаивать в течение 5 минут. Процедить, добавить горячее молоко, остудить до температуры 40-45 град., после чего разлить по стаканам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № к/к

Наименование изделия: **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
САХАР ПЕСОК	5	5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,10
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	5,10
Энергетическая ценность, ккал	20,60

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	2,40
Mg, мг	2,00
P, мг	3,70
Fe, мг	0,40
K, мг	12,60
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком.

По второму варианту воду соединяют с сахаром и доводят до кипения. Чай-заварку наливают в стаканы или чашки и доливают кипятком с сахаром (вареньем, джемом, повидлом).

Чай также отпускается как прохладительный напиток. Чай процеживают, добавляют сахар и охлаждают до 8-10° С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № к/к

Наименование изделия: **ЧАЙ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
САХАР ПЕСОК	11	11
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,05	0,05
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	10,70
Энергетическая ценность, ккал	42,70

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	0,40
Mg, мг	0,20
Р, мг	0,40
Fe, мг	0,00
К, мг	1,50
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком.

По второму варианту воду соединяют с сахаром и доводят до кипения. Чай-заварку наливают в стаканы или чашки и доливают кипятком с сахаром (вареньем, джемом, повидлом).

Чай также отпускается как прохладительный напиток. Чай процеживают, добавляют сахар и охлаждают до 8-10° С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 83

Наименование изделия: **ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ**

Номер рецептуры: **83**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	21,3	15,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	62	49,6
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	9,47	7,1
с 01.09 по 31.12	8,88	7,1
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	146,31	95,1
с 01.03 по 31.07	158,5	95,1
с 01.08 по 31.08	118,88	95,1
с 01.09 по 31.10	126,8	95,1
с 01.11 по 31.12	135,86	95,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА 500	0 шт.	0,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,5	0,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	141,8	141,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8
УКРОП Сушен.	0,15 шт.	0,8
Выход: 180/10/5		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,60
Жиры, г	3,60
Углеводы, г	18,50
Энергетическая ценность, ккал	130,60

В1, мг	0,10
С, мг	17,50
А, мг	0,20
Е, мг	0,30
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,10

Са, мг	47,60
Mg, мг	34,90
P, мг	95,20
Fe, мг	1,80
K, мг	697,00
I, мкг	7,90
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками; лук — дольками. В кипящую воду закладывают подготовленную свежую капусту, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют пассерованную томатную пасту, пассерованную муку, разведенную бульоном или водой, сметану.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 88

Наименование изделия: **ЩИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ**

Номер рецептуры: **88**

Наименование сборника рецептов: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	13,4	9,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	46,25	37
КАРТОФЕЛЬ		
с 01.01 по 28.02	28,46	18,5
с 01.03 по 31.07	30,83	18,5
с 01.08 по 31.08	23,13	18,5
с 01.09 по 31.10	24,67	18,5
с 01.11 по 31.12	26,43	18,5
МОРКОВЬ		
с 01.01 по 31.08	9,87	7,4
с 01.09 по 31.12	9,25	7,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,9	7,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА 500	0 шт.	1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,7	3,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	148,1	148,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2,5	2,5
УКРОП Сушен.	0,19 шт.	1
Выход: 180		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,90
Жиры, г	5,40
Углеводы, г	5,90
Энергетическая ценность, ккал	85,10

В1, мг	0,00
С, мг	9,40
А, мг	0,20
Е, мг	1,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	41,10
Mg, мг	17,10
Р, мг	45,00
Fe, мг	1,10
К, мг	232,80
І, мкг	3,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

В кипящую воду кладут картофель, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют капусту, тушенную с томатной пастой, и варят с момента закипания 15-20 мин, добавляют пассерованные овощи и доводят до готовности. Щи можно приготовить и без томатной пасты.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

Наименование изделия: **ЯБЛОКО**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ	113,6	100
Выход: 100		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,40
Жиры, г	0,40
Углеводы, г	9,80
Энергетическая ценность, ккал	47,00

В1, мг	0,00
С, мг	10,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,60
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	16,00
Mg, мг	8,00
Р, мг	11,00
Fe, мг	2,20
К, мг	278,00
І, мкг	2,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Яблоки перебирают, промывают, удаляют семенное гнездо. Нарезают кусочком.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 213

Наименование изделия: **ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ**

Номер рецептуры: **213**

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт. 2012.-584с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,01 шт.	0,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6
Выход: 60		

Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,10
Жиры, г	0,10
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	0,80

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Е, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	2,30
Mg, мг	0,20
Р, мг	1,40
Fe, мг	0,00
К, мг	0,80
І, мкг	0,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Технология приготовления:

Яйца 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. Подают яйца очищенными по 1 и 1/2 шт. на порцию.