

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.25/8

Наименование блюда: Пудинг из мяса говядины 80 гр.

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,006 | 0,006 |
| Соль | Дети | 0,0005 | 0,0005 |
| Яйцо | Дети | 0,25 | 0,25 |
| Молоко | Дети | 0,016 | 0,016 |
| Мясо | Дети | 0,10104 | 0,097 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|---------|
| Белки, г | 0,01861 |
| Жиры, г | 0,01948 |
| Углеводы, г | 0,00079 |
| Калорийность, ккал | 281,48 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,4 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Мясо говядины, зачищенное от грубой соединительной ткани, варят крупным куском, охлаждают и измельчают на мясорубке, добавляют масло сливочное, желтки яиц, молоко, соль, хорошо перемешивают, соединяют со взбитыми белками, раскладывают в емкость, смазанную маслом сливочным (2 гр. на порцию) и варят на пару 25-30 мин. или запекают в жарочном шкафу при температуре 220-230С 20-25 мин. Внешний вид-поверхность ровная. Цвет- серовато-коричневый. Консистенция-однородная, рыхлая. Запах-свойственный отварному мясу, молоку, яиц и масла сливочного, без постороннего. Вкус-характерный отварному мясу, молоку, яиц и масла сливочного.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.н114/1

Наименование блюда: Котлета из мяса кури.

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Лук | Дети | 0,007 | 0,00588 |
| Яйцо | Дети | 0,08 | 0,08 |
| Молоко | Дети | 0,01 | 0,01 |
| Хлеб пшеничный | Дети | 0,007 | 0,007 |
| Филе птицы | Дети | 0,07692 | 0,07 |
| Масло растительное | Дети | 0,001 | 0,001 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,01524 |
| Жиры, г | 0,00308 |
| Углеводы, г | 0,0042 |
| Калорийность, ккал | 114,0948 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,48 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Мякоть птицы без кожи пропускают через мясорубку с луком. Измельченное мясо соединяют с замоченным в молоке пшеничным хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты и укладывают на смазанный растительным маслом противень, подливают горячей воды и припускают при закрытой крышке до готовности 15-20 мин. Температура подачи 65 град.С.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.355-1

Наименование блюда: Биточки рыбные 80гр

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Лук | Дети | 0,007 | 0,007 |
| Яйцо | Дети | 0,1 | 0,1 |
| Молоко | Дети | 0,01 | 0,01 |
| Хлеб пшеничный | Дети | 0,013 | 0,013 |
| Горбуша | Дети | 0,12 | 0,0672 |
| Масло растительное | Дети | 0,002 | 0,002 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|---------|
| Белки, г | 0,01503 |
| Жиры, г | 0,00669 |
| Углеводы, г | 0,00705 |
| Калорийность, ккал | 161,844 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,48 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают вместе с луком на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке и пшеничным хлебом, добавляют соль, сырые яйца, все тщательно перемешивают, выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют биточки. Изделия укладывают в сотейник, смазанный маслом, в один ряд, добавляют воду и припускают до готовности 20-25 минут при закрытой крышке или варят на пару. Содержание в сырьевом наборе на выход 60 гр биточков составляет - 73 гр, на выход 80 гр - 97 гр.

Потери при тепловой обработке - 17 %.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.8/9

Наименование блюда: Суфле из мяса кур паровое 80 гр

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,006 | 0,006 |
| Мука | Дети | 0,003 | 0,003 |
| Соль | Дети | 0,001 | 0,001 |
| Яйцо | Дети | 0,4 | 0,4 |
| Молоко | Дети | 0,024 | 0,024 |
| Кура | Дети | 0,13667 | 0,082 |
| Масло растительное | Дети | 0,002 | 0,002 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|---------|
| Белки, г | 0,01691 |
| Жиры, г | 0,02173 |
| Углеводы, г | 0,00361 |
| Калорийность, ккал | 309,69 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,56 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Отработанные тушки варят до готовности отделяют мясо от костей и измельчают дважды на мясорубке, в массу добавляют молочный соус, масло сливочное, желтки яиц, массу взбивают и добавляют белки яиц взбитые в густую пену. Подготовленную массу выкладывают в функциональную емкость, смазанную маслом растительным, варят на пару 20-25 мин. Для соуса муку пассеруют (подсушивают в жарочном шкафу до образования кремового цвета), разводят горячим кипяченным молоком, и варят 15 мин, добавляют соль и доводят до кипения. Готовое суфле охлаждают 3-5 мин и нарезают на порции.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.089

Наименование блюда: Суфле из печени

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,002 | 0,002 |
| Мука | Дети | 0,002 | 0,002 |
| Яйцо | Дети | 0,375 | 0,375 |
| Сметана | Дети | 0,008 | 0,008 |
| Молоко | Дети | 0,006 | 0,0057 |
| Печень | Дети | 0,095 | 0,08075 |
| Масло растительное | Дети | 0,002 | 0,002 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,01664 |
| Жиры, г | 0,00902 |
| Углеводы, г | 0,00186 |
| Калорийность, ккал | 170,8905 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,56 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Печень отваривают и пропускают через мясорубку 2 раза, соединяют с яйцами, густым молочно-сметанным соусом, добавляют соль и вымешивают. Выкладывают на лист смазанный маслом растительным, разравнивают и запекают в жарочном шкафу 25 - 30 минут.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.177

Наименование блюда: Котлета мясо-картофельная по-хлыновски

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Картофель | Дети | | 0,015 |
| Лук | Дети | 0,011 | 0,00924 |
| Яйцо | Дети | 0,143 | 0,143 |
| Мясо | Дети | 0,072 | 0,06552 |
| Масло растительное | Дети | 0,002 | 0,002 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------------|----------|
| Белки, г | 0,01254 |
| Жиры, г | 0,01162 |
| Углеводы, г | 0,00338 |
| Калорийность, ккал | 185,5824 |
| Витамин С, аскорбиновая мг | 32,5 |
| Витамин В1, тиамин мг | 0,195 |
| Витамин В2, рибофлавин мг | 0,11375 |
| Железо, Fe мг | 1,4625 |
| Кальций, Ca мг | 16,25 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,4 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Подготовленную говядину, сырой очищенный картофель, репчатый лук нарезают, пропускают через мясорубку, добавляют яйца, соль. Массу тщательно перемешивают и формируют изделия овально-приплюснутой формы, доводят до готовности в жарочном шкафу.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.н163/8

Наименование блюда: Котлета мясная 80 гр

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Лук | Дети | 0,008 | |
| Молоко | Дети | 0,008 | 0,008 |
| Хлеб пшеничный | Дети | 0,004 | 0,004 |
| Мясо | Дети | 0,042 | |
| Масло растительное | Дети | 0,001 | 0,001 |
| Мясо свинина | Дети | 0,05 | |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,01571 |
| Жиры, г | 0,01332 |
| Углеводы, г | 0,0028 |
| Калорийность, ккал | 214,2316 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,48 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Мясо измельчают на мясорубке, соединяют с пшеничным хлебом, замоченным в молоке, добавляют соль, перемешивают и вторично пропускают через мясорубку. Лук пассеруют на растительном масле и соединяют с фаршем. Массу перемешивают, формируют котлеты-овально-приплюснутой формы толщиной 1,5-2см. Изделия доводят до готовности в жарочном шкафу. Готовность определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности изделий, затем проверяют на разрезе. Температура подачи 65 С. Содержание в сырьевом наборе на выход 60 гр составляет - 69 гр, на

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.104

Наименование блюда: Тефтели из говядины с рисом "Ёжики"

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Лук | Дети | 0,027 | 0,02268 |
| Рис | Дети | 0,006 | 0,006 |
| Молоко | Дети | 0,008 | 0,008 |
| Мясо | Дети | 0,066 | 0,06006 |
| Масло растительное | Дети | 0,002 | 0,002 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,01143 |
| Жиры, г | 0,01059 |
| Углеводы, г | 0,00594 |
| Калорийность, ккал | 179,9096 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,4 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Рис перебирают, варят рассыпчатую рисовую кашу, лук нарезают мелким кубиком, бланшируют, пассеруют. Мясо измельчают на мясорубке с двойной мелкой решеткой или дважды. В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рассыпчатый рис, хорошо перемешивают, разделяют в виде шариков по две штуки на порцию (по 42 г). Шарики заливают соусом и тушат в жарочном шкафу при температуре 160-200*С до готовности. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились и гарниром. Температура подачи 65*С.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.016/2**Наименование блюда:** Рыба с овощами в омлете 100г**Вид обработки:** Термообработка**Рецептура (раскладка продуктов) блюда:**

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Лук | Дети | 0,00867 | 0,00728 |
| Масло сливочное | Дети | 0,002 | 0,002 |
| Морковь | Дети | 0,01083 | 0,00867 |
| Яйцо | Дети | 0,5 | 0,5 |
| Молоко | Дети | 0,02 | 0,019 |
| Минтай | Дети | 0,1 | 0,061 |
| Масло растительное | Дети | 0,002 | 0,002 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,01224 |
| Жиры, г | 0,00627 |
| Углеводы, г | 0,00238 |
| Калорийность, ккал | 144,9226 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,7 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:**Технология приготовления**

Рыбу припустить в жарочном шкафу до готовности. Отобрать от кожуры и костей. Овощи спассировать на растительном масле. Соединить рыбу и пассированные овощи, выложить на протвину, смазанную сливочным маслом и залить омлетом. Запекать в жарочном шкафу при температуре 250 С - 25мин. Перед подачей разрезать на порции .

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.61р

Наименование блюда: Суфле рыбное

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Мука | Дети | 0,002 | 0,002 |
| Яйцо | Дети | 0,21 | 0,21 |
| Молоко | Дети | 0,02 | 0,02 |
| Горбуша | Дети | 0,133 | 0,07581 |
| Масло растительное | Дети | 0,002 | 0,002 |
| Вода | Дети | 0,005 | 0,005 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,0167 |
| Жиры, г | 0,00786 |
| Углеводы, г | 0,0022 |
| Калорийность, ккал | 161,0287 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,48 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Филе рыбы с кожей и без костей варят до готовности и измельчают дважды на мясорубке. В полученную массу добавляют густой молочный соус, яйца и тщательно выбивают. Выкладывают на смазанный лист маслом растительным и запекают 15-20 мин в жарочном шкафу. При отпуске нарезают порционные куски. Срок

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.н114

Наименование блюда: Котлета из мяса курицы

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Лук | Дети | 0,007 | 0,00588 |
| Яйцо | Дети | 0,08 | 0,08 |
| Молоко | Дети | 0,01 | 0,01 |
| Хлеб пшеничный | Дети | 0,007 | 0,007 |
| Филе птицы | Дети | 0,07692 | 0,07 |
| Масло растительное | Дети | 0,002 | 0,002 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,01524 |
| Жиры, г | 0,00396 |
| Углеводы, г | 0,0042 |
| Калорийность, ккал | 123,0848 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,48 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Мякоть птицы без кожи пропускают через мясорубку с луком. Измельченное мясо соединяют с замоченным в молоке пшеничным хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты и укладывают на смазанный растительным маслом противень, подливают горячей воды и припускают при закрытой крышке до готовности 15-20 мин. Температура подачи 65 град.С.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.н163/8

Наименование блюда: Котлета мясная 80 гр

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Лук | Дети | 0,008 | |
| Молоко | Дети | 0,008 | 0,008 |
| Хлеб пшеничный | Дети | 0,004 | 0,004 |
| Мясо | Дети | 0,042 | |
| Масло растительное | Дети | 0,001 | 0,001 |
| Мясо свинина | Дети | 0,05 | |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,01571 |
| Жиры, г | 0,01332 |
| Углеводы, г | 0,0028 |
| Калорийность, ккал | 214,2316 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,48 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Мясо измельчают на мясорубке, соединяют с пшеничным хлебом, замоченным в молоке, добавляют соль, перемешивают и вторично пропускают через мясорубку. Лук пассеруют на растительном масле и соединяют с фаршем. Массу перемешивают, формируют котлеты-овально-приплюснутой формы толщиной 1,5-2см. Изделия доводят до готовности в жарочном шкафу. Готовность определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности изделий, затем проверяют на разрезе. Температура подачи 65 С. Содержание в сырьевом наборе на выход 60 гр составляет - 69 гр, на выход 80 гр - 92 гр. Потери при тепловой обработке - 12 %.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.н076/3

Наименование блюда: Каша гречневая рассыпчатая 180г

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,00554 | 0,00554 |
| Греча | Дети | 0,0623 | 0,0623 |
| Вода | Дети | 0,12738 | 0,12738 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,00635 |
| Жиры, г | 0,00577 |
| Углеводы, г | 0,0391 |
| Калорийность, ккал | 225,2242 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,54 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Крупу перебрать, промыть. В кипящую воду положить соль, всыпать подготовленную крупу и варить до загустения, периодически помешивая. Когда каша загустеет, довести до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. Сливочное масло растопить в эмалированной посуде, прокипятить, добавить в готовую кашу и все тщательно перемешать. Содержание в сырьевом наборе на выход 100 гр каши составляет 105 гр, на выход 130 гр - 136 гр. Потери при тепловой обработке 4 %.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.45/3

Наименование блюда: Каша рисовая рассыпчатая 150г

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,004 | 0,004 |
| Рис | Дети | 0,053 | 0,053 |
| Соль | Дети | 0,001 | 0,001 |
| Вода | Дети | 0,11 | 0,11 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|---------|
| Белки, г | 0,00376 |
| Жиры, г | 0,00411 |
| Углеводы, г | 0,03046 |
| Калорийность, ккал | 179,91 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,6 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Рис перебирают, промывают несколько раз в холодной воде, всыпают в кипящую подсоленную воду и варят до готовности 30 мин, затем добавляют растопленное, доведенное до кипения масло сливочное, перемешивают и прогревают 3-5 мин. Внешний вид - зерна сохранили форму, не разварившиеся. Цвет- белый или серовато-белый. Консистенция- рассыпчатая, мягкая, однородная. Запах-свойственный вареному рису с маслом сливочным, без постороннего. Вкус- характерный вареному рису с маслом сливочным, без подгорелости.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.64-1/1

Наименование блюда: Картофельное пюре 130 гр

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Картофель | Дети | | 0,1118 |
| Масло сливочное | Дети | 0,0039 | 0,0039 |
| Молоко | Дети | 0,01916 | 0,0182 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------------|---------|
| Белки, г | 0,0026 |
| Жиры, г | 0,00373 |
| Углеводы, г | 0,01922 |
| Калорийность, ккал | 129,35 |
| Витамин С, аскорбиновая мг | 32,5 |
| Витамин В1, тиамин мг | 0,195 |
| Витамин В2, рибофлавин мг | 0,11375 |
| Железо, Fe мг | 1,4625 |
| Кальций, Ca мг | 16,25 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,39 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем состоянии через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Потери при тепловой обработке - 1 %.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.179/2

Наименование блюда: Рис припущенный с овощами 120 гр

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Лук | Дети | 0,01846 | 0,01551 |
| Масло сливочное | Дети | 0,00554 | 0,00554 |
| Морковь | Дети | | 0,01754 |
| Рис | Дети | 0,04 | 0,04 |
| Масло растительное | Дети | 0,00092 | 0,00092 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,00326 |
| Жиры, г | 0,00577 |
| Углеводы, г | 0,02596 |
| Калорийность, ккал | 175,2327 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,6 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Крупы рисовую перебирают, промывают, кладут в подсоленную кипящую воду и варят при слабом кипении. В конце варки добавляют масло сливочное(50%). Морковь предварительно промывают, тщательно перебирают, очищают, повторно промывают, шинкуют. Затем припускают с мелко нарезанным репчатым луком (замороженные овощи припускают не размораживая) в небольшом количестве воды с добавлением масла (используют оставшееся масло сливочное) 5-8 мин. Соединяют с отварным рисом и, помешивая, прогревают в течение 10-15 мин.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 2021/46/3-

Наименование блюда: Макароны отварные 130 гр

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,00325 | 0,00325 |
| Макаронные изделия | Дети | 0,0442 | 0,0442 |
| Соль йодированная | Дети | 0,00085 | 0,00085 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|---------|
| Белки, г | 0,00434 |
| Жиры, г | 0,00279 |
| Углеводы, г | 0,03015 |
| Калорийность, ккал | 173,264 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,39 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (при соотношении 1:6) макароны 20-25 мин, вермишель – 10-12 мин. Отварные макаронные изделия откидывают на сито (дуршлаг), добавляют растопленное масло сливочное, перемешивают, выкладывают в функциональную емкость и прогревают 3-5 мин. Температура подачи не ниже 65°C, срок годности не более 2 ч.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.43-2/3/2

Наименование блюда: Макароны отварные с сыром 130 гр

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,00407 | 0,00407 |
| Соль | Дети | 0,00082 | 0,00082 |
| Сыр | Дети | 0,00893 | 0,00813 |
| Макаронные изделия | Дети | 0,04144 | 0,04144 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|---------|
| Белки, г | 0,00606 |
| Жиры, г | 0,00527 |
| Углеводы, г | 0,02828 |
| Калорийность, ккал | 198,714 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,52 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (при соотношении 1:6) макароны 20-25 мин, вермишель - 10-12 мин. Отварные макаронные изделия откидывают на сито (дуршлаг), добавляют растопленное сливочное масло, посыпают тертым сыром, перемешивают и прогревают 3-5 мин в жарочном шкафу. Внешний вид - макаронные изделия не разварены, форма сохранена. Цвет - светло - серый или светло - кремовый. Консистенция - мягкая. Запах - свойственный для отварных макаронных изделий с маслом сливочным, без постороннего. Вкус - характерный для отварных макаронных изделий с маслом сливочным и сыром.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.н076/1

Наименование блюда: Каша гречневая рассыпчатая

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,00462 | 0,00462 |
| Греча | Дети | 0,05192 | 0,05192 |
| Вода | Дети | 0,10615 | 0,10615 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,00529 |
| Жиры, г | 0,00481 |
| Углеводы, г | 0,03258 |
| Калорийность, ккал | 187,7216 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,45 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Крупу перебрать, промыть. В кипящую воду положить соль, всыпать подготовленную крупу и варить до загустения, периодически помешивая. Когда каша загустеет, довести до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. Сливочное масло растопить в эмалированной посуде, прокипятить, добавить в готовую кашу и все тщательно перемешать. Содержание в сырьевом наборе на выход 100 гр каши составляет 105 гр, на выход 130 гр - 136 гр. Потери при тепловой обработке 4 %.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.н180/3

Наименование блюда: Рагу из овощей 150г

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Картофель | Дети | 0,06715 | 0,047 |
| Лук | Дети | 0,01072 | 0,009 |
| Масло сливочное | Дети | 0,003 | 0,003 |
| Морковь | Дети | 0,015 | 0,012 |
| Мука | Дети | 0,003 | 0,003 |
| Сметана | Дети | 0,003 | 0,003 |
| Капуста | Дети | 0,0375 | 0,03 |
| Укроп зелень | Дети | 0,001 | 0,001 |
| Петрушка зелень | Дети | 0,001 | 0,001 |
| Зеленый горошек | Дети | 0,03906 | 0,025 |
| Масло растительное | Дети | 0,002 | 0,002 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------------|---------|
| Белки, г | 0,00283 |
| Жиры, г | 0,00475 |
| Углеводы, г | 0,01513 |
| Калорийность, ккал | 120,77 |
| Витамин С, аскорбиновая мг | 32,5 |
| Витамин В1, тиамин мг | 0,195 |
| Витамин В2, рибофлавин мг | 0,11375 |
| Железо, Fe мг | 1,4625 |
| Кальций, Са мг | 16,25 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 1,65 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Капусту нарезают шашками, припускают. Остальные овощи нарезают кубиками 1*1см или дольками длиной не более 2-2,5 см. В подготовленную посуду закладывают припущенную морковь, пассерованный лук, картофель, заливают сметанным соусом и тушат 15-20 мин, добавляют соль. За 5 минут до готовности кладут консервированный зеленый горошек и в конце варки добавляют масло сливочное и зелень. При отпуске рагу выкладывают горкой. При отсутствии того или иного вида овощей, указанных в рецептуре, можно готовить блюдо из остальных овощей, увеличив их закладку. Для приготовления соуса муку пассеруют, разводят горячей водой, проваривают 5 - 10 минут.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.1/3/2**Наименование блюда:** Картофель отварной 130 г**Вид обработки:** Термообработка**Рецептура (раскладка продуктов) блюда:**

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Картофель | Дети | | 0,12567 |
| Масло сливочное | Дети | 0,00433 | 0,00433 |
| Соль | Дети | 0,00087 | 0,00087 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):**Содержание питательных веществ блюда:**

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------------|----------|
| Белки, г | 0,00238 |
| Жиры, г | 0,00358 |
| Углеводы, г | 0,02073 |
| Калорийность, ккал | 132,9244 |
| Витамин С, аскорбиновая мг | 32,5 |
| Витамин В1, тиамин мг | 0,195 |
| Витамин В2, рибофлавин мг | 0,11375 |
| Железо, Fe мг | 1,4625 |
| Кальций, Са мг | 16,25 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,39 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:**Технология приготовления**

Очищенный картофель целыми клубнями или нарезанный крупным кубиком (2,0*2,0) заливают горячей кипяченой водой, добавляют соль и варят до готовности. Отвар сливают, вареный картофель подсушивают 5-7 мин. на плите. При отпуске горячий картофель поливают растопленным, доведенным до кипения маслом сливочным, можно добавить мелко нарезанную зелень (1-2 гр).

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.н151-8

Наименование блюда: Макароны изделия отварные

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,00293 | 0,00293 |
| Макаронные изделия | Дети | 0,044 | 0,044 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,00431 |
| Жиры, г | 0,00256 |
| Углеводы, г | 0,03001 |
| Калорийность, ккал | 170,1964 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,22 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Длинные макароны разламывают на мелкие части. Макароны изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Проверяют на готовность на разрезе - не должно быть прослойки проваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют растопленным сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при t 140-160 град.С 5 мин. Температура подачи 65 град.С.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.64с/1

Наименование блюда: Картофельное пюре 130 гр

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Картофель | Дети | | 0,11093 |
| Масло сливочное | Дети | 0,00347 | 0,00347 |
| Молоко | Дети | 0,01824 | 0,01733 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------------|----------|
| Белки, г | 0,00257 |
| Жиры, г | 0,0034 |
| Углеводы, г | 0,01904 |
| Калорийность, ккал | 124,9243 |
| Витамин С, аскорбиновая мг | 32,5 |
| Витамин В1, тиамин мг | 0,195 |
| Витамин В2, рибофлавин мг | 0,11375 |
| Железо, Fe мг | 1,4625 |
| Кальций, Ca мг | 16,25 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,39 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Очищенный картофель заливают кипящей, подсоленной водой и варят до готовности. Отвар сливают, картофель протирают в горячем состоянии через протирочную машину. В протертый картофель добавляют горячее кипяченое молоко, прокипяченное сливочное масло и тщательно перемешивают до получения пышной однородной массы.

Содержание в сырьевом наборе на выход 110 гр пюре составляет - 111 гр, на выход 150 гр - 152 гр.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 4.8/3

Наименование блюда: Капуста тушеная

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Лук | Дети | 0,01031 | 0,00867 |
| Морковь | Дети | | 0,013 |
| Мука | Дети | 0,0026 | 0,0026 |
| Сахар | Дети | 0,0026 | 0,0026 |
| Соль | Дети | 0,00087 | 0,00087 |
| Капуста | Дети | | 0,14733 |
| Масло растительное | Дети | 0,0026 | 0,0026 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|---------|
| Белки, г | 0,00302 |
| Жиры, г | 0,00246 |
| Углеводы, г | 0,01506 |
| Калорийность, ккал | 89,5878 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,91 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Зачищенную свежую капусту, очищенные морковь и репчатый лук, нарезают соломкой. Нарезанные морковь и лук припускают с добавлением воды (20% к массе) и маслом. Муку пассеруют (подсушивают в жарочном шкафу до светло-кремового цвета). В нарезанную капусту соем до 30 см. добавляют воду (20% к массе) и тушат до полуготовности при периодическом помешивании, за 10-15 мин. до готовности добавляют припущенные

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.076

Наименование блюда: Каша гречневая рассыпчатая

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,006 | 0,006 |
| Греча | Дети | 0,04 | 0,04 |
| Вода | Дети | 0,095 | 0,095 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|---------|
| Белки, г | 0,00409 |
| Жиры, г | 0,00549 |
| Углеводы, г | 0,02512 |
| Калорийность, ккал | 162,88 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,39 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Крупу перебрать, промыть. В кипящую воду положить соль, всыпать подготовленную крупу и варить до загустения, периодически помешивая. Когда каша загустеет, довести до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. Сливочное масло растопить в эмалированной посуде, прокипятить, добавить в готовую кашу и все тщательно перемешать. Содержание в сырьевом наборе на выход 100 гр каши составляет 105 гр, на выход 130 гр - 136 гр.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.45/3

Наименование блюда: Каша рисовая рассыпчатая 150г

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,004 | 0,004 |
| Рис | Дети | 0,053 | 0,053 |
| Соль | Дети | 0,001 | 0,001 |
| Вода | Дети | 0,11 | 0,11 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|---------|
| Белки, г | 0,00376 |
| Жиры, г | 0,00411 |
| Углеводы, г | 0,03046 |
| Калорийность, ккал | 179,91 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,6 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Рис перебирают, промывают несколько раз в холодной воде, всыпают в кипящую подсоленную воду и варят до готовности 30 мин, затем добавляют растопленное, доведенное до кипения масло сливочное, перемешивают и прогревают 3-5 мин. Внешний вид - зерна сохранили форму, не разварившиеся. Цвет- белый или серовато-белый. Консистенция- рассыпчатая, мягкая, однородная. Запах-свойственный вареному рису с маслом сливочным, без постороннего. Вкус-

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.1/3/2

Наименование блюда: Картофель отварной 130 г

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Картофель | Дети | | 0,12567 |
| Масло сливочное | Дети | 0,00433 | 0,00433 |
| Соль | Дети | 0,00087 | 0,00087 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------------|----------|
| Белки, г | 0,00238 |
| Жиры, г | 0,00358 |
| Углеводы, г | 0,02073 |
| Калорийность, ккал | 132,9244 |
| Витамин С, аскорбиновая мг | 32,5 |
| Витамин В1, тиамин мг | 0,195 |
| Витамин В2, рибофлавин мг | 0,11375 |
| Железо, Fe мг | 1,4625 |
| Кальций, Са мг | 16,25 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,39 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Очищенный картофель целыми клубнями или нарезанный крупным кубиком (2,0*2,0) заливают горячей кипяченой водой, добавляют соль и варят до готовности. Отвар сливают, вареный картофель подсушивают 5-7 мин. на плите. При отпуске горячий картофель поливают растопленным, доведенным до кипения маслом сливочным, можно добавить мелко нарезанную зелень (1-2 гр).

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 2021/46/3-

Наименование блюда: Макароны изделия отварные 130 гр

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Масло сливочное | Дети | 0,00325 | 0,00325 |
| Макаронные изделия | Дети | 0,0442 | 0,0442 |
| Соль йодированная | Дети | 0,00085 | 0,00085 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|---------|
| Белки, г | 0,00434 |
| Жиры, г | 0,00279 |
| Углеводы, г | 0,03015 |
| Калорийность, ккал | 173,264 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 0,39 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (при соотношении 1:6) макароны 20-25 мин, вермишель – 10-12 мин. Отварные макаронные изделия откидывают на сито (дуршлаг), добавляют растопленное масло сливочное, перемешивают, выкладывают в функциональную емкость и прогревают

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.061/3

Наименование блюда: Бигус с мясом 200г

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Лук | Дети | 0,01222 | 0,01027 |
| Масло сливочное | Дети | 0,00222 | 0,00222 |
| Морковь | Дети | | 0,01667 |
| Мука | Дети | 0,00222 | 0,00222 |
| Соль | Дети | 0,00261 | 0,00261 |
| Сметана | Дети | 0,00333 | 0,00333 |
| Капуста | Дети | | 0,16087 |
| Укроп зелень | Дети | 0,00167 | 0,00167 |
| Петрушка зелень | Дети | 0,00167 | 0,00167 |
| Мясо | Дети | 0,06667 | 0,03761 |
| Томатная паста | Дети | 0,00222 | 0,00222 |
| Масло растительное | Дети | 0,00222 | 0,00222 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|----------|
| Белки, г | 0,01016 |
| Жиры, г | 0,00965 |
| Углеводы, г | 0,01454 |
| Калорийность, ккал | 189,5751 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 2,4 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Крупные куски мяса, отваренные до полуготовности, нарезают кубиками по 20-30 г. Нарезанную соломкой капусту кладут в котел, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), нарезанные кубиками мясо и тушат до готовности. За 10 минут до готовности добавляют соль, сливочное масло, сметану, томатную пасту, лавровый лист, пассерованные морковь и лук-репку, зелень.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.152/3

Наименование блюда: Азу 225 г

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Картофель | Дети | 0,15652 | 0,10956 |
| Лук | Дети | 0,01761 | 0,01479 |
| Масло сливочное | Дети | 0,00489 | 0,00489 |
| Морковь | Дети | 0,01223 | 0,00979 |
| Мука | Дети | 0,00294 | 0,00294 |
| Укроп зелень | Дети | 0,00098 | 0,00098 |
| Чеснок | Дети | 0,00098 | 0,00082 |
| Петрушка зелень | Дети | 0,00098 | 0,00098 |
| Мясо | Дети | 0,08315 | 0,07567 |
| Огурцы конс | Дети | 0,02445 | 0,01956 |
| Масло растительное | Дети | 0,00098 | 0,00098 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------------|----------|
| Белки, г | 0,01616 |
| Жиры, г | 0,01551 |
| Углеводы, г | 0,02283 |
| Калорийность, ккал | 320,8239 |
| Витамин С, аскорбиновая мг | 32,5 |
| Витамин В1, тиамин мг | 0,195 |
| Витамин В2, рибофлавин мг | 0,11375 |
| Железо, Fe мг | 1,4625 |
| Кальций, Са мг | 16,25 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|-------|
| 5 д 10,5 ч | 2,475 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Мясо, нарезанное брусочками по 10 - 15 г, тушат почти до готовности в закрытой посуде при слабом кипении. На оставшемся бульоне приготавливают соус, в который кладут огурцы консервированные, нарезанные соломкой, пассерованный лук и морковь, соль. Полученным соусом заливают мясо, добавляют картофель и тушат еще 20 мин. За несколько минут до готовности блюдо заправляют, лавровым листом, растертым чесноком и зеленью.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.070

Наименование блюда: Жаркое по-домашнему

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Картофель | Дети | 0,193 | 0,116 |
| Лук | Дети | 0,015 | 0,0126 |
| Масло сливочное | Дети | 0,006 | 0,006 |
| Морковь | Дети | 0,015 | |
| Укроп зелень | Дети | 0,001 | 0,001 |
| Петрушка зелень | Дети | 0,001 | 0,001 |
| Мясо | Дети | 0,094 | 0,08554 |
| Масло растительное | Дети | 0,002 | 0,002 |
| Вода | Дети | 0,05 | 0,05 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------------|----------|
| Белки, г | 0,01754 |
| Жиры, г | 0,01858 |
| Углеводы, г | 0,02152 |
| Калорийность, ккал | 352,1832 |
| Витамин С, аскорбиновая мг | 32,5 |
| Витамин В1, тиамин мг | 0,195 |
| Витамин В2, рибофлавин мг | 0,11375 |
| Железо, Fe мг | 1,4625 |
| Кальций, Са мг | 16,25 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 2,07 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Отварное мясо нарезают ломтиками поперек волокон по 2 куса на порцию, картофель и лук кубиками. Лук бланшируют и пассеруют с морковью. Мясо и овощи кладут в сотейник слоями, чтобы снизу и сверху мяса были овощи, добавляют пассерованные овощи, соль, бульон (продукты должны быть только покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист, зелень. Содержание в сырьевом наборе на выход 180 гр жаркого составляет - 220 гр, на выход 230 гр - 281 гр.

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 7.4/8/4

Наименование блюда: Плов из мяса говядины 230 гр.

Вид обработки: Термообработка

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Категория | Брутто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|-----------|----------|
| Лук | Дети | 0,0138 | 0,0138 |
| Морковь | Дети | 0,0276 | 0,0276 |
| Рис | Дети | 0,0552 | 0,0552 |
| Соль | Дети | 0,00138 | 0,00138 |
| Мясо | Дети | 0,07667 | 0,0736 |
| Масло растительное | Дети | 0,0092 | 0,0092 |
| Вода | Дети | 0,115 | 0,115 |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы):

Содержание питательных веществ блюда:

| Содержание продуктов | Дети |
|----------------------|---------|
| Белки, г | 0,01728 |
| Жиры, г | 0,01973 |
| Углеводы, г | 0,03535 |
| Калорийность, ккал | 414,414 |

Рекомендуемый выход блюда для кормления детей за 1 прием пищи (грамм):

| Количество часов содержания детей в ДОУ | Дети |
|---|------|
| 5 д 10,5 ч | 1,61 |

Технологическая карта приготовления блюда в ДОУ:

Технология приготовления

Мясо говядины нарезают кусочками (массой по 20-30 г). Очищенные морковь и лук репчатый нарезают соломкой и припускают с добавлением воды (20% к массе) и масла растительного. Нарезанное мясо обжаривают, добавляют припущенные овощи, заливают водой, равной объему необходимой для рассыпчатой каши (1:2,1), тушат 10-15 мин., добавляют соль, затем всыпают промытый рис, перемешивают и варят при слабом кипении до готовности (до полного поглощения воды и размягчения риса), в конце-перемешивают. При