

Название меню: Меню для 21-дневной смены, 7-11 лет (Сахарный диабет)

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Дети с сахарным диабетом

Сборники рецептов, которые были использованы в меню:

Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г.

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г.

Список блюд(всего 68):

Салат из моркови и яблок

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11з

Наименование изделия:Салат из моркови и яблок

Номер рецептуры:54-11з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	61.0	48.8	0.63	0.05	3.37	16.4
2	Яблоко	27.1	24.0	0.10	0.10	2.35	10.7
3	Масло подсолнечное	8.0	8.0	0.00	7.99	0.00	71.9
4	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			80	0.73	8.14	5.72	99

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Морковь	0.03	0.03	976.00	0.49	2	10	98	13	19	27	0	2.4	0.0
2	Яблоко	0.01	0.00	1.20	0.07	2	6	67	4	2	3	1	0.5	0.1
3	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	103	0	1	0	0	0	10.7	0.0
Итого		0.04	0.03	977.2	0.56	4	119	165	18	21	30	1	13.6	0.1

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Яблоки моют проточной водой, очищают от кожуры и сердцевин, нарезают мелкой соломкой. Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Морковь и яблоки смешивают в одной емкости, добавляют соль и заправляют растительным маслом. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - салат уложен горкой, морковь и яблоки сохранили форму нарезки; консистенция: морковь - хрустящая, яблоки - мягкие; цвет - свойственный моркови и яблокам; вкус и запах - свойственные моркови и яблокам.

Винегрет с растительным маслом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-16з

Наименование изделия:Винегрет с растительным маслом

Номер рецептуры:54-16з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	29.6	17.6	0.33	0.06	2.61	12.3
2	Огурец соленый	30.0	24.0	0.18	0.02	0.37	2.4
3	Лук репчатый	15.0	12.0	0.16	0.02	0.90	4.4
4	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
5	Свекла	16.3	12.0	0.17	0.01	0.96	4.6
6	Масло подсолнечное	8.0	8.0	0.00	7.03	0.00	63.3
7	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			80	0.94	7.15	5.34	89.5

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.02	0.01	0.32	0.25	1	1	83	2	4	9	0	0.9	0.0
2	Огурец соленый	0.00	0.00	0.72	0.04	0	203	28	5	3	5	0	0.0	0.0
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	0	0	17	3	1	6	0	0.4	0.1
4	Морковь	0.00	0.00	96.00	0.06	0	1	13	2	3	4	0	0.4	0.0
5	Свекла	0.00	0.00	0.14	0.02	0	4	29	4	2	4	0	0.8	0.1
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0

Итого	0.02	0.01	97.18	0.42	1	268	170	17	13	28	0	10.5	0.2
-------	------	------	-------	------	---	-----	-----	----	----	----	---	------	-----

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Свеклу перебирают, промывают проточной водой, обрезают, запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, нарезают на овощерезке на кубики. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками. Морковь перебирают, моют, чистят, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками. Огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками 1 х 6 мм, отжимают. Лук репчатый перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и нарезают на мелкие кубики, бланшируют. Все овощи, за исключением свеклы, соединяют, заправляют растительным маслом и солью. Свеклу заправляют растительным маслом отдельно, затем соединяют с остальными овощами, хорошо перемешивают. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - овощи аккуратно нарезаны; консистенция: вареные овощи - мягкие, сырые - слегка хрустящие; цвет - соответствует виду овощей; вкус и запах - соответствуют виду овощей.

Помидор в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3з

Наименование изделия:Помидор в нарезке

Номер рецептуры:54-3з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томат	90.4	80.0	0.88	0.16	3.04	17.1
Выход:			80	0.88	0.16	3.04	17.1

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Томат	0.05	0.03	106.40	0.56	20	2	232	11	16	21	1	1.6	0.3
Итого		0.05	0.03	106.4	0.56	20	2	232	11	16	21	1	1.6	0.3

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Помидоры перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками или кружочками, раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - помидоры нарезаны дольками или кружочками; цвет - красный; вкус и запах - свойственные помидорам.

Горошек зеленый

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-20з

Наименование изделия:Горошек зеленый

Номер рецептуры:54-20з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горошек зеленый консерв.	62.0	40.0	1.17	0.07	2.37	14.8
Выход:			40	1.17	0.07	2.37	14.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Горошек зеленый консерв.	0.03	0.02	12.00	0.22	2	109	33	7	7	22	0	0.0	0.5
Итого		0.03	0.02	12	0.22	2	109	33	7	7	22	0	0	0.5

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку 3-5 минут, отвар сливают. Охлажденный горошек раскладывают на порции. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна сохранили форму; консистенция - зерна мягкие; цвет - характерный для входящих в состав изделия продуктов; вкус и запах - характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов и запахов.

Кукуруза сахарная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21з

Наименование изделия:Кукуруза сахарная

Номер рецептуры:54-21з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Кукуруза консервированная	62.0	40.0	0.83	0.14	4.08	20.9
Выход:			40	0.83	0.14	4.08	20.9

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Кукуруза консервированная	0.01	0.02	0.48	0.28	1	122	45	15	5	14	0	0.0	0.2
Итого		0.01	0.02	0.48	0.28	1	122	45	15	5	14	0	0	0.2

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Кукурузу консервированную выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку 3-5 минут, отвар сливают. Охлажденную кукурузу раскладывают на порции. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна сохранили форму; консистенция: зерна мягкие; цвет: характерный для входящих в состав изделия продуктов; вкус и запах: характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов и запахов.

Огурец в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2з

Наименование изделия:Огурец в нарезке

Номер рецептуры:54-2з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г., 2021

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Огурец	67.8	60.0	0.48	0.06	1.50	8.5
Выход:			60	0.48	0.06	1.5	8.5

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Огурец	0.02	0.02	6.00	0.12	6	5	85	14	8	25	0	1.8	0.2
Итого		0.02	0.02	6	0.12	6	5	85	14	8	25	0	1.8	0.2

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Огурцы перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, нарезают кружочками

или дольками, раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - огурцы нарезаны кружочками или дольками; вкус и запах - свойственные огурцам.

Перец болгарский в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4з

Наименование изделия:Перец болгарский в нарезке

Номер рецептуры:54-4з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Перец сладкий	90.4	80.0	1.04	0.08	3.92	20.6
Выход:			80	1.04	0.08	3.92	20.6

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Перец сладкий	0.06	0.07	200.00	0.80	160	2	130	6	6	13	0	2.4	0.1
Итого		0.06	0.07	200	0.8	160	2	130	6	6	13	0	2.4	0.1

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Перец перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток под проточной водой не менее 5 минут. У перцев отрезают плодоножку, разрезают, очищают от семян, нарезают брусочками, раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Цвет соответствует ингредиентам нарезки; вкус и запах - сладкого перца.

Салат из капусты с овощами

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10з

Наименование изделия:Салат из капусты с овощами

Номер рецептуры:54-10з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Капуста цветная	37.0	29.6	0.70	0.08	1.13	8.0
2	Огурец	23.0	18.4	0.14	0.02	0.42	2.4
3	Томат	23.0	18.4	0.19	0.03	0.64	3.6
4	Масло подсолнечное	4.8	4.8	0.00	4.22	0.00	38.0
5	Яйцо куриное	11.4	10.4	1.24	1.05	0.07	14.7
6	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			80	2.27	5.4	2.26	66.7

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Капуста цветная	0.02	0.02	0.53	0.24	8	2	52	7	4	13	0	0.9	0.2
2	Огурец	0.00	0.01	1.10	0.03	1	1	22	4	2	7	0	0.6	0.0
3	Томат	0.01	0.01	14.68	0.10	2	0	44	2	3	4	0	0.4	0.1
4	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Яйцо куриное	0.01	0.04	16.22	0.30	0	11	12	5	1	17	0	2.1	2.8
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	78	0	1	0	0	0	10.7	0.0
Итого		0.04	0.08	32.53	0.67	11	92	130	19	10	41	0	14.7	3.1

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Цветную капусту перебирают, промывают проточной водой, помещают в кипящую воду и отваривают 3-5 минут. Отваренную капусту разбирают на соцветия. Огурцы перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, затем нарезают ломтиками. Помидоры перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками. Обработанные яйца варят 10 минут, охлаждают, чистят и мелко рубят. Цветную капусту, помидоры, огурцы и яйца заправляют солью и перемешивают. При отпуске салат заправляют растительным маслом. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция капусты – мягкая, сырых помидоров и огурцов - сочная, упругая; цвет - свойственный продуктам, входящим в состав салата; вкус и запах - свойственные овощам и растительному маслу.

Сыр твердых сортов в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13

Наименование изделия:Сыр твердых сортов в нарезке

Номер рецептуры:54-13

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сыр российский	31.2	30.0	6.96	8.85	0.00	107.5
Выход:			30	6.96	8.85	0	107.5

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сыр российский	0.01	0.09	78.00	0.09	0	243	26	264	11	150	0	0.0	4.3
Итого		0.01	0.09	78	0.09	0	243	26	264	11	150	0	0	4.3

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2-3 мм. Сыр нарезают не ранее чем за 30-40 мин до отпуска. Перед раздачей порционированный сыр хранят в холодильнике. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - форма нарезки сохранена; вкус, цвет и запах - соответствуют используемому продукту.

Салат из свеклы отварной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13з

Наименование изделия:Салат из свеклы отварной

Номер рецептуры:54-13з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Свекла	103.4	76.0	1.07	0.07	6.09	29.2
2	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6
3	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			80	1.07	3.59	6.09	60.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Свекла	0.01	0.02	0.91	0.12	3	27	182	25	15	28	1	5.3	0.5

2	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	78	0	1	0	0	0	10.7	0.0
Итого		0.01	0.02	0.91	0.12	3	105	182	26	15	28	1	16	0.5

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают, очищают от кожицы, измельчают на овощерезке. При отпуске заправляют солью, растительным маслом. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - свекла мелко измельчена; консистенция: мягкая, сочная; цвет - темно-малиновый; вкус и запах - свойственные свекле.

Салат из белокочанной капусты

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-7з

Наименование изделия: Салат из белокочанной капусты

Номер рецептуры: 54-73

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Капуста белокочанная	125.0	100.0	1.80	0.10	4.70	26.9
2	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.02	0.66	3.2
3	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.55	2.7
4	Масло подсолнечное	8.0	8.0	0.00	7.99	0.00	71.9
5	Сахар-песок	2.4	2.4	0.00	0.00	2.40	9.6
6	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
Выход:			80	2.01	8.12	8.32	114.3

Витамины и минеральные вещества

[illegible]

6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	103	0	1	0	0	0	10.7	0.0
7	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.05	163	0.82	46	118	330	53	20	40	1	14.3	0.3

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком, выделившийся сок отжимают. Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой или натирают на терке. Лук репчатый перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают и мелко шинкуют. Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают. Подготовленные овощи соединяют, добавляют сахар, раствор лимонной кислоты, масло растительное и перемешивают. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся; консистенция - слегка хрустящая; цвет - окраска овощей не изменилась; вкус и запах - свойственные входящим в салат продуктам.

Салат из белокочанной капусты с морковью

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-8з

Наименование изделия:Салат из белокочанной капусты с морковью

Номер рецептуры:54-8з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Капуста белокочанная	84.0	67.2	1.21	0.07	3.16	18.1
2	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.55	2.7
3	Масло подсолнечное	8.0	8.0	0.00	7.99	0.00	71.9
4	Сахар-песок	4.0	4.0	0.00	0.00	3.99	16.0
5	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	4.0	4.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
Выход:			80	1.31	8.07	7.71	108.7

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
---	---------	--------	--------	-------------------	---------	--------	---------	--------	---------	---------	--------	---------	---------	----------

1	Капуста белокочанная	0.02	0.03	2.02	0.47	30	9	202	32	11	21	0	2.0	0.2
2	Морковь	0.00	0.01	160.00	0.08	0	2	16	2	3	4	0	0.4	0.0
3	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	103	0	1	0	0	0	10.7	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	1	0	0	0	0.0	0.0
7	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.02	0.04	162.02	0.55	30	114	218	36	14	25	0	13.1	0.2

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой (2 на 15 мм). Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают. В капусту и морковь добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока. Затем заправляют сахаром, раствором лимонной кислоты, растительным маслом, хорошо перемешивают. Температура подачи: 14 градусов С.

Внешний вид - нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся; консистенция - слегка хрустящая; цвет - окраска овощей не изменилась; вкус и запах - свойственные входящим в салат продуктам.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 53-19з

Номер рецептуры: 53-193

Пищевые вещества:

Витамины и минеральные вещества

1	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	45.00	0.02	0	2	3	2	0	3	0	0.0	0.1
Итого		0	0.01	45	0.02	0	2	3	2	0	3	0	0	0.1

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Масло нарезают на кусочки. Перед раздачей порционированное масло хранят в холодильнике.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция – твердая; масса однородная; вкус и запах – сливочного масла.

Каша вязкая молочная кукурузная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2к

Наименование изделия:Каша вязкая молочная кукурузная

Номер рецептуры:54-2к

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа кукурузная	57.0	57.0	4.45	0.60	36.83	170.5
2	Молоко 2.5% м.д.ж	100.0	100.0	2.73	2.20	4.37	48.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.08	6.38	0.12	58.2
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9
5	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	65.0	65.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	7.26	9.18	44.04	287.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа кукурузная	0.05	0.03	11.29	0.96	0	3	70	10	15	54	1	0.0	8.5
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	13.20	0.64	1	38	121	106	12	78	0	9.0	1.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	27.00	0.02	0	1	2	2	0	3	0	0.0	0.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	20	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.08	0.16	51.49	1.62	1	336	193	141	27	136	1	49	10.4

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении, помешивая, через 15-20 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар. За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают, затем упаривают при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные; консистенция - однородная, вязкая, держится горкой, зерна мягкие; цвет - желтый, вкус и запах - соответствуют наименованию каши.

Борщ с капустой и картофелем со сметаной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2с

Наименование изделия:Борщ с капустой и картофелем со сметаной

Номер рецептуры:54-2с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	134.4	80.0	1.50	0.28	11.87	56.0
2	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
3	Морковь	62.5	50.0	0.61	0.04	3.14	15.4
4	Петрушка (корень)	2.5	2.0	0.03	0.01	0.18	0.9
5	Свекла	217.6	160.0	2.26	0.14	12.81	61.5
6	Томатное пюре	30.0	30.0	1.02	0.00	3.22	16.9
7	Капуста белокочанная	100.0	80.0	1.35	0.07	3.42	19.7
8	Сметана 15.0%	50.0	50.0	1.22	6.60	1.64	70.8
9	Масло подсолнечное	20.0	20.0	0.00	17.58	0.00	158.2
10	Сахар-песок	10.0	10.0	0.00	0.00	9.08	36.3
11	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
12	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
13	Бульон	800.0	800.0	15.04	3.52	2.18	100.6
14	Кислота лимонная	1.0	1.0	0.01	0.00	0.05	0.3
Выход:			1000	23.58	28.32	50.66	551.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.07	0.04	1.44	1.15	6	3	377	7	16	40	1	4.0	0.2
2	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
3	Морковь	0.02	0.03	600.00	0.40	1	8	83	12	17	24	0	2.5	0.0
4	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.02	0.02	0	0	6	1	0	1	0	0.0	0.0
5	Свекла	0.02	0.05	1.92	0.26	6	56	382	52	31	60	2	11.2	1.0

6	Томатное пюре	0.01	0.01	36.00	0.26	3	2	167	5	12	18	1	0.0	0.2
7	Капуста белокочанная	0.02	0.03	1.44	0.45	14	8	199	34	11	22	0	2.4	0.2
8	Сметана 15.0%	0.01	0.04	32.10	0.24	0	15	48	39	4	26	0	4.5	0.2
9	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
11	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
12	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
13	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
14	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.02	0.00	1	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.16	0.21	673.31	2.94	33	534	1322	168	96	212	4	85.8	2

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, варят 10 мин., затем закладывают картофель, вареную свеклу, коренья, пассерованный лук с морковью, томатное пюре, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности борщ заправляют солью, сахаром, лимонной кислотой. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности блески жира светло-желтого цвета, овощи аккуратно нашинкованы, нарезка сохранилась; вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

Суп сливочный с рыбой (горбуша)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-16с

Наименование изделия:Суп сливочный с рыбой (горбуша)

Номер рецептуры:54-16с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	462.0	275.0	5.17	0.97	40.79	192.6
2	Морковь	31.2	25.0	0.31	0.02	1.57	7.7
3	Лук репчатый	31.2	25.0	0.33	0.04	1.87	9.2

4	Горбуша (филе)	169.5	150.0	28.91	8.58	0.00	192.8
5	Молоко 2.5% м.д.ж	75.0	75.0	2.04	1.65	3.28	36.1
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	25.0	25.0	0.19	15.95	0.30	145.5
7	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Лавровый лист	0.1	0.1	0.01	0.01	0.04	0.3
9	Вода	825.0	825.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			1000	36.96	27.22	47.85	584.2

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.24	0.15	4.95	3.96	22	10	1296	24	55	139	2	13.8	0.6
2	Морковь	0.01	0.01	300.00	0.20	1	4	42	6	8	12	0	1.2	0.0
3	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.10	1	1	36	7	3	13	0	0.8	0.1
4	Горбуша (филе)	0.22	0.19	27.00	9.72	1	80	417	26	39	261	1	75.0	58.9
5	Молоко 2.5% м.д.ж	0.02	0.09	9.90	0.48	0	29	91	79	9	59	0	6.8	1.3
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.02	67.50	0.04	0	3	6	5	0	7	0	0.0	0.2
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
8	Лавровый лист	0.00	0.00	0.19	0.00	0	0	0	1	0	0	0	0.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	254	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.5	0.46	409.54	14.5	25	568	1888	407	114	492	3	157.6	61.1

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки. Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Морковь и лук пассеруют. Рыбное филе припускают с добавлением соли. Готовое филе вынимают. В процеженный рыбный бульон кладут нарезанный картофель, пассерованные лук и морковь и варят. В конце варки кладут отварное филе горбуши, соль и лавровый лист вводят молоко и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – картофель порезан брусочками или кубиками; консистенция овощей - мягкая; вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат молока, рыбы и овощей.

Суп картофельный с ламинарией и яйцом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-22с

Наименование изделия:Суп картофельный с ламинарией и яйцом

Номер рецептуры:54-22с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	436.8	260.0	4.89	0.92	38.57	182.1
2	Зелень сушеная	0.5	0.5	0.01	0.00	0.03	0.2
3	Лук репчатый	25.0	20.0	0.26	0.04	1.49	7.3
4	Морковь	25.0	20.0	0.24	0.02	1.26	6.2
5	Ламинария листовая	7.9	7.0	0.10	0.01	5.18	21.2
6	Сметана 15.0%	20.0	20.0	0.49	2.64	0.66	28.3
7	Масло подсолнечное	30.0	30.0	0.00	26.37	0.00	237.4
8	Яйцо куриное	13.8	12.5	1.49	1.26	0.08	17.7
9	Соль поваренная йодированная	2.0	2.0	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Лавровый лист	0.5	0.5	0.04	0.04	0.22	1.4
11	Вода	850.0	850.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			1000	7.52	31.3	47.49	501.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.22	0.15	4.68	3.74	21	10	1226	23	52	131	2	13.0	0.6
2	Зелень сушеная	0.00	0.00	2.25	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
3	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.08	1	1	29	5	2	10	0	0.6	0.1
4	Морковь	0.01	0.01	240.00	0.16	0	3	33	5	7	10	0	1.0	0.0
5	Ламинария листовая	0.02	0.06	0.81	0.00	0	238	7	31	22	2	0	8330.0	0.6
6	Сметана 15.0%	0.00	0.02	12.84	0.10	0	6	19	15	2	10	0	1.8	0.1
7	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	1	0	0.0	0.0
8	Яйцо куриное	0.01	0.04	19.50	0.36	0	13	15	6	1	21	0	2.5	3.4
9	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	588	0	6	0	1	0	80.0	0.0
10	Лавровый лист	0.00	0.00	0.93	0.01	0	0	2	4	1	0	0	0.0	0.0
11	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	262	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.27	0.28	281.01	4.45	22	859	1332	358	87	186	2	8428.9	4.8

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Сухую ламинарию измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают и шинкуют, пассеруют с морковью. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Картофель кладут в кипящую воду, доводят до кипения и варят 10-15 мин. Затем кладут пассерованные нарезанные соломкой лук, морковь, зелень и подготовленную ламинарию. В конце варки кладут соль, специи, сметану и доводят до готовности. Яйца обрабатывают, погружают в кипящую подсоленную воду и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. После варки яйца погружают в холодную воду. При отпуске в тарелку кладут предварительно нарезанное вареное яйцо. Температура подачи: не менее 75 градусов С. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель нарезан брусочками или кубиками, овощи сохранили форму; консистенция - овощей и ламинарии - мягкая, овощи сохранили форму; цвет - бульона - светлый; вкус и запах - соответствует входящим в состав продуктам.

Щи из свежей капусты со сметаной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1с

Наименование изделия:Щи из свежей капусты со сметаной

Номер рецептуры:54-1с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	10.0	10.0	1.02	0.11	6.36	30.5
2	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
3	Петрушка (корень)	2.5	2.0	0.03	0.01	0.18	0.9
4	Томатное пюре	6.0	6.0	0.20	0.00	0.64	3.4
5	Капуста белокочанная	350.0	280.0	4.74	0.25	11.98	69.1
6	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
7	Сметана 15.0%	50.0	50.0	1.22	6.60	1.64	70.8
8	Масло подсолнечное	20.0	20.0	0.00	17.58	0.00	158.2
9	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
11	Бульон	800.0	800.0	15.04	3.52	2.18	100.6
Выход:			1000	23.28	28.19	28.56	461

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.01	0.00	0.00	0.10	0	0	10	2	1	7	0	0.2	0.5
2	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
3	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.02	0.02	0	0	6	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Томатное пюре	0.00	0.00	7.20	0.05	1	0	33	1	2	4	0	0.0	0.0
5	Капуста белокочанная	0.06	0.09	5.04	1.57	50	28	697	118	39	76	1	8.4	0.7
6	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
7	Сметана 15.0%	0.01	0.04	32.10	0.24	0	15	48	39	4	26	0	4.5	0.2
8	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0

10	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
11	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.11	0.16	524.73	2.46	54	491	919	188	64	154	1	76.3	1.6

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь припускают с маслом и небольшим количеством бульона до полуготовности. Нашинкованный лук слегка бланшируют и пассеруют на масле. В кипящий бульон (или воду) кладут капусту, доводят до кипения, добавляют припущенные коренья, лук и варят 20-30 минут. За 5 минут до готовности добавляют соль, бланшированное томатное пюре, подсушенную муку, разведенную водой, и варят до готовности. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - капусты в сочетании с овощами; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

Рассольник Ленинградский

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3с

Наименование изделия:Рассольник Ленинградский

Номер рецептуры:54-3с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	20.0	20.0	1.32	0.18	13.47	60.7
2	Картофель	504.0	300.0	5.64	1.06	44.50	210.1
3	Огурец соленый	75.0	60.0	0.45	0.05	0.93	6.0
4	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
5	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
6	Сметана 15.0%	50.0	50.0	1.22	6.60	1.64	70.8
7	Масло подсолнечное	20.0	20.0	0.00	17.58	0.00	158.2
8	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
10	Бульон	750.0	750.0	14.10	3.30	2.05	94.3
Выход:			1000	23.76	28.89	68.17	627.6

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
---	---------	--------	--------	-------------------	---------	--------	---------	--------	---------	---------	--------	---------	---------	----------

1	Крупа рисовая	0.01	0.01	0.00	0.53	0	2	17	1	9	26	0	0.3	2.7
2	Картофель	0.26	0.17	5.40	4.32	24	11	1414	26	60	151	2	15.0	0.7
3	Огурец соленый	0.01	0.01	1.80	0.10	1	507	70	12	7	13	0	0.0	0.0
4	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
5	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
6	Сметана 15.0%	0.01	0.04	32.10	0.24	0	15	48	39	4	26	0	4.5	0.2
7	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
10	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.32	0.26	519.67	5.67	28	983	1674	105	98	256	2	83	3.8

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. Соленые огурцы очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ромбиками. Соленые огурцы припускают в небольшом количестве бульона 10-15 мин. Крупу рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Крупу закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. В кипящий бульон (или воду) кладут полупроваренную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, пассерованные репчатый лук и морковь, через 5-10 мин добавляют припущенные огурцы. За 5 минут до готовности рассольник заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат огурцов, крупы и овощей.

Каша вязкая молочная пшеничная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13к

Наименование изделия:Каша вязкая молочная пшеничная

Номер рецептуры:54-13к

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа пшеничная Артек	50.0	50.0	5.17	0.53	31.17	150.1
2	Молоко 2.5% м.д.ж	106.0	106.0	2.89	2.33	4.63	51.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.08	6.38	0.12	58.2
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9

5	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	54.0	54.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	8.14	9.24	38.64	270.3

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа пшеничная Артек	0.11	0.04	0.00	1.08	0	6	95	18	26	120	2	0.0	31.1
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.13	13.99	0.68	1	40	128	112	13	83	0	9.5	1.9
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	27.00	0.02	0	1	2	2	0	3	0	0.0	0.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	17	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.14	0.18	40.99	1.78	1	341	225	152	39	207	2	49.5	33.1

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40о-50оС), затем горячей водой (60о-70оС), после промывания ошпаривают. В кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна полностью набухшие, мягкие консистенция: мягкая, однородная; цвет: от кремового до желтоватого; вкус и запах соответствуют наименованию каши.

Суп гороховый

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-8с

Наименование изделия:Суп гороховый

Номер рецептуры:54-8с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горох	80.0	80.0	15.42	1.41	36.04	218.5
2	Картофель	420.0	250.0	4.70	0.88	37.08	175.1
3	Петрушка (корень)	12.5	10.0	0.14	0.05	0.92	4.7
4	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
5	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3

6	Масло подсолнечное	20.0	20.0	0.00	17.58	0.00	158.2
7	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
9	Бульон	650.0	650.0	12.22	2.86	1.77	81.7
Выход:			1000	33.51	22.9	81.39	665.7

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Горох	0.47	0.10	0.96	4.16	0	20	580	81	74	229	5	4.1	9.2
2	Картофель	0.22	0.14	4.50	3.60	20	10	1179	22	50	126	2	12.5	0.6
3	Петрушка (корень)	0.01	0.01	0.12	0.10	1	1	28	5	2	6	0	0.0	0.0
4	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
5	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
8	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
9	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.73	0.28	485.95	8.34	24	479	1912	135	144	401	7	79.8	10

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Горох перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой на сливочном масле. Подготовленный горох кладут в бульон доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, пассерованные со сливочным маслом морковь и петрушку, лук и варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель и овощи сохранили форму нарезки, горох разваренный; консистенция - картофель, горох и овощи - мягкие; цвет бульона - желтоватый; вкус - свойственный гороху; запах - гороха.

Суп из овощей с фрикадельками мясными

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-5с

Наименование изделия:Суп из овощей с фрикадельками мясными

Номер рецептуры:54-5с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	672.0	400.0	7.52	1.41	59.33	280.1
2	Лук репчатый	62.5	50.0	0.66	0.09	3.73	18.3
3	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
4	Петрушка (корень)	12.5	10.0	0.14	0.05	0.92	4.7
5	Томатное пюре	10.0	10.0	0.34	0.00	1.07	5.6
6	Говядина 1 категории	128.8	114.0	19.93	16.05	0.00	224.2
7	Масло подсолнечное	10.0	10.0	0.00	8.79	0.00	79.1
8	Яйцо куриное	8.8	8.0	0.96	0.81	0.05	11.3
9	Соль поваренная йодированная	2.4	2.4	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
11	Вода	10.0	10.0	0.00	0.00	0.00	0.0
12	Бульон	700.0	700.0	13.16	3.08	1.91	88.0
Выход:			1000	43.21	30.33	69.61	724.1

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.35	0.22	7.20	5.76	32	15	1886	35	80	202	3	20.0	0.9
2	Лук репчатый	0.02	0.01	0.00	0.20	2	2	73	14	6	25	0	1.5	0.2
3	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
4	Петрушка (корень)	0.01	0.01	0.12	0.10	1	1	28	5	2	6	0	0.0	0.0
5	Томатное пюре	0.00	0.00	12.00	0.09	1	1	56	2	4	6	0	0.0	0.1
6	Говядина 1 категории	0.05	0.14	0.00	7.48	0	56	308	9	22	186	3	8.2	0.0
7	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Яйцо куриное	0.00	0.03	12.48	0.23	0	8	9	4	1	13	0	1.6	2.2
9	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	706	0	8	0	2	0	96.0	0.0
10	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
11	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	3	0	0	0	0.0	0.0
12	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.45	0.43	512.17	14.18	37	795	2427	91	128	459	6	129.3	3.4

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют, делят на две части. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Одну часть лука бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой, вторую часть (1/5 часть) лука бланшируют отдельно для добавления в мясо. Мясо дефростируют, промывают проточной водой при помощи щетки, нарезают на куски и пропускают через мясорубку (2-3 раза), добавляют мелко рубленый бланшированный лук, яйцо, соль (1/3 часть) и воду, перемешивают и выбивают, затем разделяют на шарики по 7-10 г, укладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и готовят на пару 15-20 минут, или варят в кастрюле - 15-20 минут. Готовые фрикадельки хранят в бульоне, перед отпуском еще раз доводят до

кипения. В кипящий бульон (или воду) кладут картофель, нарезанный брусочками. Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассерованный репчатый лук, томатную пасту. Варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. При отпуске в тарелку кладут горячие фрикадельки и наливают суп. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – бульон прозрачный, форма овощей сохранена, консистенция мягкая, фрикадельки – сочные; вкус – соответствует наименованию блюда; запах - аромат мяса и овощей.

Каша вязкая молочная овсяная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9к

Наименование изделия:Каша вязкая молочная овсяная

Номер рецептуры:54-9к

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа овсяная	50.0	50.0	5.78	2.68	27.07	155.6
2	Молоко 2.5% м.д.ж	100.0	100.0	2.73	2.20	4.37	48.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.08	6.38	0.12	58.2
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9
5	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	60.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	8.59	11.26	34.28	272.9

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа овсяная	0.18	0.04	0.00	1.72	0	13	150	28	50	152	2	2.2	12.7
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	13.20	0.64	1	38	121	106	12	78	0	9.0	1.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	27.00	0.02	0	1	2	2	0	3	0	0.0	0.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	18	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.21	0.17	40.2	2.38	1	346	273	157	62	234	2	51.2	14.6

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, помешивая, пока каша не загустеет, добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные; консистенция - однородная, вязкая, зерна - мягкие; цвет - серовато-белый; вкус и запах - соответствуют наименованию каши.

Омлет с сыром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-40

Наименование изделия:Омлет с сыром

Номер рецептуры:54-40

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	71.4	71.4	1.95	1.57	3.12	34.4
2	Сыр российский	46.1	44.3	9.66	11.50	0.00	142.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	14.3	14.3	0.11	9.12	0.17	83.2
4	Яйцо куриное	125.7	114.3	13.64	11.57	0.73	161.6
5	Соль поваренная йодированная	0.6	0.6	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	25.36	33.76	4.02	421.3

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	0.02	0.09	9.43	0.46	0	27	87	75	9	56	0	6.4	1.3
2	Сыр российский	0.01	0.11	69.09	0.11	0	273	32	343	13	193	0	0.0	5.7
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	38.58	0.02	0	2	4	3	0	4	0	0.0	0.1
4	Яйцо куриное	0.06	0.40	178.29	3.29	0	116	133	55	12	191	2	22.9	30.9
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	168	0	2	0	0	0	22.8	0.0
Итого		0.09	0.61	295.39	3.88	0	586	256	478	34	444	2	52.1	38

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия, натирают на терке. Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, добавляют тертый сыр, перемешивают и взбивают до образования пены, затем выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной

корочки. Омлет можно варить на пару 25-30 мин. Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Суфле из моркови с творогом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3т

Наименование изделия: Суфле из моркови с творогом

Номер рецептури: 54-3т

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	5.5	5.5	0.58	0.07	3.38	16.4
2	Крупа манная	6.8	6.8	0.66	0.06	4.37	20.6
3	Морковь	119.4	95.5	1.17	0.08	6.00	29.4
4	Молоко 2.5% м.д.ж	20.5	20.5	0.56	0.45	0.90	9.9
5	Творог 5.0% м.д.ж	34.1	34.1	6.73	1.50	0.93	44.2
6	Сметана 15.0%	5.5	5.5	0.13	0.73	0.18	7.8
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	4.1	4.1	0.03	2.62	0.05	23.9
8	Яйцо куриное	15.0	13.6	1.62	1.38	0.09	19.2
9	Сахар-песок	8.2	8.2	0.00	0.00	7.45	29.8
10	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	11.48	6.89	23.35	201.2

Витамины и минеральные вещества

[illegible]

10	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	118	0	1	0	0	0	16.0	0.0
Итого		0.09	0.19	1191.28	2.73	2	190	254	110	45	165	1	28.9	14.4

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Творог перетирают. Морковь перебирают, промывают, пропускают через овоще-протирочную машину, припускают в молоке с маслом, в конце припускания постепенно всыпают манную крупу и варят при помешивании 10-15 мин, затем охлаждают до температуры 40-50 градусов Цельсия. Затем соединяют с протертым творогом и яичными желтками, сметаной, добавляют соль. Массу хорошо вымешивают и осторожно добавляют в нее взбитые белки. Полученную массу выкладывают в емкость, смазанную маслом (1/3 от нормы) и посыпанную сухарями, и готовят на пару 30-50 мин. Отпускают суфле, политое растопленным сливочным маслом. Готовность блюда определяют по уплотнению структуры - суфле легко отделяется от стенок емкости. Перед отпуском суфле нарезают на порции. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности нет трещин, держит форму; консистенция - мягкая, сочная, нежная; цвет - золотисто-оранжевый; вкус и запах - запеченных моркови и творога.

Запеканка из творога с морковью

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2т

Наименование изделия:Запеканка из творога с морковью

Номер рецептуры:54-2т

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	4.0	4.0	0.42	0.05	2.46	12.0
2	Крупа манная	15.0	15.0	1.45	0.13	9.64	45.5
3	Морковь	117.5	94.0	1.15	0.08	5.90	28.9
4	Молоко 2.5% м.д.ж	23.0	23.0	0.63	0.51	1.00	11.1
5	Творог 5.0% м.д.ж	56.0	56.0	11.05	2.46	1.53	72.5
6	Сметана 15.0%	4.0	4.0	0.10	0.53	0.13	5.7
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	7.5	7.5	0.06	4.78	0.09	43.6
8	Яйцо куриное	6.6	6.0	0.72	0.61	0.04	8.5
9	Сахар-песок	6.0	6.0	0.00	0.00	5.45	21.8
10	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	15.58	9.15	26.24	249.6

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
---	---------	--------	--------	-------------------	---------	--------	---------	--------	---------	---------	--------	---------	---------	----------

1	Сухари панировочные	0.01	0.00	0.00	0.14	0	16	6	1	2	4	0	0.0	0.9
2	Крупа манная	0.02	0.00	0.00	0.36	0	0	16	3	2	11	0	0.0	0.0
3	Морковь	0.04	0.05	1128.00	0.75	2	15	156	22	31	45	1	4.7	0.1
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.03	3.04	0.15	0	9	28	24	3	18	0	2.1	0.4
5	Творог 5.0% м.д.ж	0.02	0.12	11.09	1.75	0	17	52	81	11	107	0	5.0	14.8
6	Сметана 15.0%	0.00	0.00	2.57	0.02	0	1	4	3	0	2	0	0.4	0.0
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	20.25	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
8	Яйцо куриное	0.00	0.02	9.36	0.17	0	6	7	3	1	10	0	1.2	1.6
9	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	118	0	1	0	0	0	16.0	0.0
Итого		0.1	0.23	1174.31	3.35	2	183	271	140	50	199	1	29.4	17.9

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Творог перетирают. Морковь перебирают, промывают, нарезают соломкой, припускают со сливочным маслом (1/3 общего количества) в молоке. В конце припускания постепенно всыпают манную крупу и варят при помешивании 10-15 мин, затем охлаждают до температуры 40-50 градусов Цельсия и вводят протертый творог, сырые яйца, сахар, соль. Смесь перемешивают и выкладывают на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями, слоем 3,0 см. Поверхность запеканки разравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия до образования легкой корочки, затем в жарочном шкафу с температурой 160-180 градусов Цельсия (суммарно не менее 15 минут). Готовность блюда определяют по уплотнению структуры — запеканка легко отделяется от стенок противня. Перед отпуском запеканку нарезают на порции. Температура подачи: не менее 65 градусов С

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность ровная, имеет неглубокую корочку, консистенция - творог и морковь - мягкие; цвет - корочка золотистая, на разрезе - розовато-белая; вкус и запах - входящих в состав продуктов.

Сырники

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-6т

Наименование изделия:Сырники

Номер рецептуры:54-6т

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	10.0	10.0	1.02	0.11	6.36	30.5
2	Крупа манная	11.0	11.0	1.07	0.10	7.07	33.4
3	Творог 5.0% м.д.ж	135.0	135.0	26.65	5.94	3.69	174.8
4	Сметана 15.0%	5.0	5.0	0.12	0.66	0.16	7.1

5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	2.0	2.0	0.02	1.28	0.02	11.6
6	Яйцо куриное	5.5	5.0	0.60	0.51	0.03	7.1
7	Сахар-песок	8.0	8.0	0.00	0.00	7.27	29.1
8	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Ванилин	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
Выход:			150	29.48	8.6	24.62	293.7

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.01	0.00	0.00	0.10	0	0	10	2	1	7	0	0.2	0.5
2	Крупа манная	0.01	0.00	0.00	0.26	0	0	12	2	2	8	0	0.0	0.0
3	Творог 5.0% м.д.ж	0.04	0.28	26.73	4.21	0	42	125	195	27	258	0	12.2	35.6
4	Сметана 15.0%	0.00	0.00	3.21	0.02	0	2	5	4	0	3	0	0.5	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	5.40	0.00	0	0	0	0	0	1	0	0.0	0.0
6	Яйцо куриное	0.00	0.02	7.80	0.14	0	5	6	2	1	8	0	1.0	1.4
7	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
9	Ванилин	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.3	43.14	4.73	0	137	158	206	31	285	0	25.9	37.5

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Творог перетирают. Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. Ванилин растворяют в горячей воде. В протертый творог добавляют манную крупу, сырые яйца, ванилин, сахар, соль. Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика в диаметре 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке (1/2 нормы), формируют в виде круглых биточков толщиной 1,5 см, укладывают в смазанную сливочным маслом емкость. Сметану смешивают с оставшейся мукой. Полученной смесью смазывают поверхность сырников, и запекают в жарочном шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия 10-20 минут, до образования корочки, затем при температуре 180-200 градусов Цельсия доводят до готовности (суммарно не менее 20-ти минут). Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - на поверхности нет трещин, держит форму; консистенция - нежная, однородно промешанная; вкус и запах - творожный.

Омлет натуральный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1о

Наименование изделия:Омлет натуральный

Номер рецептуры:54-1о

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	76.9	76.9	2.10	1.69	3.36	37.1
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	15.4	15.4	0.12	9.81	0.18	89.5
3	Яйцо куриное	135.4	123.1	14.69	12.46	0.78	174.0
4	Соль поваренная йодированная	0.6	0.6	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	16.91	23.96	4.32	300.6

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	0.02	0.09	10.15	0.49	0	29	93	81	9	60	0	6.9	1.4
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	41.53	0.02	0	2	4	3	0	4	0	0.0	0.1
3	Яйцо куриное	0.06	0.43	192.00	3.54	0	125	143	60	13	206	3	24.6	33.3
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	182	0	2	0	0	0	24.8	0.0
Итого		0.08	0.53	243.68	4.05	0	338	240	146	22	270	3	56.3	34.8

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Затем яичную массу выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки. Омлет можно варить на пару 25-30 мин. Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; цвет - золотисто-желтый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Запеканка из творога

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1т

Наименование изделия:Запеканка из творога

Номер рецептуры:54-1т

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	6.9	6.9	0.73	0.09	4.24	20.6
2	Крупа манная	12.9	12.9	1.25	0.11	8.29	39.2
3	Творог 5.0% м.д.ж	186.0	186.0	36.72	8.18	5.08	240.8
4	Сметана 15.0%	6.9	6.9	0.17	0.91	0.23	9.8
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.9	6.9	0.05	4.40	0.08	40.2
6	Яйцо куриное	5.8	5.3	0.63	0.54	0.03	7.5
7	Сахар-песок	12.9	12.9	0.00	0.00	11.72	46.9
8	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	48.0	48.0	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Ванилин	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.0
Выход:			200	39.55	14.23	29.68	405

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сухари панировочные	0.01	0.00	0.00	0.24	0	28	11	2	3	7	0	0.0	1.5
2	Крупа манная	0.01	0.00	0.00	0.31	0	0	14	2	2	10	0	0.0	0.0
3	Творог 5.0% м.д.ж	0.05	0.39	36.83	5.80	0	58	173	268	37	356	1	16.7	49.1
4	Сметана 15.0%	0.00	0.01	4.43	0.03	0	2	7	5	1	4	0	0.6	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	18.63	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
6	Яйцо куриное	0.00	0.02	8.27	0.15	0	5	6	3	1	9	0	1.1	1.4
7	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	15	0	0	0	0.0	0.0
10	Ванилин	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.43	68.16	6.54	0	241	213	298	44	388	1	38.4	52.1

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Творог перетирают. В горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 минут, охлаждают. Протертый творог смешивают с заваренной и охлажденной вязкой манной кашей. Добавляют сырые яйца, сахар, соль. Подготовленную массу выкладывают в смазанный сливочным маслом и посыпанный панировочными сухарями противень слоем 3-4 см. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия до образования корочки, затем при температуре 180-200 градусов Цельсия доводят до готовности (суммарно не менее 15 минут). Готовность блюда определяют по уплотнению структуры — запеканка легко отделяется от стенок противня. Перед отпуском запеканку нарезают на порции. Температура подачи: не менее 65 градусов С

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность ровная, без трещин; консистенция - упругая; поверхность - ровная; цвет - белый на разрезе; вкус и запах - творожный с ванилином.

Пудинг из творога с яблоками

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4т

Наименование изделия:Пудинг из творога с яблоками

Номер рецептуры:54-4т

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	6.0	6.0	0.63	0.07	3.69	17.9
2	Яблоко	39.0	34.5	0.13	0.12	3.08	13.9
3	Творог 5.0% м.д.ж	102.0	102.0	20.13	4.49	2.78	132.1
4	Сметана 15.0%	6.0	6.0	0.15	0.79	0.20	8.5
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.0	6.0	0.05	3.83	0.07	34.9
6	Яйцо куриное	16.5	15.0	1.79	1.52	0.10	21.2
7	Сахар-песок	6.0	6.0	0.00	0.00	5.45	21.8
8	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Ванилин	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
Выход:			150	22.88	10.82	15.39	250.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сухари панировочные	0.01	0.00	0.00	0.21	0	24	9	2	2	6	0	0.0	1.3
2	Яблоко	0.01	0.01	1.03	0.08	1	7	80	5	3	3	1	0.7	0.1
3	Творог 5.0% м.д.ж	0.03	0.21	20.20	3.18	0	32	95	147	20	195	0	9.2	26.9
4	Сметана 15.0%	0.00	0.00	3.85	0.03	0	2	6	5	0	3	0	0.5	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	16.20	0.01	0	1	1	1	0	2	0	0.0	0.1
6	Яйцо куриное	0.01	0.05	23.40	0.43	0	15	17	7	2	25	0	3.0	4.1
7	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
9	Ванилин	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.28	64.68	3.94	1	169	208	168	27	234	1	25.4	32.5

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Творог перетирают. Яйца обрабатывают. Отделяют белки от желтков. Яичные желтки растирают с сахаром. Яблоки моют проточной водой, очищают от кожуры и сердцевин, протирают. Ванилин растворяют в горячей воде. В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, протертые яблоки, ванилин, растворенный в горячей воде, размягченное сливочное масло, соль. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до образования густой пены и

вводят в подготовленную массу перед запеканием. Полученную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу (пароконвектомате) 25-35 минут при температуре 220-250 градусов Цельсия. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и нарезают на порционные куски. Температура подачи: не менее 65 градусов С

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность подрумянена, без трещин и подгорелых мест; консистенция - однородная, нежная; цвет - на разрезе кремовый, корочка - золотисто-желтая; вкус и запах - творожно-яблочный.

Картофельное пюре

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11г

Наименование изделия:Картофельное пюре

Номер рецептуры:54-11г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	211.7	126.0	2.37	0.44	18.69	88.2
2	Молоко 2.5% м.д.ж	24.0	24.0	0.65	0.53	1.05	11.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
4	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	3.07	5.31	19.82	139.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.11	0.07	2.27	1.81	10	5	594	11	25	64	1	6.3	0.3
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.03	3.17	0.15	0	9	29	25	3	19	0	2.2	0.4
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	18.36	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
Итого		0.12	0.11	23.8	1.97	10	162	625	39	28	85	1	28.5	0.8

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, крупные клубни нарезают дольками, мелкие - целиком укладывают в посуду (слоем 50 см), заливают горячей водой, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают, пропускают через протирачную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 градусов Цельсия. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, растопленное сливочное масло. Пюре доводят до температуры 100 градусов Цельсия, постоянно помешивая, и прогревают 5-6 минут. Температура подачи:

не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса без комочков не протертого картофеля; консистенция - густая, пышная; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Капуста белокочанная тушеная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-19г – для детей с целиакией

Наименование изделия:Капуста белокочанная тушеная

Номер рецептуры:54-19г – для детей с целиакией

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томат	10.0	8.0	0.08	0.01	0.28	1.6
2	Капуста белокочанная	192.5	154.0	2.61	0.14	6.59	38.0
3	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
4	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
5	Масло подсолнечное	30.0	30.0	0.00	26.37	0.00	237.4
6	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	150.0	150.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	2.92	26.54	8.1	283

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Томат	0.00	0.00	6.38	0.04	1	0	19	1	1	2	0	0.2	0.0
2	Капуста белокочанная	0.03	0.05	2.77	0.86	28	15	383	65	21	42	1	4.6	0.4
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
4	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
5	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	1	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	46	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.06	129.15	1.01	29	164	431	118	26	54	1	25.5	0.4

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают,

промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Помидоры перебирают, промывают проточной водой не менее 5 минут, вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками. Морковь и лук пассеруют с добавлением воды. Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем 300 мм, добавляют воду, растительное масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассерованные, нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, предварительно бланшированный, и тушат с томатом до готовности 40-45 минут. За 10 минут до конца тушения капусту заправляют солью. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки овощей одинаковой формы и размера; консистенция - мягкая, сочная, у капусты допускается упругая; вкус и запах - присущие входящим в состав продуктам.

Рагу из овощей с кабачками

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-24г

Наименование изделия:Рагу из овощей с кабачками

Номер рецептуры:54-24г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.1	1.1	0.11	0.01	0.72	3.4
2	Картофель	80.6	48.0	0.90	0.17	7.12	33.6
3	Горошек зеленый консерв.	11.6	7.5	0.22	0.01	0.44	2.8
4	Кабачок	30.0	24.0	0.14	0.06	1.00	5.1
5	Капуста белокочанная	37.5	30.0	0.51	0.03	1.28	7.4
6	Морковь	30.0	24.0	0.29	0.02	1.51	7.4
7	Сметана 15.0%	22.5	22.5	0.55	2.97	0.74	31.9
8	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.1	1.1	0.01	0.72	0.01	6.5
9	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.27	0.00	47.5
10	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
11	Вода	24.8	24.8	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	2.73	9.26	12.82	145.6

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	1	0	0	1	0	0.0	0.1
2	Картофель	0.04	0.03	0.86	0.69	4	2	226	4	10	24	0	2.4	0.1
3	Горошек зеленый консерв.	0.01	0.00	2.25	0.04	0	21	6	1	1	4	0	0.0	0.1

4	Кабачок	0.01	0.01	0.72	0.13	1	0	47	3	2	3	0	0.0	0.0
5	Капуста белокочанная	0.01	0.01	0.54	0.17	5	3	75	13	4	8	0	0.9	0.1
6	Морковь	0.01	0.01	288.00	0.19	0	4	40	6	8	11	0	1.2	0.0
7	Сметана 15.0%	0.00	0.02	14.45	0.11	0	7	22	17	2	12	0	2.0	0.1
8	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	3.04	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	154	0	2	0	0	0	21.0	0.0
11	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	8	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.08	0.08	309.86	1.34	10	191	417	54	27	63	0	27.5	0.5

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают кубиками, запекают в жарочном шкафу. Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют шашками, припускают. Кабачки моют, очищают от кожицы, нарезают кубиками Морковь перебирают, промывают, нарезают кубиками, припускают с маслом до полуготовности, добавляют запеченный картофель, припущенную капусту, кабачки сырые, соль, зеленый горошек консервированный, припускают при закрытой крышке 10-15 минут, добавляют сметанный соус (номер технологической карты 54-1 соус-2020) и тушат в соусе еще 10-15 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: кусочки овощей одинаковой величины; консистенция: мягкая, сочная; форма нарезки сохранилась, допускается часть разварившегося картофеля; не допускается запах подгоревших и пареных овощей.

Капуста цветная отварная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-15г

Наименование изделия:Капуста цветная отварная

Номер рецептуры:54-15г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Капуста цветная	202.5	162.0	3.81	0.43	6.19	43.8
2	Масло подсолнечное	4.5	4.5	0.00	3.96	0.00	35.6
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	150.0	150.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	3.81	4.39	6.19	79.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Капуста цветная	0.12	0.13	2.92	1.30	45	12	282	37	24	72	2	4.9	0.9
2	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	46	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.12	0.13	2.92	1.3	45	159	282	85	24	72	2	24.9	0.9

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Цветную капусту перебирают, промывают проточной водой, помещают в кипящую воду и отваривают 3-5 минут. Отваренную капусту разбирают на соцветия. Подготовленную цветную капусту припускают в кипяченой воде с добавлением растительного масла. Добавляют соль и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – капуста сохраняет форму; консистенция капусты – мягкая, сочная; цвет - кремовый; вкус и запах - свойственный овощам и растительному маслу.

Капуста тушеная с ламинарией

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-26г

Наименование изделия:Капуста тушеная с ламинарией

Номер рецептуры:54-26г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томатная паста	3.6	3.6	0.16	0.01	0.62	3.3
2	Капуста белокочанная	160.4	128.3	2.17	0.11	5.49	31.6
3	Лук репчатый	6.4	5.1	0.07	0.01	0.38	1.9
4	Морковь	4.9	3.9	0.05	0.00	0.24	1.2
5	Ламинария листовая	1.2	1.1	0.02	0.00	0.81	3.3
6	Масло подсолнечное	9.6	9.6	0.00	8.44	0.00	76.0
7	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.1
9	Вода	60.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	2.47	8.57	7.55	117.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Томатная паста	0.00	0.00	4.32	0.02	0	0	20	1	1	2	0	0.0	0.0
2	Капуста белокочанная	0.03	0.04	2.31	0.72	23	13	319	54	18	35	1	3.8	0.3
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	7	1	1	3	0	0.2	0.0
4	Морковь	0.00	0.00	46.80	0.03	0	1	6	1	1	2	0	0.2	0.0
5	Ламинария листовая	0.00	0.01	0.13	0.00	0	37	1	5	4	0	0	1309.0	0.1
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	154	0	2	0	0	0	21.0	0.0
8	Лавровый лист	0.00	0.00	0.04	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	18	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.05	53.6	0.79	23	205	353	82	25	42	1	1334.2	0.4

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 х 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Сухую ламинарию, измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением воды. Нарезанную соломкой капусту кладут в котел, добавляют воду, масло подсолнечное, томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь и лук, лавровый лист, подготовленную ламинарию, соль и тушат до готовности. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: кусочки овощей одинаковой формы и размера; консистенция: мягкая, сочная, у капусты допускается упругая; цвет: коричневый; вкус: кисло-сладкий; запах: присущий входящим в состав продуктам.

Капуста тушеная с ламинарией

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-26г

Наименование изделия:Капуста тушеная с ламинарией

Номер рецептуры:54-26г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томатная паста	3.6	3.6	0.16	0.01	0.62	3.3
2	Капуста белокочанная	160.4	128.3	2.17	0.11	5.49	31.6
3	Лук репчатый	6.4	5.1	0.07	0.01	0.38	1.9

4	Морковь	4.9	3.9	0.05	0.00	0.24	1.2
5	Ламинария листовая	1.2	1.1	0.02	0.00	0.81	3.3
6	Масло подсолнечное	9.6	9.6	0.00	8.44	0.00	76.0
7	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.1
9	Вода	60.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	2.47	8.57	7.55	117.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Томатная паста	0.00	0.00	4.32	0.02	0	0	20	1	1	2	0	0.0	0.0
2	Капуста белокочанная	0.03	0.04	2.31	0.72	23	13	319	54	18	35	1	3.8	0.3
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	7	1	1	3	0	0.2	0.0
4	Морковь	0.00	0.00	46.80	0.03	0	1	6	1	1	2	0	0.2	0.0
5	Ламинария листовая	0.00	0.01	0.13	0.00	0	37	1	5	4	0	0	1309.0	0.1
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	154	0	2	0	0	0	21.0	0.0
8	Лавровый лист	0.00	0.00	0.04	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	18	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.05	53.6	0.79	23	205	353	82	25	42	1	1334.2	0.4

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 х 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Сухую ламинарию, измельчают, промывают, заливают водой, можно холодной, и оставляют минимум на 3 часа. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением воды. Нарезанную соломкой капусту кладут в котел, добавляют воду, масло подсолнечное, томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь и лук, лавровый лист, подготовленную ламинарию, соль и тушат до готовности. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: кусочки овощей одинаковой формы и размера; консистенция: мягкая, сочная, у капусты допускается упругая; цвет: коричневый; вкус: кисло-сладкий; запах: присущий входящим в состав продуктам.

Овощное рагу с баклажанами

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-25г

Наименование изделия:Овощное рагу с баклажанами

Номер рецептуры:54-25г

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	90.7	54.0	1.02	0.19	8.01	37.8
2	Петрушка (зелень)	7.5	6.0	0.21	0.02	0.41	2.7
3	Томат	37.5	30.0	0.31	0.05	1.04	5.9
4	Баклажан	127.5	102.0	1.15	0.09	4.18	22.1
5	Лук репчатый	21.2	17.0	0.22	0.03	1.27	6.2
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.08	6.38	0.12	58.2
7	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Вода	45.0	45.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	2.99	6.76	15.03	132.9

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.05	0.03	0.97	0.78	4	2	255	5	11	27	0	2.7	0.1
2	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	34.20	0.03	4	2	40	13	4	5	0	0.3	0.0
3	Томат	0.01	0.01	23.94	0.17	3	1	72	4	5	7	0	0.6	0.1
4	Баклажан	0.03	0.04	1.84	0.65	2	5	201	13	8	30	0	2.0	0.3
5	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.07	1	1	25	5	2	9	0	0.5	0.1
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	27.00	0.02	0	1	2	2	0	3	0	0.0	0.1
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
8	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	14	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.1	0.09	87.95	1.72	14	159	595	58	30	81	0	26.1	0.7

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают мелкими кубиками. Баклажаны моют, удаляют плодоножку, очищают от кожицы. Помидоры, зелень моют, мелко шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют, пассеруют на масле. После добавляют подготовленные овощи и зелень, соль и воду, тушат до готовности на слабом огне. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: форма нарезки овощей сохранена; консистенция: мягкая; цвет: розоватый; вкус: умеренно-соленый; запах: тушеных овощей.

Картофель отварной в молоке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10г

Наименование изделия:Картофель отварной в молоке

Номер рецептуры:54-10г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	7.5	7.5	0.76	0.09	4.77	22.9
2	Картофель	224.3	133.5	2.51	0.47	19.80	93.5
3	Молоко 2.5% м.д.ж	45.0	45.0	1.23	0.99	1.97	21.7
4	Масло подсолнечное	4.5	4.5	0.00	3.96	0.00	35.6
5	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	4.5	5.51	26.54	173.7

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.01	0.00	0.00	0.07	0	0	8	1	1	6	0	0.1	0.4
2	Картофель	0.12	0.07	2.40	1.92	11	5	629	12	27	67	1	6.7	0.3
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.05	5.94	0.29	0	17	55	48	5	35	0	4.0	0.8
4	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
Итого		0.14	0.12	8.34	2.28	11	169	692	63	33	108	1	30.8	1.5

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают дольками или крупными кубиками, заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до полуготовности. Затем отвар сливают, добавляют горячее молоко (35 г.), варят до готовности. Для приготовления мучной пассеровки необходимо всыпать муку в предварительно растопленное масло и пассеровать при температуре 120 градусов С до приобретения светло-желтого цвета. Разведенную молоком холодную мучную пассеровку добавляют в картофель, и, помешивая, доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – форма нарезки картофеля должна сохраниться; консистенция - рыхлая, картофель частично разварен; вкус и запах - отварного картофеля и кипяченого молока.

Рагу из овощей

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9г

Наименование изделия:Рагу из овощей

Номер рецептуры:54-9г

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.1	1.1	0.11	0.01	0.72	3.5
2	Картофель	80.6	48.0	0.90	0.17	7.12	33.6
3	Капуста белокочанная	37.5	30.0	0.51	0.03	1.28	7.4
4	Лук репчатый	15.0	12.0	0.16	0.02	0.90	4.4
5	Морковь	30.0	24.0	0.29	0.02	1.51	7.4
6	Репка	30.0	24.0	0.34	0.02	1.35	7.0
7	Сметана 15.0%	22.5	22.5	0.55	2.97	0.74	31.9
8	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.1	1.1	0.01	0.72	0.01	6.6
9	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6
10	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
11	Вода	24.6	24.6	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	2.87	7.48	13.63	133.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	1	0	0	1	0	0.0	0.1
2	Картофель	0.04	0.03	0.86	0.69	4	2	226	4	10	24	0	2.4	0.1
3	Капуста белокочанная	0.01	0.01	0.54	0.17	5	3	75	13	4	8	0	0.9	0.1
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	0	0	17	3	1	6	0	0.4	0.1
5	Морковь	0.01	0.01	288.00	0.19	0	4	40	6	8	11	0	1.2	0.0
6	Репка	0.01	0.01	2.45	0.21	2	3	47	10	4	7	0	0.1	0.1
7	Сметана 15.0%	0.00	0.02	14.45	0.11	0	7	22	17	2	12	0	2.0	0.1
8	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	3.05	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	150	0	2	0	0	0	20.4	0.0
11	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	8	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.08	309.35	1.43	11	169	428	63	29	69	0	27.4	0.6

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту нарезают шашками, припускают в половине масла, указанного в технологии. Морковь перебирают, промывают, нарезают на кубики, припускают в оставшемся масле. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, измельчают, бланшируют. Репу моют, очищают, нарезают кубиками, затем бланшируют. Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают кубиками, бланшируют. Соус: муку подсушивают при температуре 110-120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов, растирают со сливочным

маслом, вливают 1/4 горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшуюся воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения, соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. В подготовленную посуду закладывают припущенную морковь, капусту, бланшированный лук, картофель, репу, заливают сметанным соусом и тушат 15-20 минут, добавляют соль и доводят до готовности. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки овощей одинаковой формы и величины, форма нарезки сохранена, допускается, что часть картофеля разварена; консистенция - мягкая сочная; вкус и запах – соответствуют наименованию блюда.

Бефстроганов из отварной говядины

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1м

Наименование изделия:Бефстроганов из отварной говядины

Номер рецептуры:54-1м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.3	1.3	0.13	0.01	0.83	4.0
2	Морковь	9.1	7.3	0.09	0.01	0.46	2.2
3	Петрушка (корень)	1.6	1.3	0.02	0.01	0.12	0.6
4	Лук репчатый	2.5	2.0	0.03	0.00	0.15	0.7
5	Говядина 1 категории	91.2	80.7	14.11	11.36	0.00	158.7
6	Сметана 15.0%	25.0	25.0	0.61	3.30	0.82	35.4
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.3	1.3	0.01	0.83	0.02	7.6
8	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	109.3	109.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	15	15.52	2.4	209.2

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	1	0	0	1	0	0.0	0.1
2	Морковь	0.00	0.00	87.60	0.06	0	1	12	2	2	3	0	0.4	0.0
3	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.02	0.01	0	0	4	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	3	1	0	1	0	0.1	0.0
5	Говядина 1 категории	0.03	0.10	0.00	5.29	0	40	218	6	15	132	2	5.8	0.0
6	Сметана 15.0%	0.01	0.02	16.05	0.12	0	8	24	19	2	13	0	2.2	0.1

7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	3.51	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	34	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.12	107.18	5.5	0	108	262	64	19	151	2	16.5	0.2

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, нарезают с помощью овощерезательной машины. Морковь и петрушку отваривают и протирают. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, отваривают до готовности (готовность определяется выделением бесцветного сока в месте прокола). Вареное мясо очищают от пленок и соединительной ткани, нарезают соломкой длиной 3х3х30 мм. Мясо соединяют с протертыми овощами, пассерованным луком и заливают сметанным соусом, добавляют соль и тушат 5-10 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С. Сметанный соус: белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. Приготовление белого соуса: муку подсушивают при температуре 110 -120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов Цельсия, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют йодированную соль, затем процеживают и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус - вареного мяса и овощей; запах - вареного мяса, сметаны и овощей.

Котлета из говядины

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4м

Наименование изделия:Котлета из говядины

Номер рецептуры:54-4м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Хлеб пшеничный	14.3	14.3	1.02	0.10	6.40	30.6
2	Сухари панировочные	8.3	8.3	0.87	0.10	5.10	24.8
3	Говядина 1 категории	72.9	64.5	11.28	9.08	0.00	126.8
4	Молоко 2.5% м.д.ж	17.3	17.3	0.47	0.38	0.76	8.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.3	5.3	0.04	3.38	0.06	30.8
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			75	13.68	13.04	12.32	221.3

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.25	0	54	11	3	2	8	0	0.5	0.8
2	Сухари панировочные	0.01	0.01	0.00	0.29	0	34	13	2	3	9	0	0.0	1.8
3	Говядина 1 категории	0.03	0.08	0.00	4.23	0	32	175	5	12	105	2	4.6	0.0
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.02	2.28	0.11	0	7	21	18	2	14	0	1.6	0.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	14.31	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
Итого		0.05	0.12	16.59	4.89	0	187	221	30	19	137	2	14.7	2.9

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты овально-приплюснутой формы шириной 1,5-2 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

Капуста тушеная с мясом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10м

Наименование изделия:Капуста тушеная с мясом

Номер рецептуры:54-10м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.6	1.6	0.16	0.02	1.02	4.9
2	Капуста белокочанная	191.0	152.8	2.59	0.13	6.54	37.7
3	Лук репчатый	13.4	10.7	0.14	0.02	0.80	3.9
4	Морковь	6.6	5.3	0.06	0.00	0.33	1.6
5	Томатное пюре	8.0	8.0	0.27	0.00	0.86	4.5
6	Говядина 1 категории	120.6	106.7	18.66	15.02	0.00	209.8

7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.08	6.38	0.12	58.2
8	Масло подсолнечное	0.5	0.5	0.00	0.44	0.00	4.0
9	Сахар-песок	4.0	4.0	0.00	0.00	3.63	14.5
10	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
11	Лавровый лист	0.1	0.1	0.01	0.01	0.04	0.3
Выход:			200	21.97	22.02	13.34	339.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	2	0	0	1	0	0.0	0.1
2	Капуста белокочанная	0.03	0.05	2.75	0.86	28	15	380	65	21	41	1	4.6	0.4
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	16	3	1	5	0	0.3	0.0
4	Морковь	0.00	0.00	63.60	0.04	0	1	9	1	2	3	0	0.3	0.0
5	Томатное пюре	0.00	0.00	9.60	0.07	1	1	44	1	3	5	0	0.0	0.0
6	Говядина 1 категории	0.05	0.13	0.00	7.00	0	53	289	8	20	175	3	7.7	0.0
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	27.00	0.02	0	1	2	2	0	3	0	0.0	0.1
8	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	235	0	3	0	1	0	32.0	0.0
11	Лавровый лист	0.00	0.00	0.19	0.00	0	0	0	1	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.08	0.19	103.14	8.05	29	306	742	84	47	234	4	44.9	0.6

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением томатного пюре, пассерованной на подсолнечном масле муки. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 20-30 г, соединяют с припущенным овощами, добавляют воду (из расчета 30 г на порцию), соль, лавровый лист и тушат 20-25 минут. Затем к мясу с овощами добавляют капусту и тушат до готовности. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - мясо нарезано кубиками (20-30 г) кусочки мяса целые, консистенция: мяса и капусты - мягкая, нежная; вкус и запах: тушеного мяса, овощей и капусты.

Говядина отварная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-20м

Наименование изделия:Говядина отварная

Номер рецептуры:54-20м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лук репчатый	3.6	3.2	0.04	0.01	0.24	1.2
2	Морковь	4.0	3.2	0.04	0.00	0.20	1.0
3	Говядина 1 категории	146.4	129.6	22.66	18.25	0.00	254.9
4	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Вода	228.8	228.8	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			80	22.74	18.26	0.44	257.1

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	5	1	0	2	0	0.1	0.0
2	Морковь	0.00	0.00	38.40	0.03	0	1	5	1	1	2	0	0.2	0.0
3	Говядина 1 категории	0.06	0.16	0.00	8.50	0	64	351	10	25	212	3	9.3	0.0
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	157	0	2	0	0	0	21.3	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	70	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.16	38.4	8.54	0	222	361	84	26	216	3	30.9	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски по 75-100 гр. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Подготовленное мясо закладывают в горячую воду и варят при слабом кипении 2 часа, при варке добавляют лук и морковь. Соль кладут в бульон за 15-20 минут до готовности мяса. Готовность мяса проверяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок. Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, заливают небольшим количеством бульона, доводят до кипения и хранят в нем мясо до отпуска при температуре 50-60 градусов в закрытой посуде. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – мясо нарезано ровными кусочками; консистенция – мягкая, упругая; цвет, запах и вкус – мясной.

Котлета из курицы

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-5м

Наименование изделия:Котлета из курицы

Номер рецептуры:54-5м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	8.3	8.3	0.87	0.10	5.10	24.8
2	Хлеб пшеничный	9.3	9.3	0.66	0.07	4.16	19.9
3	Куриная грудка (филе)	63.3	56.0	12.42	0.94	0.20	58.9
4	Молоко 2.5% м.д.ж	12.9	12.9	0.35	0.28	0.56	6.2
5	Масло подсолнечное	2.1	2.1	0.00	1.85	0.00	16.6
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	8.5	8.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			75	14.3	3.24	10.02	126.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сухари панировочные	0.01	0.01	0.00	0.29	0	34	13	2	3	9	0	0.0	1.8
2	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.16	0	35	7	2	1	5	0	0.3	0.5
3	Куриная грудка (филе)	0.03	0.03	3.02	3.45	0	26	136	4	42	83	1	3.4	11.2
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.02	1.70	0.08	0	5	16	14	2	10	0	1.2	0.2
5	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	3	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.05	0.06	4.72	3.98	0	159	172	26	48	107	1	12.9	13.7

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в воде с молоком, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты овально-приплюснутой формы толщиной 1,5-2 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: куриного мяса.

Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11р

Наименование изделия:Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)

Номер рецептуры:54-11р

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Петрушка (корень)	5.0	4.0	0.06	0.02	0.37	1.9
2	Томатное пюре	9.0	9.0	0.30	0.00	0.97	5.1
3	Лук репчатый	17.5	14.0	0.18	0.02	1.04	5.1
4	Морковь	31.2	25.0	0.31	0.02	1.57	7.7
5	Минтай (филе)	98.3	87.0	13.00	0.69	0.00	58.2
6	Масло подсолнечное	7.6	7.6	0.00	6.66	0.00	59.9
7	Сахар-песок	2.6	2.6	0.00	0.00	2.34	9.3
8	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	25.0	25.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	13.85	7.41	6.29	147.2

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.05	0.04	1	0	11	2	1	3	0	0.0	0.0
2	Томатное пюре	0.00	0.00	10.80	0.08	1	1	50	2	4	5	0	0.0	0.1
3	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.06	1	0	20	4	2	7	0	0.4	0.1
4	Морковь	0.01	0.01	300.00	0.20	1	4	42	6	8	12	0	1.2	0.0
5	Минтай (филе)	0.07	0.08	5.22	3.20	0	26	303	31	42	182	1	130.5	12.2
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	84	0	1	0	0	0	11.4	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	8	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.09	0.09	316.07	3.58	4	115	426	54	57	209	1	143.5	12.4

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью, петрушкой и добавляют томат-пюре. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на порционные куски под углом 90 градусов. Порционные куски рыбы укладывают в смазанный маслом противень, на рыбу укладывают

пассерованные овощи, заливают водой на высоту рыбы, добавляют сахар, соль и запекают до готовности в духовом шкафу (пароконвектомате) - 40-45 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - куски рыбы целые, не развалившиеся; консистенция - сочная; цвет, вкус и запах - соответствуют данному блюду, рыбный с овощами.

Печень говяжья по-строгановски

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-18м

Наименование изделия:Печень говяжья по-строгановски

Номер рецептуры:54-18м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.6	1.6	0.16	0.02	1.03	5.0
2	Печень говяжья	97.4	93.6	15.75	3.05	4.52	108.5
3	Сметана 15.0%	33.4	33.4	0.82	4.41	1.09	47.3
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.6	1.6	0.01	1.04	0.02	9.5
5	Масло подсолнечное	8.4	8.4	0.00	7.36	0.00	66.3
6	Соль поваренная йодированная	0.6	0.6	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	36.6	36.6	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	16.74	15.88	6.66	236.6

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	2	0	0	1	0	0.0	0.1
2	Печень говяжья	0.20	1.64	4700.16	9.74	12	74	215	7	15	256	6	5.9	32.7
3	Сметана 15.0%	0.01	0.03	21.43	0.16	0	10	32	26	3	17	0	3.0	0.1
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	4.39	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	184	0	2	0	0	0	25.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	11	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.21	1.67	4725.98	9.92	12	268	249	46	18	274	6	33.9	32.9

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Печень размораживают, очищают от пленок, нарезают тонкими брусочками 3х3х35 мм., посыпают солью, запекают 3-4 минуты, заливают сметанным соусом и кипятят 5-7 минут. Отпускают с гарниром и соусом. Приготовление сметанного соуса: подсушенную, без изменения цвета, муку смешивают с маслом и небольшим количеством сметаны, добавляют соль, варят 3 минуты, процеживают, доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – кусочки сохранили форму; консистенция - сочная; цвет, запах и вкус – печени.

Рагу из курицы

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-22м

Наименование изделия:Рагу из курицы

Номер рецептуры:54-22м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.1	1.1	0.11	0.01	0.70	3.4
2	Картофель	152.9	91.0	1.71	0.32	13.50	63.7
3	Морковь	23.8	19.0	0.23	0.02	1.19	5.9
4	Петрушка (зелень)	3.8	3.0	0.10	0.01	0.21	1.3
5	Томатное пюре	7.0	7.0	0.24	0.00	0.75	4.0
6	Лук репчатый	14.4	11.5	0.15	0.02	0.86	4.2
7	Куриная грудка (филе)	93.8	83.0	18.41	1.39	0.30	87.3
8	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.27	0.00	47.5
9	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.1
Выход:			200	20.95	7.04	17.52	217.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	1	0	0	1	0	0.0	0.1
2	Картофель	0.08	0.05	1.64	1.31	7	3	429	8	18	46	1	4.5	0.2
3	Морковь	0.01	0.01	228.00	0.15	0	3	32	5	6	9	0	0.9	0.0
4	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	17.10	0.02	2	1	20	6	2	2	0	0.1	0.0
5	Томатное пюре	0.00	0.00	8.40	0.06	1	1	39	1	3	4	0	0.0	0.0
6	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	0	0	17	3	1	6	0	0.3	0.1
7	Куриная грудка (филе)	0.04	0.05	4.48	5.11	1	38	201	6	62	123	1	5.0	16.7

8	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	235	0	3	0	1	0	32.0	0.0
10	Лавровый лист	0.00	0.00	0.06	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.13	0.11	259.68	6.71	11	281	739	32	92	192	2	42.8	17.1

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 30-35 г., посыпают солью, заливают горячей водой в количестве 20-30% от массы набора продуктов, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 20 мин. Бульон, оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус, которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют нарезанные кусочками картофель, морковь, лук, соль, петрушку и тушат 20-25 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - мясо вместе с соусом и гарниром уложены в баранчик, овощи сохранили форму нарезки; консистенция - сочная, мягкая; вкус и запах -свойственные тушеному мясу птицы, томата и овощей.

Курица отварная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21м

Наименование изделия:Курица отварная

Номер рецептуры:54-21м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лук репчатый	3.6	3.2	0.04	0.01	0.24	1.2
2	Петрушка (зелень)	3.6	3.2	0.11	0.01	0.22	1.4
3	Куриная грудка (филе)	130.2	115.2	25.56	1.93	0.42	121.2
4	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Вода	288.0	288.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			80	25.71	1.95	0.88	123.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	5	1	0	2	0	0.1	0.0

2	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	18.24	0.02	2	1	21	7	2	3	0	0.1	0.0
3	Куриная грудка (филе)	0.06	0.06	6.22	7.10	1	53	279	8	86	171	1	6.9	23.1
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	118	0	1	0	0	0	16.0	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	89	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.06	24.46	7.13	3	172	305	106	88	176	1	23.1	23.1

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски и кладут в горячую воду, доводят до кипения, затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанную зелень, лук, соль и варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего мясо вынимают из бульона, дают ему остыть и нарубают на порции. Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения и кипятят 5-7 минут. Хранят отварную птицу на мармите не более 2 часов. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – аккуратно нарубленные куски отварной птицы; консистенция: нежная, сочная; цвет - светло-кремовый или серовато-белый; вкус и запах - характерный для отварной птицы, умеренно соленый; консистенция – нежная, мягкая, сочная.

Шницель из говядины

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-7м

Наименование изделия:Шницель из говядины

Номер рецептуры:54-7м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Хлеб пшеничный	14.3	14.3	1.02	0.10	6.40	30.6
2	Сухари панировочные	8.3	8.3	0.87	0.10	5.10	24.8
3	Говядина 1 категории	72.9	64.5	11.28	9.08	0.00	126.8
4	Молоко 2.5% м.д.ж	17.3	17.3	0.47	0.38	0.76	8.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.3	5.3	0.04	3.38	0.06	30.8
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			75	13.68	13.04	12.32	221.3

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.25	0	54	11	3	2	8	0	0.5	0.8
2	Сухари панировочные	0.01	0.01	0.00	0.29	0	34	13	2	3	9	0	0.0	1.8
3	Говядина 1 категории	0.03	0.08	0.00	4.23	0	32	175	5	12	105	2	4.6	0.0
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.02	2.28	0.11	0	7	21	18	2	14	0	1.6	0.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	14.31	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
Итого		0.05	0.12	16.59	4.89	0	187	221	30	19	137	2	14.7	2.9

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют шницели. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

Жаркое по-домашнему

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9м

Наименование изделия:Жаркое по-домашнему

Номер рецептуры:54-9м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	174.4	103.8	1.95	0.37	15.40	72.7
2	Томатное пюре	6.5	6.5	0.22	0.00	0.70	3.7
3	Лук репчатый	17.2	13.8	0.18	0.02	1.03	5.1
4	Говядина 1 категории	114.1	101.0	17.66	14.22	0.00	198.6
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.5	6.5	0.05	4.15	0.08	37.8
6	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0

7	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.1
Выход:			200	20.06	18.76	17.22	318

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.09	0.06	1.87	1.49	8	4	489	9	21	52	1	5.2	0.2
2	Томатное пюре	0.00	0.00	7.80	0.06	1	0	36	1	3	4	0	0.0	0.0
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.06	1	0	20	4	2	7	0	0.4	0.1
4	Говядина 1 категории	0.04	0.12	0.00	6.63	0	50	273	8	19	165	2	7.3	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	17.55	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	235	0	3	0	1	0	32.0	0.0
7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.05	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.13	0.19	27.27	8.25	10	290	820	26	45	231	3	44.9	0.4

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками, бланшируют, пассеруют с добавлением масла сливочного. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо разрезают на куски, поперек волокон порционно из расчета по 2 куска на порцию, массой по 30-40 г, мясо запекают до образования легкой румяной корочки. Запеченное мясо и овощи кладут в электросковороду слоями, чтобы сверху и снизу мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и воду (продукты должны быть покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса и овощи сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус и запах - свойственный тушеному мясу и овощам.

Рыба, запеченная в сметанном соусе (горбуша)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-8р

Наименование изделия:Рыба, запеченная в сметанном соусе (горбуша)

Номер рецептуры:54-8р

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	5.5	5.5	0.56	0.06	3.51	16.9

2	Горбуша (филе)	117.0	103.5	19.94	5.92	0.00	133.1
3	Сыр российский	7.1	6.8	1.49	1.77	0.00	21.9
4	Сметана 15.0%	58.8	58.8	1.44	7.75	1.92	83.2
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.9	5.9	0.04	3.75	0.07	34.2
6	Масло подсолнечное	8.9	8.9	0.00	7.80	0.00	70.2
7	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Вода	15.0	15.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	23.47	27.05	5.5	359.5

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.01	0.00	0.00	0.05	0	0	6	1	1	4	0	0.1	0.3
2	Горбуша (филе)	0.15	0.13	18.63	6.71	0	55	288	18	27	180	1	51.7	40.6
3	Сыр российский	0.00	0.02	10.63	0.02	0	42	5	53	2	30	0	0.0	0.9
4	Сметана 15.0%	0.01	0.05	37.72	0.28	0	18	57	45	5	31	0	5.3	0.2
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	15.86	0.01	0	1	1	1	0	2	0	0.0	0.1
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
8	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	5	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.17	0.21	82.84	7.07	0	226	357	124	35	247	1	72.1	42.1

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на порционные куски под углом 45градусов. Рыбу панируют в муке, запекают до слабой золотистой корочки, покрытую корочкой рыбу заливают сметанным соусом, добавляют протертый сыр, сбрызгивают растопленным маслом и запекают при температуре 250 градусов Цельсия 25-30 минут. Сметанный соус: белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. Приготовление белого соуса: муку подсушивают при температуре 110 -120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов Цельсия, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно горячую воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют йодированную соль, затем процеживают и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - корочка подрумяненная, соус загустевший, но не высохший; консистенция: сочная; цвет, вкус и запах – соответствуют данному блюду, рыбный.

Биточек из говядины

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-6м

Наименование изделия:Биточек из говядины

Номер рецептуры:54-6м

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Хлеб пшеничный	14.3	14.3	1.02	0.10	6.40	30.6
2	Сухари панировочные	8.3	8.3	0.87	0.10	5.10	24.8
3	Говядина 1 категории	72.9	64.5	11.28	9.08	0.00	126.8
4	Молоко 2.5% м.д.ж	17.3	17.3	0.47	0.38	0.76	8.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.3	5.3	0.04	3.38	0.06	30.8
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			75	13.68	13.04	12.32	221.3

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.25	0	54	11	3	2	8	0	0.5	0.8
2	Сухари панировочные	0.01	0.01	0.00	0.29	0	34	13	2	3	9	0	0.0	1.8
3	Говядина 1 категории	0.03	0.08	0.00	4.23	0	32	175	5	12	105	2	4.6	0.0
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.02	2.28	0.11	0	7	21	18	2	14	0	1.6	0.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	14.31	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
Итого		0.05	0.12	16.59	4.89	0	187	221	30	19	137	2	14.7	2.9

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в молоке, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют биточки. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

Соус сметанный натуральный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4соус

Наименование изделия:Соус сметанный натуральный

Номер рецептуры:54-4соус

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	5.0	5.0	0.51	0.06	3.18	15.3
2	Сметана 15.0%	100.0	100.0	2.44	13.20	3.28	141.7
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.0	5.0	0.04	3.19	0.06	29.1
4	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	2.99	16.45	6.52	186.1

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.01	0.00	0.00	0.05	0	0	5	1	1	4	0	0.1	0.3
2	Сметана 15.0%	0.02	0.08	64.20	0.48	0	30	96	77	8	52	0	9.0	0.4
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.50	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
Итого		0.03	0.08	77.7	0.54	0	119	102	80	9	57	0	21.1	0.7

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Для приготовления сметанного соуса подсушенную без изменения цвета муку, смешивают с маслом и небольшим количеством холодной сметаны, смесь разводят кипящей сметаной, варят 3 минуты, процеживают, добавляют соль и доводят до кипения повторно. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - консистенция густой сметаны, цвет белый, вкус сметанный.

Чай с малиной и сиропом на стевии

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-30гн

Наименование изделия:Чай с малиной и сиропом на стевии

Номер рецептуры:54-30гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Малина	12.8	12.0	0.09	0.05	0.91	4.5
2	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	190.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.28	0.09	2.43	11.7

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Малина	0.00	0.00	2.38	0.06	1	1	22	4	2	4	0	0.0	0.0
2	Сироп на стевии	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	59	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	2.68	0.15	1	2	43	67	6	11	1	0	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

Чай с брусникой и сиропом на стевии

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-32гн

Наименование изделия:Чай с брусникой и сиропом на стевии

Номер рецептуры:54-32гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Брусника	12.8	12.0	0.08	0.05	0.90	4.4
2	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	190.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.27	0.09	2.42	11.6

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Брусника	0.00	0.00	0.58	0.03	1	1	9	3	1	2	0	0.0	0.0
2	Сироп на стеви	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	59	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.88	0.12	1	2	30	66	5	9	1	0	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

Чай с грушей и апельсином

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-20гн

Наименование изделия:Чай с грушей и апельсином

Номер рецептуры:54-20гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Апельсин	14.7	10.0	0.08	0.02	0.74	3.4
2	Груша	11.3	10.0	0.04	0.03	0.94	4.1
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	180.0	180.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.31	0.09	1.74	8.9

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Апельсин	0.00	0.00	0.48	0.02	2	1	16	3	1	2	0	0.2	0.0
2	Груша	0.00	0.00	0.12	0.01	0	1	13	2	1	1	0	0.1	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0

4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	55	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.9	0.12	2	3	50	64	6	10	1	0.3	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Апельсины моют, очищают, нарезают ломтиками. Груши моют, очищают от кожуры, удаляют семенное гнездо и нарезают мелкими ломтиками. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют груши и апельсины, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с апельсином и грушей.

Чай с сиропом на стевии

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-25гн

Наименование изделия:Чай с сиропом на стевии

Номер рецептуры:54-25гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8
2	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
3	Вода	200.0	200.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.19	0.04	1.52	7.2

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сироп на стевии	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
2	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	62	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.3	0.09	0	1	21	66	4	7	1	0	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка. Чай разливают по стаканам и добавляют порционно сироп. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю.

Чай с лимоном и сиропом на стевии

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-27гн

Наименование изделия:Чай с лимоном и сиропом на стевии

Номер рецептуры:54-27гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лимон	7.5	7.0	0.06	0.01	0.19	1.1
2	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	200.0	200.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.25	0.05	1.71	8.3

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Лимон	0.00	0.00	0.08	0.01	1	1	9	2	1	1	0	0.0	0.0
2	Сироп на стевии	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	62	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.38	0.1	1	2	30	68	5	8	1	0	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Лимоны перебирают, моют, нарезают ломтиками. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка. Разливают по стаканам, порционно добавляют сироп и лимон. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с лимоном.

Чай с облепихой и сиропом на стевии

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-28гн

Наименование изделия:Чай с облепихой и сиропом на стевии

Номер рецептуры:54-28гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Облепиха	12.8	12.0	0.14	0.57	0.62	8.2
2	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	190.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.33	0.61	2.14	15.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Облепиха	0.00	0.00	18.00	0.04	10	0	19	2	3	1	0	0.1	0.1
2	Сироп на стевии	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	59	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	18.3	0.13	10	1	40	65	7	8	1	0.1	0.1

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

Чай со смородиной и сиропом на стевии

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-29гн

Наименование изделия:Чай со смородиной и сиропом на стевии

Номер рецептуры:54-29гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
---	--------------------	------------	-----------	-----------	----------	--------------	--------------------------------

1	Смородина черная	12.8	12.0	0.11	0.04	0.80	4.0
2	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	190.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.3	0.08	2.32	11.2

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Смородина черная	0.00	0.00	1.22	0.03	10	3	35	4	3	3	0	0.1	0.1
2	Сироп на стевии	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	59	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	1.52	0.12	10	4	56	67	7	10	1	0.1	0.1

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

Чай с молоком и сиропом на стевии

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-26гн

Наименование изделия:Чай с молоком и сиропом на стевии

Номер рецептуры:54-26гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	50.0	50.0	1.36	1.10	2.18	24.1
2	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	150.0	150.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	1.55	1.14	3.7	31.3

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.06	6.60	0.32	0	19	61	53	6	39	0	4.5	0.9
2	Сироп на стевии	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	46	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.07	6.9	0.41	0	20	82	103	10	46	1	4.5	0.9

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка и горячее кипяченое молоко. Чай разливают по стаканам и добавляют порционно сироп. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с молоком.

Чай с клюквой и сиропом на стевии

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-33гн

Наименование изделия:Чай с клюквой и сиропом на стевии

Номер рецептуры:54-33гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Клюква	12.8	12.0	0.06	0.02	0.40	2.0
2	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	190.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.25	0.06	1.92	9.2

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Клюква	0.00	0.00	0.00	0.02	1	0	12	1	2	1	0	0.0	0.0
2	Сироп на стевии	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0

4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	59	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.3	0.11	1	1	33	64	6	8	1	0	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай и сироп. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

Компот из яблок с сиропом на стевии

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-26хн

Наименование изделия:Компот из яблок с сиропом на стевии

Номер рецептуры:54-26хн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Яблоко	45.2	40.0	0.15	0.14	3.57	16.1
2	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8
3	Вода	172.0	172.0	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Кислота лимонная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.01	0.1
Выход:			200	0.15	0.14	5.04	22

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Яблоко	0.01	0.01	1.20	0.10	2	8	92	6	3	4	1	0.8	0.1
2	Сироп на стевии	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	53	0	0	0	0.0	0.0
4	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.01	1.2	0.1	2	8	92	59	3	4	1	0.8	0.1

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Яблоки перебирают, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают тонкими ломтиками. Яблочные ломтики заливают горячей водой, варят 10-15 минут и процеживают. Отвар доводят до кипения, и варят 2-3 мин. Охлаждают и разливают в стаканы, порционно добавляют сироп. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный, яблоки сохранили форму; вкус - кисло-сладкий фруктовый, запах - приятный.

Напиток из шиповника с сиропом шиповника на сорбите

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-27хн

Наименование изделия:Напиток из шиповника с сиропом шиповника на сорбите

Номер рецептуры:54-27хн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Шиповник (сухой)	21.4	20.0	0.64	0.25	8.79	39.9
2	Сироп шиповник на сорбите	5.0	5.0	0.00	0.00	3.64	14.6
3	Вода	230.0	230.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.64	0.25	12.43	54.5

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Шиповник (сухой)	0.01	0.05	98.04	0.19	80	2	8	11	3	3	1	0.0	0.0
2	Сироп шиповник на сорбите	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	71	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.05	98.04	0.19	80	2	8	82	3	3	1	0	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают, для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 мин. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают. Охлаждают и разливают в стаканы, порционно добавляя сироп. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный; вкус - кисло-сладкий, запах - приятный.

Напиток из шиповника с сиропом шиповника на сорбите

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-27хн

Наименование изделия:Напиток из шиповника с сиропом шиповника на сорбите

Номер рецептуры:54-27хн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Шиповник (сухой)	21.4	20.0	0.64	0.25	8.79	39.9
2	Сироп шиповник на сорбите	5.0	5.0	0.00	0.00	3.64	14.6
3	Вода	230.0	230.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.64	0.25	12.43	54.5

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Шиповник (сухой)	0.01	0.05	98.04	0.19	80	2	8	11	3	3	1	0.0	0.0
2	Сироп шиповник на сорбите	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	71	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.05	98.04	0.19	80	2	8	82	3	3	1	0	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают, для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 мин. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают. Охлаждают и разливают в стаканы, порционно добавляють сироп. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный; вкус - кисло-сладкий, запах - приятный.

Напиток из облепихи с сиропом на стевии

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-28хн

Наименование изделия:Напиток из облепихи с сиропом на стевии

Номер рецептуры:54-28хн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Облепиха	21.4	20.0	0.23	0.95	1.04	13.6
2	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8

3	Вода	201.5	201.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.23	0.95	2.5	19.4

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Облепиха	0.00	0.01	30.00	0.06	16	1	32	4	5	2	0	0.2	0.2
2	Сироп на стевии	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	62	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	30	0.06	16	1	32	66	5	2	0	0.2	0.2

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Подготовленные ягоды (свежие или свежемороженые) промывают кипяченной водой через дуршлаг, протирают и отжимают сок. Ягоду заливают горячей водой, варят 5-8 минут и процеживают. Отвар, доводят до кипения, вливают отжатый сок и охлаждают. При отпуске сироп кладут в каждую порцию. Напиток можно подавать как в охлажденном, так и в горячем виде. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный; вкус - кисло-сладкий, запах - приятный.

Компот из смеси свежих ягод с сиропом на стевии (брусника, малина, смородина)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-29хн

Наименование изделия:Компот из смеси свежих ягод с сиропом на стевии (брусника, малина, смородина)

Номер рецептуры:54-29хн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Брусника	21.4	20.0	0.13	0.09	1.49	7.3
2	Малина	21.4	20.0	0.15	0.09	1.51	7.4
3	Смородина черная	21.4	20.0	0.19	0.07	1.33	6.7
4	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8
5	Вода	150.0	150.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.47	0.25	5.79	27.2

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
---	---------	-----------	--------	----------------------	---------	-----------	------------	-----------	------------	------------	-----------	------------	---------	-------------

1	Брусника	0.00	0.00	0.96	0.05	1	1	15	4	1	3	0	0.0	0.0
2	Малина	0.00	0.01	3.96	0.10	2	2	37	7	4	6	0	0.1	0.0
3	Смородина черная	0.00	0.01	2.04	0.05	16	5	58	6	5	6	0	0.2	0.2
4	Сироп на стевии	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	46	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.02	6.96	0.2	19	8	110	63	10	15	0	0.3	0.2

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Ягоды (свежие или свежемороженые) тщательно промыть, ошпарить, довести до кипения и варить 5-10 минут, оставить на несколько часов, чтобы компот настоялся. При отпуске в стакан кладут ягоды, сироп и заливают отваром. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный; вкус - кисло-сладкий, запах - приятный.

Компот из вишни с сиропом на стевии

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-30хн

Наименование изделия:Компот из вишни с сиропом на стевии

Номер рецептуры:54-30хн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Вишня	42.4	40.0	0.30	0.07	3.86	17.3
2	Сироп на стевии	5.0	5.0	0.00	0.00	1.46	5.8
3	Вода	162.0	162.0	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Кислота лимонная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.01	0.1
Выход:			200	0.3	0.07	5.33	23.2

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Вишня	0.01	0.01	4.08	0.16	2	6	85	13	9	10	0	0.8	0.0
2	Сироп на стевии	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	50	0	0	0	0.0	0.0
4	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.01	4.08	0.16	2	6	85	63	9	10	0	0.8	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Вишню (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют. Для приготовления сиропа - в горячей воде растворяют сироп стевии, добавляют лимонную кислоту, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды и доводят до кипения, процеживают. Компот охлаждают. Разливают по стаканам и раскладывают ягоды.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп - прозрачный, ягоды с косточками; вкус и запах вишневый.