

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

Возрастная категория: от 7 до 11 лет

Характеристика питающихся: Дети с целиакией

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 65):

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	Лук репчатый	15.0	12.0	0.16	0.02	0.90	4.4
3	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
4	Свекла	16.3	12.0	0.17	0.01	0.96	4.6
5	Огурец соленый	30.0	24.0	0.18	0.02	0.37	2.4
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	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	0	0	17	3	1	6	0	0.4	0.1
3	Морковь	0.00	0.00	96.00	0.06	0	1	13	2	3	4	0	0.4	0.0

4	Свекла	0.00	0.00	0.14	0.02	0	4	29	4	2	4	0	0.8	0.1
5	Огурец соленый	0.00	0.00	0.72	0.04	0	203	28	5	3	5	0	0.0	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	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.

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 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	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 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	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	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.

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.

Масло сливочное (порциями)

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

Наименование изделия:Масло сливочное (порциями)

Номер рецептуры:53-19з

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	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.08	7.25	0.13	66.1

Выход:	10	0.08	7.25	0.13	66.1
--------	----	------	------	------	------

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	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.

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	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	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 моркови и чернослива

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-17з

Наименование изделия:Салат из моркови и чернослива

Номер рецептуры:54-17з

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	75.0	60.0	0.78	0.06	4.14	20.2
2	Чернослив	21.4	20.0	0.46	0.14	11.50	49.1
3	Сахар-песок	1.6	1.6	0.00	0.00	1.60	6.4
Выход:			80	1.24	0.2	17.24	75.7

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	Морковь	0.04	0.04	1200.00	0.60	3	13	120	16	23	33	0	3.0	0.1
2	Чернослив	0.00	0.02	2.00	0.34	1	2	173	16	20	17	1	0.1	0.1
3	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.06	1202	0.94	4	15	293	32	43	50	1	3.1	0.2

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Чернослив перебирают промывают в теплой воде, замачивают на 20-30 мин. в горячей воде, удаляют косточки и нарезают кусочками. 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 чернослив смешивают в одной емкости и добавляют сахар. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – овощи аккуратно нарезаны; консистенция – сочная; вкус, цвет и запах - свойственные моркови и черносливу.

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.

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.

Салат из свеклы с черносливом

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

Наименование изделия:Салат из свеклы с черносливом

Номер рецептуры:54-18з

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	90.3	66.4	0.94	0.06	5.32	25.5
2	Чернослив	10.3	9.6	0.21	0.06	5.02	21.5
3	Масло подсолнечное	4.8	4.8	0.00	4.22	0.00	38.0
Выход:			80	1.15	4.34	10.34	85

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	0.80	0.11	3	23	159	22	13	25	1	4.6	0.4
2	Чернослив	0.00	0.01	0.58	0.13	0	1	69	7	9	7	0	0.1	0.0
3	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.03	1.38	0.24	3	24	228	29	22	32	1	4.7	0.4

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Чернослив перебирают, промывают в теплой воде, замачивают на 20-30 мин. в горячей воде, удаляют косточки и нарезают кусочками. Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают или запекают в жарочном шкафу до готовности, очищают от кожицы, нарезают тонкой мелкой соломкой. Смешивают чернослив с нарезанной свеклой, добавляют растительное масло. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - ингредиенты аккуратно нарезаны; консистенция – сочная; вкус, цвет и запах - свойственные свекле и черносливу.

Салат из белокочанной капусты

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

Наименование изделия:Салат из белокочанной капусты

Номер рецептуры:54-7з

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

№	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	0.03	0.04	3.00	0.70	45	13	300	48	16	31	1	3.0	0.3
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	1	0	14	2	1	5	0	0.2	0.0
3	Морковь	0.00	0.01	160.00	0.08	0	2	16	2	3	4	0	0.4	0.0
4	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Сахар-песок	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	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.

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.

Каша жидкая молочная гречневая

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

Наименование изделия:Каша жидкая молочная гречневая

Номер рецептуры:54-20к

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 гречневая ядрица	38.0	38.0	4.50	1.10	19.75	106.9
2	Молоко 2.5% м.д.ж	96.0	96.0	2.62	2.11	4.19	46.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	4.0	4.0	0.03	2.55	0.05	23.3
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	64.0	64.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	7.15	5.76	26.71	187.3

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 гречневая ядрица	0.12	0.06	0.46	2.19	0	1	120	7	66	99	2	1.3	1.9
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	12.67	0.61	0	36	116	101	12	75	0	8.6	1.7
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	10.80	0.01	0	0	1	1	0	1	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	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		0.15	0.18	23.93	2.81	0	331	237	132	78	176	2	49.9	3.6

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 20-30 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 - каша однородная, текучая зерна мягкие, без комков; консистенция – жидкая, текучая; цвет – желтоватый; вкус и запах – каши и масла.

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	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
4	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
5	Петрушка (корень)	12.5	10.0	0.14	0.05	0.92	4.7
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	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
4	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
5	Петрушка (корень)	0.01	0.01	0.12	0.10	1	1	28	5	2	6	0	0.0	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.

Щи из свежей капусты вегетарианские

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13с – для детей с целиакией

Наименование изделия:Щи из свежей капусты вегетарианские

Номер рецептуры:54-13с – 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	Картофель	168.0	100.0	1.88	0.35	14.83	70.0
2	Капуста белокочанная	246.4	197.1	3.33	0.17	8.43	48.6
3	Лук репчатый	25.0	20.0	0.26	0.04	1.49	7.3
4	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
5	Петрушка (зелень)	8.8	7.0	0.24	0.02	0.48	3.1
6	Томат	56.1	44.9	0.46	0.08	1.55	8.8
7	Масло подсолнечное	17.1	17.1	0.00	15.03	0.00	135.3
8	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	883.0	883.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			1000	6.66	15.73	29.29	285.4

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	0.09	0.06	1.80	1.44	8	4	471	9	20	50	1	5.0	0.2
2	Капуста белокочанная	0.04	0.06	3.55	1.10	35	19	491	83	27	53	1	5.9	0.5
3	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.08	1	1	29	5	2	10	0	0.6	0.1
4	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
5	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	39.90	0.04	4	2	46	15	5	6	0	0.3	0.0
6	Томат	0.02	0.01	35.83	0.25	4	1	108	6	8	10	0	0.9	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	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	272	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.18	0.15	561.08	3.23	53	474	1211	405	75	149	2	74.7	1

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками или 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. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают,

шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой, припускают с маслом и небольшим количеством воды до полуготовности. Помидоры перебирают, промывают проточной водой не менее 5 минут. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками. Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют, слегка бланшируют и пассеруют на масле. В кипящую воду кладут капусту, доводят до кипения, добавляют картофель, зелень, припущенные морковь, лук и варят 20-30 минут. За 5 минут до готовности добавляют соль, мелко нарезанные томаты и варят до готовности. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - овощи сохранили форму; консистенция - овощи мягкие; вкус - капусты в сочетании с овощами; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

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	Томатное пюре	30.0	30.0	1.02	0.00	3.22	16.9
3	Капуста белокочанная	100.0	80.0	1.35	0.07	3.42	19.7
4	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
5	Морковь	62.5	50.0	0.61	0.04	3.14	15.4
6	Петрушка (корень)	2.5	2.0	0.03	0.01	0.18	0.9
7	Свекла	217.6	160.0	2.26	0.14	12.81	61.5
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	Томатное пюре	0.01	0.01	36.00	0.26	3	2	167	5	12	18	1	0.0	0.2

3	Капуста белокочанная	0.02	0.03	1.44	0.45	14	8	199	34	11	22	0	2.4	0.2
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	0.03	600.00	0.40	1	8	83	12	17	24	0	2.5	0.0
6	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.02	0.02	0	0	6	1	0	1	0	0.0	0.0
7	Свекла	0.02	0.05	1.92	0.26	6	56	382	52	31	60	2	11.2	1.0
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.

Каша вязкая молочная пшенная с изюмом

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

Наименование изделия:Каша вязкая молочная пшенная с изюмом

Номер рецептуры:54-7к

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	47.6	47.6	5.15	1.38	28.82	148.3
2	Изюм	9.7	9.5	0.21	0.04	5.70	24.0
3	Молоко 2.5% м.д.ж	99.0	99.0	2.70	2.18	4.33	47.7
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	9.5	9.5	0.07	6.08	0.11	55.4
5	Сахар-песок	2.9	2.9	0.00	0.00	2.59	10.4
6	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	49.5	49.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	8.13	9.68	41.55	285.8

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 пшеничная	0.14	0.02	0.86	1.75	0	4	83	11	34	97	1	2.1	1.1
2	Изюм	0.01	0.01	0.34	0.05	0	8	66	7	3	11	0	0.1	0.1
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	13.07	0.63	1	38	120	105	12	78	0	8.9	1.7
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	25.71	0.02	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
5	Сахар-песок	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	280	0	3	0	1	0	38.1	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	15	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.18	0.16	39.98	2.45	1	331	271	143	49	189	1	49.2	3

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40о-50о С), затем горячей водой (60о-70оС), пшено после промывания ошпаривают. Изюм перебирают, промывают в воде, воду несколько раз меняют, распаривают в небольшом количестве воды. В кипящую воду с молоком добавляют соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу при слабом кипении. За 10 минут до готовности добавляют изюм, перемешивают. 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 - каша мягкая, однородная, в каше равномерно распределен изюм; консистенция - мягкая, однородная; цвет - желтоватый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Рассольник ленинградский с рисом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-15с – для детей с целиакией

Наименование изделия:Рассольник ленинградский с рисом

Номер рецептуры:54-15с – 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	Крупа рисовая	40.0	40.0	2.63	0.35	26.94	121.4
2	Картофель	172.9	102.9	1.93	0.36	15.26	72.1
3	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
4	Морковь	64.2	51.4	0.63	0.05	3.23	15.8
5	Огурец	75.0	60.0	0.45	0.05	1.36	7.7
6	Петрушка (зелень)	8.8	7.0	0.24	0.02	0.48	3.1
7	Масло подсолнечное	8.6	8.6	0.00	7.56	0.00	68.0
8	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	900.0	900.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			1000	6.01	8.41	48.02	291.8

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	Крупа рисовая	0.02	0.01	0.00	1.06	0	4	33	3	17	52	0	0.6	5.3
2	Картофель	0.09	0.06	1.85	1.48	8	4	485	9	21	52	1	5.1	0.2
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
4	Морковь	0.02	0.03	616.80	0.41	1	8	85	12	17	25	0	2.6	0.0
5	Огурец	0.01	0.02	3.60	0.10	2	4	70	12	7	22	0	1.8	0.2
6	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	39.90	0.04	4	2	46	15	5	6	0	0.3	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	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	277	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.14	0.12	662.15	3.13	15	463	734	336	68	163	1	70.7	5.7

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками или 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 и воды. Огурцы очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ромбиками, припускают в небольшом количестве воды 10-15 мин. Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Крупу рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Крупу закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. В кипящую воду кладут полупроваренную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, пассерованные репчатый лук, зелень и морковь, через 5-10 мин добавляют припущенные огурцы. За 5 минут до готовности рассольник заправляют солью. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - овощи сохранили форму; консистенция овощей мягкая, крупа хорошо разварена, но не потеряла форму; вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат огурцов, крупы и овощей.

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	Лук репчатый	31.2	25.0	0.33	0.04	1.87	9.2
3	Морковь	31.2	25.0	0.31	0.02	1.57	7.7
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	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.10	1	1	36	7	3	13	0	0.8	0.1
3	Морковь	0.01	0.01	300.00	0.20	1	4	42	6	8	12	0	1.2	0.0
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 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 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	672.0	400.0	7.52	1.41	59.33	280.1
2	Томатное пюре	10.0	10.0	0.34	0.00	1.07	5.6
3	Лук репчатый	62.5	50.0	0.66	0.09	3.73	18.3
4	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
5	Петрушка (корень)	12.5	10.0	0.14	0.05	0.92	4.7
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	Бульон	700.0	700.0	13.16	3.08	1.91	88.0
12	Вода	10.0	10.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			1000	43.21	30.33	69.61	724.1

Витамины и минеральные вещества

[illegible]

12	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	3	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, разрезают на куски и пропускают через мясорубку (2-3 раза), добавляют мелко рубленный 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 пшенная с курагой

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

Наименование изделия:Каша вязкая молочная пшенная с курагой

Номер рецептуры:54-8к

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 пшенная	47.6	47.6	5.15	1.38	28.82	148.3
2	Курага	10.2	9.5	0.47	0.03	4.42	19.8
3	Молоко 2.5% м.д.ж	99.0	99.0	2.70	2.18	4.33	47.7
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	9.5	9.5	0.07	6.08	0.11	55.4
5	Сахар-песок	2.9	2.9	0.00	0.00	2.59	10.4
6	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	49.5	49.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	8.39	9.67	40.27	281.6

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	Крупа пшениая	0.14	0.02	0.86	1.75	0	4	83	11	34	97	1	2.1	1.1
2	Курага	0.01	0.02	33.31	0.23	0	1	136	13	9	12	0	0.0	0.0
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	13.07	0.63	1	38	120	105	12	78	0	8.9	1.7
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	25.71	0.02	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
5	Сахар-песок	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	280	0	3	0	1	0	38.1	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	15	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.18	0.17	72.95	2.63	1	324	341	149	55	190	1	49.1	2.9

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40о-50оС), затем горячей водой (60о-70оС), пшено после промывания ошпаривают. Курагу перебирают, промывают в воде, воду несколько раз меняют, распаривают в небольшом количестве воды, измельчают. В кипящую воду с молоком добавляют соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу при слабом кипении. За 10 минут до готовности добавляют курагу, перемешивают. 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 - каша мягкая, однородная, в каше равномерно распределена курага; консистенция - мягкая, однородная; цвет - желтоватый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Омлет с сыром

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

Наименование изделия:Омлет с сыром

Номер рецептуры:54-4о

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.

Омлет натуральный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10

Наименование изделия:Омлет натуральный

Номер рецептуры:54-10

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	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.	Р, 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.

Творожно-пшенная запеканка

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-7т – для детей с целиакией

Наименование изделия:Творожно-пшенная запеканка

Номер рецептуры:54-7т – 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	Крупа пшенная	26.7	26.7	2.89	0.78	16.16	83.2
2	Творог 5.0% м.д.ж	53.3	53.3	10.52	2.35	1.46	69.0
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	4.0	4.0	0.03	2.55	0.05	23.3
4	Яйцо куриное	14.6	13.3	1.59	1.35	0.08	18.8
5	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	112.0	112.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	15.03	7.03	17.75	194.3

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	0.08	0.01	0.48	0.98	0	2	47	6	19	54	1	1.2	0.6
2	Творог 5.0% м.д.ж	0.02	0.11	10.55	1.66	0	17	50	77	11	102	0	4.8	14.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	10.80	0.01	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Яйцо куриное	0.01	0.05	20.75	0.38	0	14	15	6	1	22	0	2.7	3.6
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	118	0	1	0	0	0	16.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	34	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.11	0.17	42.58	3.03	0	151	113	125	31	179	1	24.7	18.3

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают в теплой воде, ошпаривают кипятком, воду сливают, закладывают в кипящую воду, варят 2 минуты, воду сливают (откидывают) и заливают кипящую воду в количестве меньшем на 15%, чем положено по рецептуре (столько воды остается в крупе после промывания). В готовую охлажденную до 55-60 градусов Цельсия рассыпчатую кашу, добавляют протертый творог, взбитые яйца, масло сливочное и перемешивают. Подготовленную массу раскладывают на смазанный маслом противень слоем 3 см, сбрызгивают маслом и запекают 8-10 мин при температуре 250оС, затем 10-15 мин при температуре 180-200оС. Перед отпуском запеканку нарезают на порции. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах - свойственные входящим в состав продуктам.

Фасоль отварная

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

Наименование изделия:Фасоль отварная

Номер рецептуры:54-13г

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	Фасоль	72.8	72.8	14.37	1.28	31.14	193.6
2	Петрушка (зелень)	3.4	3.0	0.10	0.01	0.21	1.3
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	180.0	180.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	14.47	1.29	31.35	194.9

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	Фасоль	0.26	0.10	0.00	3.73	0	22	665	96	65	304	4	8.8	16.0
2	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	17.10	0.02	2	1	20	6	2	2	0	0.1	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	55	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.26	0.1	17.1	3.75	2	170	685	159	67	306	4	28.9	16

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Фасоль перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа. Затем воду сливают. Перед варкой заливают холодной водой и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении. После того, как бобовые станут мягкими, варку прекращают, добавляют соль и оставляют на 15-20 минут в отваре, затем отвар сливают. Перед отпуском бобовые посыпают рубленой зеленью. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса; вкус - в меру соленая, без посторонних привкусов; запах - без посторонних запахов.

Капуста цветная отварная

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

Наименование изделия: Капуста цветная отварная

Номер рецептури: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

[illegible]

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.

Горошница

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

Наименование изделия:Горошница

Номер рецептуры:54-21г

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	75.0	75.0	14.45	1.32	33.78	204.8
2	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
3	Вода	154.0	154.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	14.45	1.32	33.78	204.8

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	Горох	0.44	0.09	0.90	3.90	0	19	543	76	70	215	4	3.8	8.6
2	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	47	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.44	0.09	0.9	3.9	0	166	543	125	70	215	4	23.8	8.6

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении 60-90 мин. Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того как горох станет целиком мягким (допускается разваривание гороха), варку прекращают, отвар сливают, добавляют

йодированную соль. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: часть зерен разварена часть целая, не допускается в блюде содержание твердых зерен;
консистенция: мягкая; цвет: желтый.

Макаронны безглютеновые отварные

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-18г - для детей с целиакией

Наименование изделия:Макаронны безглютеновые отварные

Номер рецептуры:54-18г - 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	Макаронные изделия безглютеновые	52.0	52.0	3.52	0.69	34.31	157.5
2	Масло подсолнечное	5.0	5.0	0.00	4.40	0.00	39.6
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	309.0	309.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	3.52	5.09	34.31	197.1

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	Макаронные изделия безглютеновые	0.15	0.05	10.30	0.75	0	70	11	3	3	11	0	0.0	0.0
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	95	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.15	0.05	10.3	0.75	0	217	11	100	3	11	0	20	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Макароны изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (лапшу - 20-25 минут, вермишель - 10-12 минут); проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослоек не проваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют растительным маслом и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия 5 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - макаронные изделия должны сохранить форму, увеличиться в объеме в 2-3 раза, хорошо

отделяться друг от друга; вкус и запах - присущие макаронным изделиям со вкусом масла.

Рис отварной

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

Наименование изделия:Рис отварной

Номер рецептуры:54-6г

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	54.0	54.0	3.55	0.48	36.36	163.9
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	324.0	324.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	3.6	4.82	36.44	203.5

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	Крупа рисовая	0.03	0.02	0.00	1.43	0	5	45	4	23	70	0	0.8	7.2
2	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
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	100	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.03	18.36	1.44	0	153	47	107	23	72	0	20.8	7.3

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают в теплой воде несколько раз меняя воду. Подготовленную крупу всыпают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают воде стечь. Рис перекладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют горячим сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия 5-7 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, не деформированные, не слипшиеся; консистенция - мягкая; вкус: не допускается вкус подгорелой каши; запах: не допускается запах подгорелой каши.

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	Капуста белокочанная	192.5	154.0	2.61	0.14	6.59	38.0
2	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
3	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
4	Томат	10.0	8.0	0.08	0.01	0.28	1.6
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	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	0.03	0.05	2.77	0.86	28	15	383	65	21	42	1	4.6	0.4
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
3	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
4	Томат	0.00	0.00	6.38	0.04	1	0	19	1	1	2	0	0.2	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.

Каша гречневая рассыпчатая

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

Наименование изделия:Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры:54-4г

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 гречневая ядрица	69.0	69.0	8.17	2.00	35.85	194.1
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	102.0	102.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	8.22	6.34	35.93	233.7

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.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа гречневая ядрица	0.21	0.11	0.83	3.97	0	2	218	12	120	179	4	2.3	3.5
2	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
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	31	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.21	0.12	19.19	3.98	0	150	220	46	120	181	4	22.3	3.6

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывающие пустые зерна удаляют (ситечком) и варят до загустения, помешивая. Когда каша сделается густой, помешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или водяной бане (температура 100о С) или в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия. Затем вливают растопленное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой, уваривают еще 3-4 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы полностью набухшие, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга; консистенция - рассыпчатая; цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

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.

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	Томатное пюре	9.0	9.0	0.30	0.00	0.97	5.1
2	Лук репчатый	17.5	14.0	0.18	0.02	1.04	5.1
3	Морковь	31.2	25.0	0.31	0.02	1.57	7.7
4	Петрушка (корень)	5.0	4.0	0.06	0.02	0.37	1.9
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	Томатное пюре	0.00	0.00	10.80	0.08	1	1	50	2	4	5	0	0.0	0.1
2	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.06	1	0	20	4	2	7	0	0.4	0.1
3	Морковь	0.01	0.01	300.00	0.20	1	4	42	6	8	12	0	1.2	0.0
4	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.05	0.04	1	0	11	2	1	3	0	0.0	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.

Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)

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

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

Номер рецептуры:54-10р

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	Томатное пюре	9.0	9.0	0.30	0.00	0.97	5.1
2	Лук репчатый	17.5	14.0	0.18	0.02	1.04	5.1
3	Морковь	31.2	25.0	0.31	0.02	1.57	7.7
4	Петрушка (корень)	5.0	4.0	0.06	0.02	0.37	1.9
5	Горбуша (филе)	90.4	80.0	15.42	4.58	0.00	102.8
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	16.27	11.3	6.29	191.8

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	Томатное пюре	0.00	0.00	10.80	0.08	1	1	50	2	4	5	0	0.0	0.1
2	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.06	1	0	20	4	2	7	0	0.4	0.1
3	Морковь	0.01	0.01	300.00	0.20	1	4	42	6	8	12	0	1.2	0.0
4	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.05	0.04	1	0	11	2	1	3	0	0.0	0.0
5	Горбуша (филе)	0.12	0.10	14.40	5.18	0	43	222	14	21	139	0	40.0	31.4
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		0.14	0.11	325.25	5.56	4	132	345	37	36	166	0	53	31.6

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.

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	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	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 соленный; консистенция - нежная, мягкая, сочная.

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 куса 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.

Тефтели из говядины с рисом

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

Наименование изделия:Тефтели из говядины с рисом

Номер рецептуры:54-16м

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	8.0	8.0	0.53	0.07	5.39	24.3
2	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
3	Говядина 1 категории	68.7	60.8	10.63	8.56	0.00	119.6
4	Молоко 2.5% м.д.ж	11.2	11.2	0.31	0.25	0.49	5.4
5	Масло подсолнечное	3.2	3.2	0.00	2.81	0.00	25.3
6	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			80	11.58	11.7	6.48	177.5

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	Крупа рисовая	0.00	0.00	0.00	0.21	0	1	7	1	3	10	0	0.1	1.1
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
3	Говядина 1 категории	0.03	0.07	0.00	3.99	0	30	165	5	12	99	1	4.4	0.0
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.01	1.48	0.07	0	4	14	12	1	9	0	1.0	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	133	0	1	0	0	0	18.1	0.0
Итого		0.03	0.08	1.48	4.3	0	168	198	21	17	122	1	23.8	1.3

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Рис перебирают и промывают, варят рассыпчатую кашу. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают кубиками бланшируют и пассеруют на масле. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее

мясо нарезают на куски, измельчают на мясорубке дважды. В измельченное мясо добавляют воду, пассерованный лук, рис, соль, перемешивают. Разделяют на шарики. Шарики панируют в муке, запекают на противне до образования легкой корочки, заливают молочным безглютеновым соусом (54-6соус-2020) из расчета 20 грамм соуса на 60 грамм блюда и тушат в жарочном шкафу при температуре 160-200 градусов Цельсия 10-15 минут. Отпускают тефтели с соусом, в котором они тушились. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - тефтели сохранили форму; консистенция - сочная; цвет, запах и вкус – мясной.

Кнели из говядины с рисом

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

Наименование изделия:Кнели из говядины с рисом

Номер рецептуры:54-30м

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	Крупа рисовая	7.2	7.2	0.47	0.06	4.85	21.9
2	Говядина 1 категории	72.3	64.0	11.19	9.01	0.00	125.9
3	Молоко 2.5% м.д.ж	8.8	8.8	0.24	0.19	0.38	4.2
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.6	5.6	0.04	3.57	0.07	32.6
5	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			80	11.94	12.83	5.3	184.6

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	Крупа рисовая	0.00	0.00	0.00	0.19	0	1	6	1	3	9	0	0.1	1.0
2	Говядина 1 категории	0.03	0.08	0.00	4.20	0	32	173	5	12	105	2	4.6	0.0
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.01	1.16	0.06	0	3	11	9	1	7	0	0.8	0.2
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	15.12	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	94	0	1	0	0	0	12.8	0.0
Итого		0.03	0.1	16.28	4.46	0	131	191	17	16	122	2	18.3	1.2

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., измельчают на мясорубке. Рис перебирают и промывают, отваривают. Измельчённое мясо смешивают с остывшей рисовой кашей и

дважды измельчают в мясорубке. Затем массу взбивают, постепенно добавляя молоко и растопленное сливочное масло. в конце взбивания добавляют соль. Кусочек хорошо взбитой кнельной массы не тонет в воде. Готовую кнельную массу разделяют на клецки (кнели) по 20-25 г., раскладывают в емкости, смазанные сливочным маслом в один ряд, и варят на пару 15-20 минут или припускают с добавлением воды при закрытой крышке 10-12 минут до готовности. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - сочная, пышная, на разрезе однородная; вкус - в меру соленый.

Кнели из говядины с рисом

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

Наименование изделия:Кнели из говядины с рисом

Номер рецептуры:54-30м

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	7.2	7.2	0.47	0.06	4.85	21.9
2	Говядина 1 категории	72.3	64.0	11.19	9.01	0.00	125.9
3	Молоко 2.5% м.д.ж	8.8	8.8	0.24	0.19	0.38	4.2
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.6	5.6	0.04	3.57	0.07	32.6
5	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			80	11.94	12.83	5.3	184.6

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	Крупа рисовая	0.00	0.00	0.00	0.19	0	1	6	1	3	9	0	0.1	1.0
2	Говядина 1 категории	0.03	0.08	0.00	4.20	0	32	173	5	12	105	2	4.6	0.0
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.01	1.16	0.06	0	3	11	9	1	7	0	0.8	0.2
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	15.12	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	94	0	1	0	0	0	12.8	0.0
Итого		0.03	0.1	16.28	4.46	0	131	191	17	16	122	2	18.3	1.2

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., измельчают на мясорубке. Рис перебирают и промывают, отваривают. Измельчённое мясо смешивают с остывшей рисовой кашей и дважды измельчают в мясорубке. Затем массу взбивают, постепенно добавляя молоко и растопленное

сливочное масло. в конце взбивания добавляют соль. Кусочек хорошо взбитой кнельной массы не тонет в воде. Готовую кнельную массу разделяют на клетки (кнели) по 20-25 г., раскладывают в емкости, смазанные сливочным маслом в один ряд, и варят на пару 15-20 минут или припускают с добавлением воды при закрытой крышке 10-12 минут до готовности. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - сочная, пышная, на разрезе однородная; вкус - в меру соленый.

Голубцы ленивые

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

Наименование изделия:Голубцы ленивые

Номер рецептуры:54-3м

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	5.0	5.0	0.33	0.04	3.37	15.2
2	Капуста белокочанная	75.0	60.0	1.02	0.05	2.57	14.8
3	Лук репчатый	7.5	6.0	0.08	0.01	0.45	2.2
4	Говядина 1 категории	45.2	40.0	6.99	5.63	0.00	78.7
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	3.0	3.0	0.02	1.91	0.04	17.5
6	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	30.0	30.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	8.44	7.64	6.43	128.4

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	Крупа рисовая	0.00	0.00	0.00	0.13	0	0	4	0	2	7	0	0.1	0.7
2	Капуста белокочанная	0.01	0.02	1.08	0.34	11	6	149	25	8	16	0	1.8	0.2
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	9	2	1	3	0	0.2	0.0
4	Говядина 1 категории	0.02	0.05	0.00	2.62	0	20	108	3	8	65	1	2.9	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	8.10	0.00	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	9	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.07	9.18	3.11	11	114	271	41	19	92	1	17	0.9

Способ обработки:Тушение

Технология приготовления: Рис промывают, варят рассыпчатую кашу. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют, бланшируют и пассеруют в половинном количестве сливочного масла. 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, припускают в подсоленной кипящей воде до полуготовности, воду сливают. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, подготовленный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом и капустой. Хорошо вымешивают, формируют порционно, складывают на противень, добавляют воду, сливочное масло и тушат в духовом шкафу (пароконвектомате) 30 минут при температуре 250 градусов Цельсия. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму; консистенция - сочная; вкус и запах - соответствующие тушеному мясу с капустой.

Печень тертая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-19м

Наименование изделия:Печень тертая

Номер рецептуры:54-19м

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	26.7	21.3	0.28	0.04	1.59	7.8
2	Печень говяжья	61.6	59.2	9.96	1.93	2.86	68.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	24.0	24.0	0.18	15.31	0.28	139.7
4	Яйцо куриное	8.8	8.0	0.96	0.81	0.05	11.3
5	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			80	11.38	18.09	4.78	227.4

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.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.09	1	1	31	6	3	11	0	0.6	0.1
2	Печень говяжья	0.13	1.04	2971.96	6.16	8	47	136	5	9	162	4	3.7	20.7
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.02	64.80	0.04	0	3	6	5	0	6	0	0.0	0.2
4	Яйцо куриное	0.00	0.03	12.48	0.23	0	8	9	4	1	13	0	1.6	2.2
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	157	0	2	0	0	0	21.3	0.0

Итого	0.14	1.09	3049.24	6.52	9	216	182	22	13	192	4	27.2	23.2
-------	------	------	---------	------	---	-----	-----	----	----	-----	---	------	------

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Печень промывают, очищают от пленок, нарезают на куски, затем варят до готовности и протирают. Подготовленный лук репчатый мелко нарезают и пассеруют на сливочном масле (5 грамм). Подготовленные (обработанные) яйца отваривают, мелко рубят. Все компоненты соединяют, добавляют оставшееся размягченное сливочное масло, йодированную соль и тщательно перемешивают. Формуют в виде батона. Батон выкладывается на противень, предварительно смазанный сливочным маслом, и запекается в течении 5 мин. при температуре 120 градусов С. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - порционные куски ровные, без трещин; консистенция - мягкая; масса однородная; вкус и запах - соответствуют входящим в состав продуктам.

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.

Плов из отварной говядины

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

Наименование изделия:Плов из отварной говядины

Номер рецептуры:54-11м

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	54.4	54.4	3.58	0.48	36.63	165.2
2	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
3	Морковь	25.0	20.0	0.24	0.02	1.26	6.2
4	Говядина 1 категории	73.2	64.8	11.33	9.12	0.00	127.4
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	8.0	8.0	0.06	5.10	0.09	46.6
6	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	313.0	313.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	15.32	14.73	38.58	348.3

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 рисовая	0.03	0.02	0.00	1.44	0	5	45	4	24	71	0	0.8	7.2
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
3	Морковь	0.01	0.01	240.00	0.16	0	3	33	5	7	10	0	1.0	0.0
4	Говядина 1 категории	0.03	0.08	0.00	4.25	0	32	175	5	12	106	2	4.7	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	21.60	0.01	0	1	2	2	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	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	96	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.12	261.6	5.89	0	276	267	117	44	194	2	38.7	7.3

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Рис перебирают и промывают. Морковь перебирают, 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 воды. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 10-15 г, добавляют пассерованную морковь, лук и соль. Мясо и овощи варят при слабом кипении 5-10 минут, всыпают подготовленную крупу, варят до загустения, затем закрывают крышкой и доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия в течение 30-40 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки, набухшие; консистенция - мясо мягкое, крупа рассыпчатая; вкус и запах: свойственный плову.

Соус молочный безглютеновый

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

Наименование изделия:Соус молочный безглютеновый

Номер рецептуры:54-бсоус – 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	Мука рисовая	6.0	6.0	0.42	0.03	4.38	19.5
2	Молоко 2.5% м.д.ж	75.0	75.0	2.04	1.65	3.28	36.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	13.0	13.0	0.10	8.29	0.15	75.7
4	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0

5	Вода	15.0	15.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	2.56	9.97	7.81	131.3

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	Мука рисовая	0.00	0.00	0.00	0.15	0	1	2	1	2	6	0	0.0	0.8
2	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
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	35.10	0.02	0	1	3	3	0	3	0	0.0	0.1
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	5	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.02	0.1	45	0.65	0	119	96	89	11	68	0	18.8	2.2

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Муку пассеруют на масле. Пассерованную муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 минут при слабом кипении. Затем добавляют соль, процеживают и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – однородная масса с гладкой поверхностью; цвет – от белого до светло-кремового; вкус – нежный, умеренно соленый; запах – кипяченого молока; консистенция – густая, вязкая.

Чай с медом

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

Наименование изделия:Чай с медом

Номер рецептуры:54-11гн

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	Мед пчелиный	10.0	10.0	0.08	0.00	7.31	29.5
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	0.27	0.04	7.37	30.9

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	Мед пчелиный	0.00	0.00	0.00	0.03	0	1	3	1	0	2	0	0.2	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	0.12	0	2	24	67	4	9	1	0.2	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют мед и предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с медом.

Чай со смородиной и медом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-14гн

Наименование изделия:Чай со смородиной и медом

Номер рецептуры:54-14гн

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	Мед пчелиный	10.0	10.0	0.08	0.00	7.31	29.5
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	0.38	0.08	8.17	34.9

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	Смородина черная	0.00	0.00	1.22	0.03	10	3	35	4	3	3	0	0.1	0.1
2	Мед пчелиный	0.00	0.00	0.00	0.03	0	1	3	1	0	2	0	0.2	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	1.52	0.15	10	5	59	64	7	12	1	0.3	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 мед. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с медом и ягодами.

Чай с сахаром

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

Наименование изделия:Чай с сахаром

Номер рецептуры:54-2гн

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	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
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	6.42	26.8

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	Сахар-песок	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, сахар. Чай разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром.

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	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	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 молоком и сахаром

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

Наименование изделия:Чай с молоком и сахаром

Номер рецептуры:54-4гн

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	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
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	8.6	50.9

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	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	Сахар-песок	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, сахар и горячее кипяченое молоко. Чай разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с молоком и сахаром.

Чай с лимоном и сахаром

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

Наименование изделия:Чай с лимоном и сахаром

Номер рецептуры:54-3гн

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	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	195.0	195.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.25	0.05	6.61	27.9

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	Лимон	0.00	0.00	0.08	0.01	1	1	9	2	1	1	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	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	60	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.38	0.1	1	2	30	66	5	8	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, сахар. Чай разливают по стаканам и добавляют подготовленный и нарезанный кружочками лимон. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром и лимоном.

Чай с сахаром

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

Наименование изделия:Чай с сахаром

Номер рецептуры:54-2гн

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	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
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	6.42	26.8

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	Сахар-песок	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, сахар. Чай разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром.

Чай со смородиной и сахаром

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

Наименование изделия:Чай со смородиной и сахаром

Номер рецептуры:54-6гн

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	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	185.0	185.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.3	0.08	7.22	30.8

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	Смородина черная	0.00	0.00	1.22	0.03	10	3	35	4	3	3	0	0.1	0.1
2	Сахар-песок	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	57	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	1.52	0.12	10	4	56	65	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 и сахар, 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 ягодами.

Чай с клюквой и сахаром

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

Наименование изделия:Чай с клюквой и сахаром

Номер рецептуры:54-10гн

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	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	185.0	185.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.25	0.06	6.82	28.8

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	Клюква	0.00	0.00	0.00	0.02	1	0	12	1	2	1	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	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	57	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.3	0.11	1	1	33	62	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 и сахар, 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 ягодами.

Чай с облепихой и сахаром

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

Наименование изделия:Чай с облепихой и сахаром

Номер рецептуры:54-5гн

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	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	185.0	185.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.33	0.61	7.04	35

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	Сахар-песок	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	57	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	18.3	0.13	10	1	40	63	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 и сахар, 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 ягодами.

Чай с облепихой и медом

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

Наименование изделия:Чай с облепихой и медом

Номер рецептуры:54-13гн

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	Мед пчелиный	10.0	10.0	0.08	0.00	7.31	29.5
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	0.41	0.61	7.99	39.1

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	Облепиха	0.00	0.00	18.00	0.04	10	0	19	2	3	1	0	0.1	0.1
2	Мед пчелиный	0.00	0.00	0.00	0.03	0	1	3	1	0	2	0	0.2	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	18.3	0.16	10	2	43	62	7	10	1	0.3	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 мед. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с медом и ягодами.

Чай с лимоном и медом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-12гн

Наименование изделия:Чай с лимоном и медом

Номер рецептуры:54-12гн

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	Мед пчелиный	10.0	10.0	0.08	0.00	7.31	29.5
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	0.05	7.56	32

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	Мед пчелиный	0.00	0.00	0.00	0.03	0	1	3	1	0	2	0	0.2	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	0.38	0.13	1	3	33	66	5	10	1	0.2	0
-------	---	------	------	------	---	---	----	----	---	----	---	-----	---

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют мед и предварительно процеженный заваренный чай. Чай разливают по стаканам и добавляют нарезанный лимон. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с медом и лимоном.

Компот из вишни

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

Наименование изделия:Компот из вишни

Номер рецептуры:54-6хн

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	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Кислота лимонная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.01	0.1
4	Вода	162.0	162.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.3	0.07	10.23	42.8

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	Вишня	0.01	0.01	4.08	0.16	2	6	85	13	9	10	0	0.8	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	50	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, косточки, моют. Для приготовления сиропа - в горячей воде растворяют сахар, 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. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

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

Компот из смородины с медом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-14хн

Наименование изделия:Компот из смородины с медом

Номер рецептуры:54-14хн

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	32.1	30.0	0.28	0.11	1.99	10.0
2	Мед пчелиный	10.0	10.0	0.08	0.00	7.31	29.5
3	Вода	165.0	165.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.36	0.11	9.3	39.5

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	Смородина черная	0.01	0.01	3.06	0.07	24	7	87	10	8	9	0	0.3	0.3
2	Мед пчелиный	0.00	0.00	0.00	0.03	0	1	3	1	0	2	0	0.2	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	51	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.01	3.06	0.1	24	8	90	62	8	11	0	0.5	0.3

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют. В горячей воде растворяют мед, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный, ягоды мягкие; цвет - темный, насыщенный; вкус - кисло-сладкий смородиновый; запах - смородиновый.

Кисель из брусники

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

Наименование изделия:Кисель из брусники

Номер рецептуры:54-21хн

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	Брусника	21.4	20.0	0.13	0.09	1.49	7.3
2	Сахар-песок	10.0	10.0	0.00	0.00	9.08	36.3
3	Крахмал картофельный	6.0	6.0	0.01	0.00	4.27	17.1
4	Вода	190.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.14	0.09	14.84	60.7

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.	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	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Крахмал картофельный	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	1	2	0	4	0	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	0.96	0.05	1	1	16	65	1	7	0	0	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают. Кисель охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - брусничный.

Компот из кураги

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

Наименование изделия:Компот из кураги

Номер рецептуры:54-2хн

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	Курага	21.4	20.0	0.98	0.05	9.28	41.5
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	202.0	202.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.98	0.05	15.64	66.9

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	Курага	0.01	0.03	69.96	0.48	0	3	285	28	18	25	1	0.0	0.0
2	Сахар-песок	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		0.01	0.03	69.96	0.48	0	3	285	90	18	25	1	0	0

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Для приготовления сахарного сиропа сахар растворяют в горячей воде, доводят воду до кипения. Курагу варят 10-20 минут. Компот охлаждают, процеживают. При отпуске в стакан раскладывают фрукты и заливают отваром. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сухофрукты сохранили форму и залиты прозрачным компотом; цвет - желтоватый; вкус - сладкий с хорошо выраженным привкусом сухофруктов; запах - вареных сухофруктов.

Компот из чернослива

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

Наименование изделия:Компот из чернослива

Номер рецептуры:54-3хн

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	Чернослив	26.8	25.0	0.54	0.15	13.08	55.9
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	202.0	202.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.54	0.15	19.44	81.3

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	Чернослив	0.00	0.02	1.50	0.34	0	2	179	18	22	18	1	0.1	0.1
2	Сахар-песок	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	0.02	1.5	0.34	0	2	179	80	22	18	1	0.1	0.1
-------	---	------	-----	------	---	---	-----	----	----	----	---	-----	-----

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Для приготовления сахарного сиропа сахар растворяют в горячей воде, доводят воду до кипения. Чернослив варят 10-20 минут. Компот охлаждают, процеживают, чернослив раскладывают по стаканам и заливают отваром. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сироп прозрачный; цвет - темный, насыщенный; вкус - сладкий с хорошо выраженным вкусом сухофруктов; запах - вареных сухофруктов.

Кисель из облепихи

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

Наименование изделия:Кисель из облепихи

Номер рецептуры:54-24хн

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	25.7	24.0	0.27	1.14	1.24	16.3
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Крахмал картофельный	6.0	6.0	0.01	0.00	4.27	17.1
4	Вода	180.0	180.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.28	1.14	11.87	58.8

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	Облепиха	0.01	0.01	36.00	0.08	19	1	38	5	6	2	0	0.3	0.2
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Крахмал картофельный	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	1	2	0	4	0	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		0.01	0.01	36	0.08	19	1	39	62	6	6	0	0.3	0.2

Способ обработки:Варка

Технология приготовления: Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до

кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают. Кисель охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - ягодный.

Кекс с куриным филе

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-7в - для детей с целиакией

Наименование изделия:Кекс с куриным филе

Номер рецептуры:54-7в - 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	Мука кокосовая	9.2	9.2	1.74	0.81	0.34	15.6
2	Кунжут	1.1	1.1	0.21	0.49	0.13	5.8
3	Тыква	32.6	28.9	0.27	0.03	1.16	5.9
4	Яблоко	31.8	29.7	0.11	0.10	2.65	12.0
5	Куриная грудка (филе)	17.9	15.8	3.51	0.26	0.06	16.6
6	Яйцо куриное	13.8	13.8	1.65	1.40	0.09	19.6
7	Соль поваренная йодированная	0.6	0.6	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Натрий двууглекислый	0.6	0.6	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			60	7.49	3.09	4.43	75.5

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 кокосовая	0.00	0.01	0.00	0.04	0	3	42	2	7	17	0	0.0	1.5
2	Кунжут	0.01	0.00	0.00	0.10	0	1	5	15	5	7	0	0.1	0.3
3	Тыква	0.01	0.01	43.28	0.12	1	1	49	6	4	6	0	0.3	0.1
4	Яблоко	0.01	0.00	0.89	0.07	1	6	69	4	2	3	1	0.6	0.1
5	Куриная грудка (филе)	0.01	0.01	0.85	0.97	0	7	38	1	12	24	0	0.9	3.2
6	Яйцо куриное	0.01	0.05	21.61	0.40	0	14	16	7	1	23	0	2.8	3.7
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	171	0	2	0	0	0	23.2	0.0
8	Натрий двууглекислый	0.00	0.00	0.00	0.00	0	121	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.05	0.08	66.63	1.7	2	324	219	37	31	80	1	27.9	8.9

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Кокосовую муку просеивают, добавляют соль и натрий двууглекислый, тщательно перемешивают. Тыкву моют, очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают на кусочки и измельчают ее. Яблоки моют, очищают от кожуры, удаляют семенное гнездо и запекают. Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. яйца взбивают и соединяют с тыквой, перемешивают. Добавляют пюре из печёных яблок, затем в два этапа всыпают сухую смесь, перемешивают. Добавляют мелко нарезанное отварное куриное филе, ещё раз перемешивают. Полученное тесто выкладывают на лист или в формы, посыпают кунжутом. Выпекают в духовом шкафу на противне 15 минут при температуре 180 градусов.

Характеристика блюда на выходе:

Запах свежесвепеченного теста, курицы.

Кекс рисовый с грушей

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

Наименование изделия:Кекс рисовый с грушей

Номер рецептуры:54-6в

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 рисовая	15.0	15.0	1.04	0.08	10.95	48.7
2	Груша	16.9	15.0	0.06	0.04	1.41	6.2
3	Масло подсолнечное	5.4	5.4	0.00	4.75	0.00	42.7
4	Сахар-песок	5.4	5.4	0.00	0.00	4.90	19.6
5	Крахмал картофельный	5.4	5.4	0.01	0.00	3.84	15.4
6	Соль поваренная йодированная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	15.0	15.0	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Натрий двууглекислый	3.0	3.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			60	1.11	4.87	21.1	132.6

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 рисовая	0.01	0.00	0.00	0.38	0	3	6	3	4	16	0	0.0	2.0
2	Груша	0.00	0.00	0.18	0.01	0	2	19	3	2	2	0	0.1	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	Крахмал картофельный	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	1	2	0	4	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	29	0	0	0	0	0	4.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	5	0	0	0	0.0	0.0

8	Натрий двууглекислый	0.00	0.00	0.00	0.00	0	624	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0	0.18	0.39	0	658	26	13	6	22	0	4.1	2

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Груши очищают от кожуры, удаляют семенное гнездо и нарезают мелкими кубиками. Рисовую муку просеивают, добавляют крахмал, разрыхлитель и сахар. Тщательно перемешивают до равномерного распределения сухих компонентов. Добавляют растительное масло и еще раз перемешивают массу. Вливают воду и перемешивают до однородного теста средней густоты. Добавляют мякоть груши. Тесто раскладывают в подготовленные формы и выпекают при температуре 180 градусов в течение 55-60 минут.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: кекс прямоугольной или другой формы, поверхность выпуклая. Консистенция: мякиш плотный. Вкус: сладкий.

Булочка маковая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-8в - для детей с целиакией

Наименование изделия:Булочка маковая

Номер рецептуры:54-8в - 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	Мука рисовая	12.8	12.8	0.89	0.07	9.34	41.5
2	Мак	2.4	2.4	0.39	1.00	0.32	11.9
3	Яблоко	12.7	11.2	0.04	0.04	1.00	4.5
4	Творог 5.0% м.д.ж	17.6	17.6	3.47	0.77	0.48	22.8
5	Сметана 15.0%	4.8	4.8	0.12	0.63	0.16	6.8
6	Яйцо куриное	10.6	9.6	1.15	0.97	0.06	13.6
7	Сахар-песок	11.2	11.2	0.00	0.00	10.17	40.7
8	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Натрий двууглекислый	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			60	6.06	3.48	21.53	141.8

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	Мука рисовая	0.01	0.00	0.00	0.33	0	2	5	2	3	13	0	0.0	1.7
2	Мак	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	12	35	9	19	0	0.1	0.3
3	Яблоко	0.00	0.00	0.34	0.03	0	2	26	2	1	1	0	0.2	0.0
4	Творог 5.0% м.д.ж	0.01	0.04	3.48	0.55	0	5	16	25	4	34	0	1.6	4.6

5	Сметана 15.0%	0.00	0.00	3.08	0.02	0	1	5	4	0	3	0	0.4	0.0
6	Яйцо куриное	0.00	0.03	14.98	0.28	0	10	11	5	1	16	0	1.9	2.6
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	Натрий двууглекислый	0.00	0.00	0.00	0.00	0	83	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.02	0.07	21.88	1.21	0	191	75	74	18	86	0	16.2	9.2

Способ обработки:Запекание

Технология приготовления: Творог перетирают. Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. Яблоки очищают от кожуры, удаляют семенное гнездо и запекают. Перетертый творог соединяют с яйцами, сметаной, маком, разрыхлителем и тщательно перемешивают. Затем в массу добавляют яблочное пюре, перемешивают. Всыпают рисовую муку и перемешивают. Полученное тесто выкладывают на противень в форме шариков со швом вниз. Выпекают в пароконвектомате (или духовом шкафу) 15 минут при температуре 180 градусов.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – форма правильная в соответствии с технологией; консистенция – мякиш хорошо пропечен, не липкий, не влажный на ощупь, пористость равномерная; вкус и запах приятные.