



Технологическая карточка.

Салат из свежих огурцов и помидор

Выход: 60/45

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра бот ки	% тепло вой обра ботки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	огурец свежий	30	20	7	-										
2	помидор свежий	30	20	5	-										
3	лук репчатый	5	4	16	-										
4	масло растительное	4	3	-	-										
5	зелень свежая	3	2	16	-										
6	соль	1,0	0,5												
	итога:					60	45								

Технология приготовления: Помидоры, огурцы промывают, ошпаривают, вырезают плодоножку, нарезают дольками, добавляют нарезанный полукольцами репчатый лук, солят и заправляют растительным маслом.

Технологическая карточка.

Салат: из зеленого горошка и моркови



ВЫХОД: 60/40

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	масло растительное	4	3	-	-	4	3								
2	морковь	10	8	20	-	8	6,4								
3	зеленый горошек	68	43	35	-	44,2	27,8								
4	лук репчатый	5	4	16	-	4,2	3,4								
5	соль	1,0	0,5												
	итого:					60	50								

Технология приготовления: Обработанную морковь, ошпаривают, нарезают в форме кубиков, соединяют с предварительно обработанным консервированным зеленым горошком и репчатым луком. Заправляют растительным маслом.

Технологическая карточка.



__Салат из свежей капусты__

ВЫХОД: 60/40

n/p №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	капуста свежая	55	40	20	-	44	26								
2	морковь	15	10	20	-	12	8								
3	лук репчатый	5	4	16	-	4,2	4,4								
4	масло растительное	4	3	-	-	4	3								
5	соль	1,0	0,5												
	итого:					60	40								

Технология приготовления: Капусту шинкуют, солят, перетирают. Добавляют обработанную и нашинкованную на терке морковь, рубленый репчатый лук и заправляют маслом.

Технологическая карточка.



__Салат «Витаминный»__

ВЫХОД: 100/80

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	морковь	115	92	20	-										
2	сахар	5	3	-	-										
3	масло растительное	2	2	-	-										
	итого:														

Технология приготовления: Обработанную морковь, ошпаривают, перетирают на тёрке, добавляют сахар, заправляют растительным маслом и перемешивают.

Технологическая карточка.



___ Салат из отварных овощей ___

ВЫХОД: 60/45

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	20	15	25	3										
2	морковь	30	25	20	8										
3	лук репчатый	8	6	16	-										
4	свекла	20	15	20	8										
5	зеленый горошек	12	10	35											
6	масло растительное	5	3	-	-										
7	соль	1,0	0,5												
	итого:					60	45								

Технология приготовления: Картофель, морковь, свеклу (варят по отдельности), очищают. Нарезают небольшими кубиками, соединяют с консервированным зеленым горошком (после термической обработке) и нарезанным репчатым луком, солят, заправляют растительным маслом.

Технологическая карточка.



___ Салат «Зимний» ___

ВЫХОД: 60/50

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	50	40	30	3										
2	лук репчатый	5	4	16	-										
3	огурец соленый	16	14	10	-										
4	морковь	12	10	20	8										
5	масло растительное	4	3	-	-										
	итого:														

Технология приготовления: Картофель, морковь, варят в отдельности, очищают, нарезают небольшими кубиками. Соединяют с нарезанным на мелкие кубики соленым огурцом (после обработке: промывание, ошпаривание), нарезанным репчатым луком, солят, заправляют растительным маслом.

Технологическая карточка.



__ Кабачковая икра __

ВЫХОД: 50/40

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	кабачковая икра	54	44	-	-										
	итого:					50	40								

Технология приготовления: Кабачковую икру кипятят в течение 10-15 минут при 100-160 градусов, охлаждают и выкладывают по тарелкам.

Технологическая карточка.



__ Кабачковая икра __

ВЫХОД: 60/50

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	кабачковая икра	65	55	-	-										
	итого:					60	50								

Технологическая карточка.



__ Салат «Свекольный с чесноком» __

ВЫХОД: 60/45

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	свекла	80	55	20	8										
2	чеснок	2	2	16	-										
3	масло растительное	4	3												
	итого:														

Технология приготовления: Свеклу отваривают, охлаждают, очищают, ошпаривают кипятком, пропускают через овощерезку (терка), соединяют с очищенным и перетертым чесноком (обдать кипятком). Заправляют растительным маслом.

Технологическая карточка.



__ Салат: «Тушеная свекла с черносливом и сметаной» __

ВЫХОД: 150 /130

п/ п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодн ой обрабо тки	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	свекла	165	145	5+20	10										
2	чернослив	20	18	-	-										
3	масло сливочное	5	4												
4	сметана	20	18												
5	томатная паста	4	3												
	итого:					150	130								

Технология приготовления: Свеклу отваривают, охлаждают, очищают, натирают. Чернослив (без косточки) перебирают, промывают несколько раз в теплой воде. Чернослив промывают в проточной воде, затем замачивают в кипяченой воде до набухания. Набухший чернослив нарезают мелкими кусочками. Репчатый лук мелко нарезают и пассируют в масле, складывают в кастрюлю вместе отварной свеклой, добавляют мелко нарезанный лимон и тушат, помешивая на медленном огне, до полуготовности. Затем добавляют сахар, чернослив, сметану и продолжают тушить до готовности (15-20 мин.). Охлаждают.

Температура подачи 14 градусов.

Технологическая карточка.



___ Салат из свеклы ___

ВЫХОД: 60/40

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	свекла	75	50	20	8										
2	лук репчатый	5	4	16	-										
3	масло растительное	4	3												
4	соль	1,0	0,5												
	итого:														

Технологическая карточка.



___ Салат: «Свекольный» с изюмом ___

ВЫХОД: 60/45

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	свекла	72	55	20	13	50	38								
2	изюм б/к	5	5	-	-	5	5								
3	масло растительное	5	4	-	-	5	4								
	итого:					60	45								

Технология приготовления: Свеклу отваривают, охлаждают, очищают, шинкуют на овощерезке (терке), соединяют с предварительно отваренным изюмом. Заправляют растительным маслом.

___ Икра «Свекольная» ___

ВЫХОД: 70/50

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	свекла	95	70	20	13	66	48,7								
2	масло растительное	4	3	-	-	4	3								
3	томатная паста	2	2			2	2								
	итого:					72	53,7								

Технология приготовления: Свеклу отваривают, охлаждают, очищают, шинкуют на овощерезке (терке). Заправляют растительным маслом, томатной пастой и припускают в течение 5-10 мин.

Технологическая карточка.

___ Перец, фаршированный овощами и рисом ___

ВЫХОД: 200/ 180; 50/40

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	перец сладкий	160	140	25	22	120	105								
2	Фарш: крупа рисовая	11	9			30	24,5								
3	морковь	36	30	20	32	29	24								
4	лук репчатый	24	20	16	50	20	16,8								
5	помидор свежий	38	30	7		32	27,9								
6	масло растительное	10	8	-		10	8								
7	соус сметанный	50	40	-		50	40								
8	соль	1,0	0,5												
	итого:					200	180								

Технология приготовления: У обработанного сладкого перца удаляют подножку и семена, бланшируют, откидывают на дуршлаг и заполняют фаршем, укладывают на противень, заливают сметанным соусом.

Запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 градусов 30-35 мин. до образования корочки.

Фарш: Морковь, лук репчатый нарезают мелкой соломкой, пассеруют, добавляют свежие помидоры или томат, пассеруют вместе. Рис варят откидным способом и припускают.

Пассированные овощи соединяют с рассыпчатым рисом. Добавляют соль, рубленую зелень, перемешивают. Отпускают перец с соусом, в котором он запекается.

Температура подачи 65 градусов.

Технологическая карточка.



___ «Морковь, тертая с сахаром и лимоном» ___

ВЫХОД: 100/ 80

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	морковь	115	92	20											
2	сахар	5	3												
3	масло растительное	2	2												
4	лимон свежий	10	8	40											
	итого:					100	80								

Технология приготовления: Обработанную морковь натереть на тёрке (овощерезка), добавить сахар, лимон (после термической обработке, снятия кожуры) нарезанный мелкими кубиками, заправить растительным маслом и перемешать.

Технологическая карточка.



__ Салат: «Морковно-яблочный» __

ВЫХОД: 90/75

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	морковь	60	45	20	-										
2	яблоко свежее	45	40	12	-										
3	сахар	5	3	-	-										
4	масло растительное	2	2	-	-										
	итого:					90	75								

Технология приготовления: Обработанную морковь, ошпаривают, шинкуют на овощерезке (терке), добавляют сахар (оставляют на 5-10 мин. до полного растворения сахара). После 2-го перемешивания салата: добавляют яблоко, нарезанное мелкими кубиками, и заправляют растительным маслом с последующим перемешиванием.

Технологическая карточка.



__ Салат: «Морковь тертая, с сахаром» __

ВЫХОД: 100/80

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	морковь	115	92	20	-										
2	сахар	5	3	-	-										
3	масло растительное	2	2	-	-										
	Итого:														

Технология приготовления: Обработанную морковь, ошпаривают, шинкуют на овощерезке, добавляют сахар, заправляют растительным маслом и перемешивают.

Технологическая карточка.



__Огурец соленый__

ВЫХОД: 55/4

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	огурец соленый	62	44	10	-										
	итого:														

Технология приготовления: Обработанные, промытые соленые огурцы, ошпаривают, нарезают на порции и подают.

Технологическая карточка.



__Огурец свежий__

ВЫХОД: 60/45

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	огурец свежий	64	48	5	-	60	45	0,39	0,3	0	0	1,7	1,25	9,0	6,8
	итого:					60	45	0,39	0,3	0	0	1,7	1,25	9,0	6,8

Технология приготовления: Обработанные и промытые, ошпаренные огурцы нарезают на порции и подают.

Технологическая карточка.



__Помидор свежий__

ВЫХОД: 60/45

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	помидор свежий	65	48	7	-	60	45	0,22	0,16	0	0	2,09	1,59	9,14	6,29
	итога:					60	45	0.22	0.16	0	0	2.09	1.59	9.14	6.29

Технология приготовления: Обработанные и промытые, ошпаренные помидоры нарезают на порции и подают.

Технологическая карточка.



___ Салат «Осень» ___

ВЫХОД: 70/50

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	капуста свежая	50	35	20	-										
2	лук репчатый	4	4	16	-										
3	зеленый горошек	20	15	35	-										
4	масло растительное	4	3	-	-										
5	морковь	13	13	20	-										
6	соль	1,0	0,5												
	итого:														

Технология приготовления: После вторичной обработке капусты, капусту шинкуют, солят, перетирают. Добавляют консервированный зеленый горошек (после термической обработке), нарезанный репчатый лук и заправляют растительным маслом.

Технологическая карточка.



___ Салат из св. капусты, св. моркови и яблок. ___

ВЫХОД: 90/70

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	капуста свежая	30	25	20	-	24	20								
2	морковь свежая	40	30	20	-	32	24								
3	яблоко свежее	40	25	12	-	35	22								
4	масло растительное	5	4			5	4								
	итого:					90	70								

Технология приготовления: После вторичной обработке капусты, капусту шинкуют, солят, перетирают. Добавляют: обработанную и нашинкованную на терке морковь, очищенные и нарезанные мелкими кубиками, обработанные яблоки и заправляют растительным маслом.

Технологическая карточка.



___ «Салат из св. капусты и зеленого горошка» ___

ВЫХОД: 60/40

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	капуста свежая	45	30	20	-										
2	морковь свежая	15	12	20											
3	зеленый горошек	10	8	35	-										
4	лук репчатый	5	4	16	-										
5	масло растительное	4	3	-	-										
6	соль	1,0	0,5												
	итоґо:														

Технология приготовления: После вторичной обработке капусты, капусту шинкуют, солят, перетирают. Добавляют обработанную и нашинкованную на терке морковь, консервированный зеленый горошек (после термической обработке), нарезанный репчатый лук и заправляют растительным маслом.

Технологическая карточка.



_ "Рассольник" со сметаной с говядиной _

ВЫХОД: 250/200 13/10,5

п/п №	наименован продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% теплов ой обрабо тки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
2	картофель	70	50	30	6										
3	крупа перловая (рис)	8	5	1											
4	лук репчатый	10	8	16	20										
5	морковь	15	12	20	8										
6	огурец соленый	25	20	10											
7	зелень	5	4,5	20											
8	сметана 20%	7	5												
9	масло сливочное	2	2												
10	говядина б/к	25	25	15	38										
11	чеснок	2	2	16											
12	томатная паста	3	2												
13	соль	1,0	0,5												
	итого:					250,0/ 13,0	200,0/ 10,5								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготавливают мясо для варки бульона. Заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену, жир и варят при очень слабом кипении, периодически снимая жир, до готовности - примерно 2- 2,5 часов. Перебранную и хорошо промытую перловую крупу, предварительно отвариваем 20-30 мин., сливаем, промываем. Картофель нарезают брусочками, репчатый лук, морковь шинкуют. Лук, морковь пассируют на растительном масле. Обработанные соленые огурцы натирают на терке. В кипящий бульон положат распаренную перловую крупу и картофель. За 15-20 минут до окончания варки добавить пассированные лук, морковь, а затем припущенные соленые огурцы. За 1-2 мин. до готовности добавляют рубленую зелень, чеснок, сметану. Готовое мясо делят на порции и после вторичной обработке в бульоне добавляют в суп. Настаивают рассольник 10-12 мин.

Технологическая карточка



– «Борщ с фасолью с курой» –

ВЫХОД: 250/200

n/n №	наименован. продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	70	50	30	3										
2	свекла	40	30	20	8										
3	капуста свежая	40	30	20	8										
4	морковь	15	12	20	8										
5	зелень св.	5	4,5	20	8										
6	лук репчатый	15	12	16	20										
7	томат-паста	3	2												
8	чеснок	2	2	16											
9	масло сливочное	2	2												
10	фасоль	5	4	1											
11	кура	40	32	39	28+3										
12	сметана	8	6												
13	соль	1.0	0,5												
	итого:					250	200								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленные тушки кур закладывают в кипящую воду и варят при слабом кипении, снимая пену и жир, 50-60 мин. При подготовке мясо - куры к варке внутренний жир, пленки, крылья, ножки нижнего коленного сустава на 1 см., кожу на шейке, и удаляют. Готовый бульон процеживают. Куру варят до готовности и отбирают от костного скелета и добавляют в суп. Предварительно отваривают фасоль до полуготовности, промывают. Свёклу натирают (овощерезка, терка) и тушат в закрытой посуде с добавлением сливочного масла, бульона, томатной пасты (зрелую свёклу тушат 40 минут, молодую 10-15 минут). В кипящий бульон положить свежую капусту, нарезанную соломкой, довести до кипения. Добавить картофель, нарезанный соломкой, фасоль, пассированные овощи (лук и морковь). Варить борщ 20-30 минут с ведением до окончания варки за 10 мин. свеклу. За 1-2 мин. до готовности добавляют рубленую зелень, чеснок, сметану.

Технологическая карточка.



__ «Суп с мясными фрикадельками» __

ВЫХОД: 250/200 25,0/25,0

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	говядина б/к	48	48	15	38										
2	картофель	70	50	30	3										
3	морковь	15	12	20	8										
4	зелень	5	4,5	20											
5	яйцо	1/10	1/13	13											
6	лук репчатый	10	8	16	20										
7	масло сливочное	2	2												
8	чеснок	2	2	16											
9	соль	1,0	0,5												
	итого:					250 /25,0	200 / 25,0	5,79	4,51	7,88	6,43	10,56	6,05	133,48	98,62
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленное мясо пропускают дважды через мясорубку, добавляют яйцо, пассированный репчатый лук, немного воды, хорошо выбивают, формируют фрикадельки в виде шариков весом 10 грамм и варят в воде. Готовые фрикадельки вынимают, а в кипящий бульон кладут нарезанные небольшими кусочками картофель, пассированные с маслом репчатый лук и овощи. В готовый суп кладут отварные фрикадельки и доводят до кипения. За 1-2 мин. до готовности добавляют рубленую зелень, чеснок.

Технологическая карточка.



_____ «Щи из свежей капусты с курой со сметаной» _____

ВЫХОД: 250 / 200

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	70	50	30	3										
2	капуста	50	40	20	8										
3	лук репчатый	15	12	16	20										
4	морковь	10	8	20	8										
5	масло сливочное	2	2												
6	кура I кат.	40	32	15	28+3										
7	зелень свежая	5	4,5	20											
8	сметана	7	5												
9	чеснок	2	2	20											
10	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	200								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленные тушки кур закладывают в кипящую воду и варят при слабом кипении, снимая пену и жир, 50-60 мин. Готовый бульон процеживают. Куру варят до готовности, вынимают, охлаждают и отбирают от костного скелета, с последующим добавлением в бульон. В кипящий бульон (с курой) кладут подготовленную капусту нашинкованную соломкой. Доводят до кипения, вводят морковь, припущенную на сливочном масле, и пассерованный репчатый лук, и варят 10 мин., добавляя картофель, соль и варят до готовности всех овощей. В конце варки добавляют сметану, доводят до кипения. За 1-2 мин. до готовности добавляют рубленую зелень, чеснок. Настаивают 10-12 мин.



Технологическая карточка.

__Суп «Картофельный» с яйцом на кури_

ВЫХОД: 250/ 200

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	70	50	30	3										
2	чеснок	2	2	16											
3	морковь	15	12	20	8										
4	лук-репка	10	8	16	20										
5	зелень св.	5	4,5	20											
6	масло сл.	2	2												
7	кура 1 категории	40	32	39	28+3										
8	яйцо	шт.	1/2	13											
9	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	200								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленные тушки кур закладывают в кипящую воду и варят при слабом кипении, снимая пену и жир, 50-60 мин. Готовый бульон процеживают. Куру варят до готовности и отбирают от костного скелета и добавляют в суп. В бульон кладут нарезанный соломкой картофель, пассерованные в масле морковь и лук репчатый, солят. Заправляют, тертым на крупной тёрке, отварным яйцом и доводят до кипения. За 1-2 мин. до готовности добавляют рубленую зелень, чеснок.

Технологическая карточка.



___ Суп « Лапша по-«домашнему» с курой» ___

ВЫХОД: 250 / 200 15/13

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холод ной обраб отки	% тепл овой обраб отки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	кура 1 кат	36	30	39	28+3										
2	мука в/с	20	15												
3	яйцо	1/10	1/13	13											
4	картофель	40	30	30	3										
5	лук-репка	10	8	16	20										
6	морковь	10	8	20	8										
7	масло сливочное	3	3												
8	вода					130	110								
9	зелень	5	4,5	20											
10	чеснок	2	2	16											
11	соль	1,0	0,5												
	итого:					250,0/ 15,0	200,0/ 12,6								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленные тушки кур закладывают в кипящую воду и варят при слабом кипении, снимая пену и жир, 50-60 мин. Готовый бульон процеживают. Куру варят до готовности и отбирают от костного скелета и добавляют в суп. В бульон кладут нарезанный соломкой картофель, пассерованные в масле морковь и лук репчатый, солят и варят до готовности. Заправляют мелко протертым чесноком. Лапшу варят в большом количестве подсоленной воды, процеживают и соединяют с бульоном. Бульон после этого вновь доводят до кипения. За 1-2 мин. до готовности добавляют рубленую зелень, чеснок.

Технологическая карточка.



___ «Свекольник» со сметаной и говядиной. ___

ВЫХОД: 250/200 13/13

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	70	50	30	3										
2	сметана 20%	8	6												
3	свекла	80	65	20	5										
4	морковь	10	8	20	8										
5	лук-репка	10	8	16	20										
6	зелень свежая	5	4,5	20											
7	томат	2	2												
8	масло сливочное	2	2												
9	говядина I кат	25	25	15	38										
10	чеснок	2	2	16											
11	соль	1,0	0,5												
	итога:					250/13	200/13								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготавливают мясо для варки бульона. Заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену, жир и варят при очень слабом кипении, периодически снимая жир, до готовности - примерно 2- 2,5 часов. Подготовленную свеклу натирают, морковь нарезают соломкой, тушат в небольшом количестве бульона со сливочным маслом. Отдельно тушат пассированный лук с томатной пастой в течение 7-10 минут. Картофель нарезают мелкими кубиками, кладут в кипящий бульон и варят до полуготовности, затем добавляют тушеные овощи, свеклу, чеснок и варят до готовности. За 1-2 мин. до готовности добавляют рубленую зелень, сметану.

Готовое мясо разделяют на порции и после вторичной обработке в бульоне добавляют в суп.

Технологическая карточка.



___ «Уха из горбуши» ___

ВЫХОД: 250/200 39,5/ 36,0

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	горбуша	66	60	27	18										
2	лук-репка	15	12	16	20										
3	картофель	70	50	30	3										
4	чеснок	2	2	16											
5	зелень свежая	5	4,5	20											
6	масло сливочное	2	2												
7	морковь	15	12	20	8										
8	соль	1,0	0,5												
	итого:					250/ 39,5	200/ 36,0								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленную рыбу заливают холодной водой, доводят до кипения, снимают пену и варят 1 час при слабом кипении. Рыбу вынимают и охлаждают, отделяют от костного скелета. Бульон процеживают и добавляют картофель, нарезанный кубиками, и филе рыбы с кожей без кости, нарезанной на кусочки. За 5-10 минут до готовности бульон заправляют припущенную на сливочном масле морковь и бланшированный пассерованный репчатый лук и доводят до готовности. За 1-2 мин. до готовности добавляют рубленую зелень, чеснок.

Технологическая карточка.



___ Суп «гороховый» с курой ___

ВЫХОД: 250/200 12/8

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	70	50	30	3										
2	морковь	15	12	20	8										
3	зелень свежая	5	4,5	20											
4	лук - репка	15	12	16	20										
5	чеснок	2	2	16											
6	кура 1 категории	30	20	39	28+3										
7	горох	25	15	1											
8	масло сливочное	2	2												
9	соль	1,0	0,5												
	Итого:					250/12	200/8								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Горох подготавливают: перебирают, моют, выдерживают в теплой воде 1,5-2 часа, промывают. Подготовленные тушки кур закладывают в кипящую воду и варят при слабом кипении, снимая пену и жир, 50-60 мин. При подготовке мяса - куры к варке внутренний жир, пленки, крылья, ножки нижнего коленного сустава на 1 см., кожу на шейке, и удаляют. Готовый бульон процеживают. Куру варят до готовности и отбирают от костного скелета и добавляют в суп. Подготовленный горох кладут в бульон. Доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками. За 5-10 минут до готовности бульон заправляют припущенную на сливочном масле морковь и бланшированный пассерованный репчатый лук и доводят до готовности. За 1-2 мин. до готовности добавляют рубленую зелень, чеснок.

Технологическая карточка.



___Суп «Овощной» на курином бульоне___

ВЫХОД: 250/200

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	70	50	30	3										
2	св.морож. овощи	60	40												
3	лук-репка	10	8	16	20										
4	томат	3	2												
5	сметана	7	7												
6	зелень свежая	5	4,5	20											
7	масло сливочное	2	2												
8	чеснок	2	2	16											
9	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	200								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Примечание: Мясо - куры для приготовления бульона выписано на 2-ое блюдо - 120/100 (39%), для приготовления «Котлета куриная».

Технология приготовления: Подготовленные тушки кур закладывают в кипящую воду и варят при слабом кипении, снимая пену и жир, 50-60 мин. Готовый бульон процеживают. В кипящий бульон, приготовленный на мясо - куры, кладут нашинкованный брусочками картофель, припущенные с маслом сливочным морковь, репчатый лук, свежемороженые овощи (после дефростации), томат. Варят 15 мин. За 3 мин. до готовности вводят сметану, рубленую зелень, чеснок и доводят до кипения.

Технологическая карточка.

___ Суп «Молочный» вермишелевый» ___



ВЫХОД: 250/200

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодно й обр або тки	% теп лово й обра бот ки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	макаронные изделия (вермишель)	32	20	1											
2	масло сливочное	5	4			5	4	0,035	0,028	3,9	3,12	0,05	0,04	35,45	28,36
3	сахар	5	4			5	4	0	0	0	0	4,99	3,99	18,95	15,16
4	молоко 3,2%	78	57		5	115	105								
5	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	200								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Макароны положить в кипящую воду (соотношение изделия к воде 1: 6), варить 15 -20 минут (в зависимости от объема бака), затем влить горячее молоко, добавить сахар, соль, масло сливочное и варить до готовности.

Технологическая карточка.



___ «Молочный суп с макаронами» ___

ВЫХОД: 250/200

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	макароны	33	20	1	-										
2	молоко 3,2%	114	104	-	-										
3	масло сливочное	5	4	-	-										
4	сахар	5	4	-	-										
5	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	200								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления:

Макаронные изделия положить в кипящую воду (соотношение изделия к воде 1: 6), варить 20 - 25 минут (в зависимости от объема бака), затем влить горячее молоко, добавить сахар, соль, масло сливочное и варить до готовности.

Технологическая карточка.



__Каша «Геркулесовая» на сухом молоке__

ВЫХОД: 250/ 180

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	геркулес	26	18	1	-										
2	молоко сухое	15	12	-	-	200	160								
3	сахар	5	4	-	-	5	4								
4	масло сливочное	5	4	-	-	5	4								
5	соль	1,0	0,5												
	итога:					250	180								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: «Геркулес» просеивают, перебирают и засыпают в подсоленное кипящее молоко, варят при слабом кипении, помешивая периодически, до тех пор, пока не загустеет, плотно закрывают крышкой и уваривают на пару или на водяной бане при температуре 100°C или в жарочном шкафу при температуре 140°C до готовности. Готовую кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Технологическая карточка



__Каша «Манная» на свежем молоке__

ВЫХОД: 250/180

n/ n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	манка	26	18	1	-										
2	молоко 3,2%	138	122	-	-	138	122								
3	сахар	5	4	-	-										
4	масло сливочное	5	4	-	-	5	4	0,035	0,08	3,9	3,12	0,05	0,04	35,45	28,36
5	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	180								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: В кипящее молоко, помешивая, тонкой струйкой всыпать манную крупу и варить 10-15 минут до густоты. Затем добавить соль и сахар, размешать. Готовую кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Технологическая карточка.



___ **Каша «Гречневая» молочная** ___

ВЫХОД: 250/180

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	гречка	30	20	1	0										
2	сахар	5	4	1	-										
3	масло сливочное	5	4	-	-										
4	молоко 3,2%	113	98	-	-										
5	1,0	0,5													
	итого:					250	180								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: В кипящее подсоленное молоко положить соль и сахар, затем, помешивая, всыпать просеянную, промытую крупу. После закипания, добавляем сахар и варим до готовности. Готовую кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Технологическая карточка.



___ **Каша «Ячневая» на сухом молоке** ___

ВЫХОД: 250/ 180

n/ п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра бот ки	% теп лово й обра бот ки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	крупа ячневая	30	18	1	-										
2	сахар	5	4	-	-	5	4	0	0	0	0	3,99	3,99	15,16	15,16
3	масло сливочное	5	4	-	-	5	4								
4	молоко сухое	15	12	-	-	200	160								
5	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	180								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: В кипящее подсоленное молоко положить сахар, затем, помешивая, всыпать просеянную крупу. После закипания, периодически размешивать и варить до готовности. Готовую кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Технологическая карточка.



___ **Каша «Кукурузная» на свежем молоке** ___

ВЫХОД: 250/180

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	крупа кукурузная	26	18	1	-										
2	молоко 3,2%	98	97	-	-										
3	сахар	5	4	-	-										
4	масло сливочное	5	4	-	-										
5	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	180								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: В кипящее подсоленное молоко положить сахар, затем, помешивая, всыпать просеянную крупу. До закипания, при регулярном размешивании, до периода разбухания крупы. Варить до готовности.

Готовую кашу заправить растопленным сливочным маслом.

Технологическая карточка.



___ **Каша «Пшеничная» молочная** ___

ВЫХОД: 250/180

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	крупа пшеничная	30	18	1	-										
2	молоко 3,2%	142	94	-	-										
3	масло сливочное	5	4	-	-										
4	сахар	5	4	-	-										
5	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	180								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: В кипящее подсоленное молоко положить сахар, затем, помешивая, всыпать просеянную крупу. После закипания, периодически размешивать и варить до готовности. Готовую кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Технологическая карточка.



___ **Каша «Рисовая» на свежем молоке** ___

ВЫХОД: 250/180

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	рис	30	20	1	-										
2	сахар	5	4	-	-										
3	молоко 3,2%	100	100	-	-										
4	масло сливочная	5	4	-	-										
5	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	200								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Перед варкой крупу промывать до получения прозрачной воды. В кипящую подсоленную воду всыпать промытую крупу, помешивая, варить 20-25 минут. В конце варки добавить молоко, сахар и варить до готовности. Готовую кашу заправить растопленным сливочным маслом.



Технологическая карта.

— «Жаркое по - домашнему с говядиной» —

Выход: 220/200

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	говядина б/к I кат.	75	75	15	20										
2	лук репчатый	15	12	16	20										
3	картофель	200	185	30	3										
4	морковь	30	20	20	8										
5	масло растительное	2	2												
6	масло сливочное	5	5												
7	томатная - паста	2	2												
8	вода	70	50												
9	соль	1,0	0,5												
	итого:					220	200								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленное, обработанное мясо - говядина (сырое) нарезают небольшими кубиками и слегка обжаривают в жарочном шкафу.

Картофель, морковь нарезать крупными кубиками с последующей обжаркой до полуготовности. Лук пассеруют с томатом. Пассерованный репчатый лук, морковь, картофель и мясо – говядина закладываются в емкость для тушения и тушат до готовности, солят.

Технологическая карточка.



__Биточки " Из оленины">__

ВЫХОД: 80/65

n/ п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% теп лов ой обр або тки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	оленина б/к	80	66	15	12	60	49,4	0/*	19	68	56,1	11,28	9,3	3,92	3,23
2	лук репчатый	10	8	16	8	6	6	16	20	8,4	6	0,14	0,07	0	0
3	хлеб пшеничный	10	10	-	-	10	8	-	-	10	8	0,77	0,77	0,3	0,3
4	масло растительн ое	3	2	-	-	3	2	-	-	3	2	0	0	2,99	1,99
5	мука пшеничная	5	4	-	-	3	1	-	-	5	3	0,47	0,1	0,05	0,01
6	соль	0,5	0,5												
	итого:					80,0	65			94,4	75,1	12,66	10,24	7,26	5,53
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов							0/*	19	68	56,1	11,28	9,3	3,92	3,23

Технология приготовления:

При приготовлении руководствоваться технологической картой «Диетические биточки из оленины».

Примечание: при закладке молочного соуса проводится коррекция норм продуктов, указанных в технологической карте «Молочный соус».

* Процент потери после дефростации оленины (б/к) составляет - 10%.

Технологическая карточка.



___ «Гуляш» из говядины ___

ВЫХОД: 80/60/20

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	говядина б/к	80	70	15	25	51	44								
2	лук репчатый	12	12	16	20	8	8								
3	мука в/с	5	2	1	-	4,9	1,9								
4	томат-паста	5	5	-	-	5	5								
5	масло растительное	3	2	-	-	3	2								
6	сметана	20	20	-	-	20	20								
7	соль	1,0	0,5												
	итого:					100	80								

Технология приготовления: Подготовленное, обработанное мясо - говядина (сырое) нарезают небольшими кубиками и тушат в жарочном шкафу.

Лук репчатый нарезают мелкими кубиками, пассеруют на растительном масле до появления светло-желтого цвета, посыпать мукой, добавляют томат - пасту и заливают мясным бульоном. Варить соус в течение 15 минут. Добавляют соль. Протушенное мясо соединяют с соусом и варят до готовности.

Технологическая карточка.



__ «Гуляш» из оленины» __

ВЫХОД: 100/ 80

n/ п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	оленина б/к	80	66	15	25			68	56,1	11,28	9,3	3,92	3,23	0	0
2	лук репчатый	10	8	16	20			6	6	0,07	0,07	0	0	0,46	0,46
3	мука в/с	5	3	1	-			2	1	0,19	0,09	0,02	0,01	1,4	0,7
5	томат	2	2	-	-			5	5	0,24	0,24	-	-	1,06	1,06
6	масло растит.	3	2	-	-			1	1	0	0	0,95	0,95	0	0
7	сметана	20	15	-	-			20	15	0,38	0,29	6,84	5,13	0	0
	* морковь	15	12	20											
8	соль	1,0	0,5												
	итого:					100	80	74,0	72,1	12,16	9,99	11,73	9,32	2,92	2,22
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов							68	56,1	11,28	9,3	3,92	3,23	0	0

Технология приготовления:

При приготовлении руководствоваться технологической картой «Гуляш из оленины в томатно-сметанном соусе».

* В карточке произведена закладка моркови вместо сметаны, без замены расчета по энергетической потребности.

Примечание: при закладке томатно-сметанного соуса проводится коррекция норм продуктов, указанных в технологической карте «Гуляш».

Технологическая карточка.



___ «Индейка» отварная порционная ___

ВЫХОД: 60/55

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% теплого й обработ ки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	индейка 1кат (филе)	105	100	11,5	25+3+6	60	55								
	итого:					60	55								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленное (сырое) филе – индейки (разделанное на порции) варят в подсоленной воде до готовности.

Технологическая карточка.



___ «Кнели» мясные на пару ___

ВЫХОД: 80/ 65

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	говядина б/к	80	72	15	25										
2	масло растит.	2	2	1	в 2 р.										
3	лук репчатый	10	8	16	20										
4	хлеб пшеничный	10	8												
5	яйцо	1/10	1/13	13											
6	соль	1,0	0,5												
	итого:					80	65								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленное, обработанное мясо - говядина (сырое) дважды пропускают через мясорубку. Фарш смешивают с пассированным репчатым луком, яйцом, размягченным хлебом, солят, хорошо взбивают. Делают небольшие кнели (круглой формы), выкладывают на противень с добавлением небольшого количества воду и тушат в жарочном шкафу до готовности.

Технологическая карточка.



___ «Азу» с отварным картофелем_

ВЫХОД: 130/120; 100/80

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Говядина 1 кат б/к	80	72	15	38										
2	Картофель	185	170	25	3										
3	Лук репчатый	10	8	16	20										
4	Морковь	15	12	20	8										
5	Томатная паста	2	2												
6	Мука в/с	3	2	1											
7	Масло сливочное	5	4												
8	Огурец соленый	20	15	10											
9	Масло растительное	3	2												
10	Соль	1,0	0,5												
	итого:					130 /100	120 /80								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленное, обработанное мясо - говядина (сырое) нарезают небольшими кубиками и слегка обжаривают в жарочном шкафу.

Картофель нарезают крупными кубиками с последующим тушением до полуготовности. Лук пассеруют с морковью и томатом. Соленые обработанные огурцы натирают (овощерезка, терка) и тушат 5-7 мин. В емкость с картофелем закладывают пассированные овощи с томатом и тушат с последующей закладкой соленых огурцов, соли, до окончания процесса тушения.

Технологическая карточка.



___ Оладьи «Печеночные» ___

ВЫХОД: 80/60

п/п №	наименование продукта	БРУТТО масса (гр.)		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО масса (гр.)		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		сад	ясли			сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
1	печень говяжья	80	60	17	17										
2	мука в/с	8	6	1	-										
3	яйцо	1/5	1/8	13											
4	лук-репка	10	8	16											
5	масло растительное	7	5	-	-	5	4								
6	соль	1,0	0,5												
	итого:					80	60								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленную обработанную печень нарезают на куски, пропускают через мясорубку с репчатым луком, добавляют муку, яичный желток, солят, хорошо выбивают. Выкладывают столовой ложкой в форме оладьи на противень (сковорода) и запекают до готовности с последующим пропариванием в духовке.

Технологическая карточка.



_ «Рыба» запеченная с картофелем по-русски (треска)_

ВЫХОД: 200/180

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	треска	100	80	27	18										
2	картофель	150	150	30	3										
3	молоко св 3,2%	20	15		5										
4	масло сливочное	4	4												
5	масло растительное	2	2												
6	лук репчатый	15	12	16											
7	соль	1,0	0,5												
	итого:					200	180								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Порционные куски сырой рыбы, нарезанные под углом 30 градусов из филе с кожей без костей, посыпают солью, кладут кожей вниз в смазанную маслом сковороду (противень), сверху кладут ломтики отварного картофеля, заливают небольшим количеством воды, поливают сливочным маслом и запекают в жарочном шкафу при температуре 240-250 градусов в течение 20-30 мин.

Температура подачи 65 градусов.



Технологическая карточка.

Котлета «Рыбная»

ВЫХОД: 80/60

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	рыба минтай	100	80	27	18										
2	хлеб пшеничный	10	10	-	-										
3	яйцо	1/8	1/10	13											
4	лук репчатый	10	8	16											
5	масло растительное	3	3												
6	мука	5	4												
7	вода	10	10	-	-										
8	соль	1,0	0,5												
	итого:					80	60								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Рыбу чистят, моют, отделяют мясо от костей, пропускают через мясорубку вместе с бланшированным репчатым луком, размоченным хлебом. Фарш солят, добавляют яйцо, все тщательно перемешивают, формируют котлеты. Котлеты панируют в муке. Изделия выкладывают на смазанный растительным маслом противень, добавить немного горячей воды и ставят в духовку на 20 - 30 минут.

Технологическая карточка.



___ «Сельдь - филе с луком». ___

ВЫХОД: 55/45

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	сельдь м/с	94	74	52	-										
2	лук репчатый	10	8	16	-										
3	масло растительное	2	2	-	-										
	итога:					55	45								

Технология приготовления: Сельдь разделяют, промывают, отделяют мясо от костей и кожи (с последующей вторичной промывкой кипяченной охлажденной водой), нарезают ломтиками. Лук репчатый очищают, обрабатывают кипятком и нарезают тонкими колечками. Перемешивают сельдь с луком и заправляют растительным маслом.

Технологическая карточка.



___ «Тефтели рыбные» ___

ВЫХОД: 70/60

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	яйцо	1/10	1/13	13											
2	минтай	80	70	27	15+3										
3	лук репчатый	10	8	16											
4	масло растительное	2	2												
5	рис	5	4												
6	соль	1,0	0,5												
	итого:					70	60								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Рыбу чистят, моют, отделяют мясо от костей, пропускают через мясорубку. Подготовленный рис отваривают до полуготовности. Мелко нарезанный репчатый лук пассируют на растительном масле. В фарш добавляют рис, бланшированный репчатый лук, яйцо, соль. Массу хорошо вымешивают, выбивают и формируют тефтели в форме шариков по 1 - 2 штуки на порцию, в зависимости от выхода. Выкладывают на смазанный растительным маслом противень, с добавлением 50мл. воды, и ставят в духовку на 20 - 30 мин.

Технологическая карточка.



___ «Кофейный напиток на сухом молоке» ___

ВЫХОД: 200 /150

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	кофе злаковое	2,4	2	-	-	2,4	2	-	-	-	-	-	-	-	-
2	молоко сухое	8	6	-	-	107	80								
3	сахар	10	8	-	-	10	8								
	итого:					200	150								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Наливают в емкость воду, доводят до кипения.

Отдельно запаривать кофейный напиток. Отстаивают в течение 5 мин., процеживают, с последующим добавлением в емкость (бак, кастрюля), совместно с сахаром, кипяченым молоком и вновь доводят до кипения. Температура подачи 65°C.

Сухое молоко: Порошок молока разводят водой в соотношении 1:7. Так, чтобы получить 1 литр восстановленного молока, берут 140гр. сухого молока и 1 литр воды. Молочный порошок соединяют с небольшим количеством теплой воды, хорошо растирают до получения однородной массы, затем вводят оставшуюся воду и, помешивая, доводят до кипения.

Технологическая карточка.



___ «Кофейный напиток на свежем молоке» ___

ВЫХОД: 200 /150

n/ п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	кофейный напиток	2,4	2	-	-	2,4	2	-	-	-	-	-	-	-	-
2	молоко свежее 3,2%	138	122	-	-										
3	сахар	10	8	-	-										
	итого:					200	150								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления:

Наливают в емкость молоко, доводят до кипения. Отдельно запаривать кофейный напиток. Отстаивают в течение 5 мин., процеживают, с последующим добавлением в емкость (бак, кастрюля), совместно с сахаром, кипяченым молоком и вновь доводят до кипения. Температура подачи 65°C.

Технологическая карточка.



__Компот из сухофруктов__

ВЫХОД: 200/150

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	сухофрукты	10	8	-	-	10	8								
2	сахар	10	8	-	-	10	8								
	итого:					200.0	150.0								

Технология приготовления: Сухофрукты перебирают, промывают, заливают теплой водой на 1-1,5 часов до варки, с последующей вторичной промывкой кипяченой водой. Закладывают в кипящую воду при температуре 100°C, помешивают, добавляют сахар и варят 30-40 минуты, с последующим охлаждением.

Технологическая карточка.



__«Чай с молоком», сахаром__

Выход: 200/180

п/ п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	чай	0,6	0,5	-	-	0,2	0,2	-	-	-	-	-	-	-	-
2	сахар	10	8	-	-	10	8								
3	молоко свежее 3,2%.	80	60	-	-	130	115								
	итого:					200	180								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Наливают в емкость воду, доводят до кипения. Заваривают отдельно заварку и процеживают в емкость с водой, с добавлением сахара, кипяченого молока и вновь доводят до кипения. Температура подачи 65°C.

Технологическая карточка.



___ «Какао на свежем молоке».___

ВЫХОД: 200/150

2 день

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	какао	2	1,2	-	-										
2	молоко свежее 3,2%	78	57	-	-										
3	сахар	10	8	-	-										
	итоГО:					200	150								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Какао-порошок запаривают в отдельной емкости, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу. Затем при непрерывном помешивании вливают в горячее молоко и доводят до кипения. Температура подачи 65°C.

Технологическая карточка.



___ «Кефир» ___

ВЫХОД: 180/150

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	кефир	180	150	-	-	200	150								
	итого:					200	150								

Технология приготовления: Из пакетов кисломолочные продукты наливают непосредственно в стаканы. Кисломолочные продукты можно отпускать с сахаром по 5-10г.

Технологическая карточка.



___ «Чай с лимоном» ___

ВЫХОД: 200/150 6/4,8

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	чай	0,6	0,5	-	-	0,6	0,5	-	-	-	-	-	-	-	-
2	лимон св.	10	8	40		6	4,8								
3	сахар	15	12	-	-	9	7								
	итого:					200,0	150,0								

Технология приготовления:

Наливают в емкость воду, доводят до кипения. Заваривают отдельно заварку и процеживают в емкость с водой, с добавлением сахара, лимона (после первичной обработки) и вновь доводят до кипения. Температура подачи 65°C.

Технологическая карточка.

___ «Чай с сахаром» ___

ВЫХОД: 200/150

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	чай	0,6	0,5	-	-	0,6	0,5	-	-	-	-	-	-	-	-
2	сахар	15	12	-	-	9	7								
	итого:					200,0	150,0								

Технологическая карточка.



__Кисель из свежемороженных ягод__

ВЫХОД: 200/180

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	св. зам. ягоды	26	22	-	-										
2	крахмал	10	6,8	-	-										
3	сахар	15	12	-	-										
	итого:					200	180								

Технология приготовления: Клюкву перебирают, промывают, ошпаривают кипятком, кипятят 5-10 минут, процеживают, в напиток добавляют сахар, ставят на огонь. Крахмал разводят с охлажденной кипяченой водой, выливают в кипящий напиток и хорошо перемешивая, доводят до кипения, но не кипятят. Готовый кисель остуживают.

Технологическая карточка.



__Кисель из свежзамороженной «Вишни»__

ВЫХОД: 200 / 180

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	вишня	26	22	-	-										
2	крахмал	10	6,8	-	-										
3	сахар	15	12	-	-										
	итого:					200	180								

Технология приготовления: Вишню перебирают, промывают, ошпаривают кипятком, отжимают сок, а отжимки кипятят 5-10 минут, процеживают, в отвар добавляют сахар, ставят на огонь. Крахмал смешивают с отжатым соком, выливают в кипящий отвар и хорошо перемешивая, доводят до кипения, но не кипятят. Готовый кисель разливают в стаканы и остуживают.



Технологическая карточка.

___Компот из свежесзамороженной вишни___

ВЫХОД: 200/ 180

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холод ной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	вишня	26	27	-	-										
2	сахар	15	12	-	-										
	итого:					200	180								

Технология приготовления: Воду с сахаром кипятят, опускают в кипящую воду подготовленные промытые ягоды, доводят до кипения под крышкой и остужают.



Технологическая карточка.

___Компот из свежесзамороженной клюквы___

ВЫХОД: 200 /180

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	клюква	26	22	-	-										
2	сахар	15	12	-	-										
	итого:					200	180								

Технология приготовления: Воду с сахаром кипятят, опускают в кипящую воду подготовленные промытые ягоды, доводят до кипения под крышкой и остужают.

Технологическая карточка.

___Компот из свежесзамороженной брусники___

ВЫХОД: 200 / 180

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	брусника	30	27	-	-	30	27								
2	сахар	15	8	-	-	15	8								
	итого:					200	180								

Технология приготовления: Воду с сахаром кипятят, опускают в кипящую воду подготовленные промытые ягоды, доводят до кипения под крышкой и остужают.



Технологическая карточка.

Сок «Апельсиновый»

ВЫХОД: 200/200

n/n №	Наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	сок апельсиновый	200	200	-	-	200	200								
	итога:					200	200								

Технология приготовления: Из пакетов (после обработки) сок разливают непосредственно в стаканы.



Технологическая карточка.

Сок «Абрикосовый»

ВЫХОД: 200/200

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	сок абрикосовый	200	200	-	-	200	200								
	итого:					200	200								

Технология приготовления: Сок из пакетов (после обработки) разливают непосредственно в стаканы.



Технологическая карточка.

Сок «Черносмородиновый»

ВЫХОД: 200/150

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	сок черносмородиновый	200	200	-	-	200	200								
	итого:					200	200								

Технология приготовления: Сок из пакетов (после обработки) разливают непосредственно в стаканы.



Технологическая карточка.

___ Сок «Яблочный» ___

ВЫХОД: 200/200

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	сок яблочный	200	200	-	-	200	200								
	итого:					200	200								

Технология приготовления: Сок из пакетов (после обработки) разливают непосредственно в стаканы.

Технологическая карточка.



___ Сок «Виноградный» ___

ВЫХОД: 200/200

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	сок виноградный	200	200	-	-	200	200								
	итого:					200	200								

Технология приготовления: Сок из пакетов (после обработки) разливают непосредственно в стаканы.

Технологическая карточка.



___ Отвар шиповника ___

ВЫХОД: 100/ 70

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	шиповник	5	3												
2	вода	100	70			100	70								
	итоґо:					100	70								

Технология приготовления: Подготовленные плоды шиповника помещают в посуду (емкость, бак), заливают горячей кипяченой водой (100/ 70 гр. на 1 человека), закрывают крышкой и кипятят 20-30 минут (в зависимости от объема емкости), затем охлаждают при комнатной температуре. Процеживают, оставшееся сырье отжимают, объем полученного настоя доводят кипяченой водой до 100/70 гр. на одного человека. Дается в теплом виде.



Технологическая карточка

___Вафли с фруктовой начинкой___

ВЫХОД: 40/15

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра бот ки	% теп лого й обра бот ки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Вафли	40	15	-	-										
	итого:														



___Вафли "Сливочные"___

ВЫХОД: 40/15

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра бот ки	% теп лово й обра бот ки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Вафли	40	15	-	-	20	15								
	итоґо:					40	15								

Технологическая карточка.



___Зефир "Фруктовый"___

ВЫХОД: 50/40

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Зефир «фруктовый»	50	40	-	-	50	40								
	Итого:					50	40								

Технологическая карточка.



Шоколад «Аленка»

ВЫХОД: 50/30

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодно й обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	шоколад	50	30	-	-	50	30								
	ито го:					50	30								

Технологическая карточка.



Печенье сдобное.

ВЫХОД: 30 /15

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холод ной обра ботки	% теп лов ой обра бот ки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Печенье сдобное	30	15	-	-	30	15								
	итого:					30	15								



Печенье «Сахарное»

ВЫХОД: 30 /15

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холод ной обра ботки	% теп лов ой обра бо тки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Печенье сахарное	30	15	-	-	30	15								
	итого:					30	15								

Технологическая карточка.

«Сгущенное молоко»

ВЫХОД: 30 / 20

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Сгущенное молоко	30	20	-	-	30	20								
	итого:					30	20								

Технологическая карточка.

«Джем»

ВЫХОД: 35/ 10

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Джем	35	10	-	-	35	10								
	итого:					35	10								

«Повидло»

ВЫХОД: 35/ 10

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Повидло	35	10												
	итого:					35	10								

Технологическая карточка.

Соус «шоколадный»

ВЫХОД: 30 / 20

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	молоко св. 3,2%	30	30	-	-	30	30								
2	масло сливочное	5	4	-	-	5	4								
3	мука в/с пшеничная	2	4	1	-	2	4								
4	сахар	10	10	-	-	10	10								
5	какао	2	1	-	-	2	1								
						30	30								

Технология приготовления: Муку просушивают, не допуская изменения цвета, растирают с маслом и какао, разводят молоком, доводят до кипения, кладут сахар и варят 5-7 минут.

Технологическая карточка.



__Булочка "Зернышко"__

ВЫХОД: 30/20

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	булочка	30	20	-	-	30	20								
	итого:					30	20								



__хлеб "Пшеничный"__

ВЫХОД: 40/30

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	хлеб пшеничный	40	30	-	-	40	30								
	итого:					40	30								



__хлеб « Пшеничный»__

ВЫХОД: 30 /20

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	хлеб пшеничный	30	20	-	-	30	20								
	итого:					30	20								



__хлеб « Пшеничный»__

ВЫХОД: 25 /20

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	хлеб пшеничный	25	20	-	-	25	20								
	итого:					25	20								

Технологическая карточка.



__Хлеб « Пшеничный»__

ВЫХОД: 20/10

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Хлеб пшеничный	20	10	-	-	20	10								
	итого:					20	10								



__Хлеб « Пшеничный»__

ВЫХОД: 15/10

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Хлеб пшеничный	15	10	-	-	15	10								
	ито го:					15	10								



__хлеб "Пшеничный"__

ВЫХОД: 10/10

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	хлеб пшеничный	10	10	-	-	10	10								
	итого:					10	10								



__хлеб "Украинский"__

ВЫХОД: 50/40

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	хлеб украинский	50	40	-	-	50	40								
	итого:					50	40								

Технологическая карточка.



__хлеб "Украинский"__

ВЫХОД: 40/30

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	хлеб украинский	40	30	-	-	40	30								
	итоґо:					40	30								



__хлеб « Украинский»__

ВЫХОД: 35/ 20

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Хлеб украинский	35	20	-	-	35	20								
	итого:					35	20								



__Хлеб « Украинский»__

ВЫХОД: 25/ 20

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Хлеб украинский	25	20	-	-	25	20								
	итого:					25	20								



__Хлеб « Украинский»__

ВЫХОД: 15/ 10

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Хлеб украинский	15	10	-	-	15	10								
	итого:					15	10								

Технологическая карточка.



___Хлеб "Украинский"___

ВЫХОД: 10/10

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	хлеб украинский	10	10	-	-	10	10								
	итого:					10	10								

Технологическая карточка.



___Блинчики «Дрожжевые» с медом___

ВЫХОД: 130/120

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		Масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	мука в/с пшеничная	65	60	1	-										
2	яйцо	1/5	1/8	13	-										
3	сахар	5	3	-	-										
4	масло растительное	7	6	-	-										
5	молоко св.3,2%	65	60	-	-										
6	дрожжи	1,2	1	-	-										
7	мед	40	10												
8	вода	45	40												
	итого:					130	120								

Технология приготовления: Сахар, соль, растворенные дрожжи разводят теплым молоком, перемешивают с мукой, яйцом и ставят в теплое место для брожения на 1,5-2 часа. Жарят на хорошо разогретом растительном масле с обеих сторон. Выкладывают на противень с последующей вторичной тепловой обработкой в духовке в течение 5-8 мин.

Технологическая карточка.



___ «Плюшка с сахаром» ___

ВЫХОД: 40/30

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	мука в/с пшеничная	30	20	1	-										
2	яйцо	1/20	1/20	13	-										
3	сахар	2	4	-	-										
	*сахар	4	2												
4	дрожжи	1	1	-	-										
5	масло слив.	2	2	-	-										
6	масло растительное	2	2												
7	молоко 3,2%	10	10												
	итого:					40	30								

Технология приготовления: Из дрожжевого теста приготовленного опарным способом, формируют шарики, дают подняться, формируют плюшки, затем смазывают яйцом, посыпают сахаром и выпекают в духовке.



___ «Пирожок с яблоком» ___

ВЫХОД: 95/80

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	мука в/с пшеничная	40	35	1	-										
2	яйцо	1/10	1/13	13	-										
3	дрожжи	1	0,8	-	-										
4	сахар	2	2	-	-										
	*сахар	5	3												
5	масло растительное	2	2	-	-										
6	масло сливочное	3	3												
7	молоко 3,2%	10	10												
8	яблоко св.	60	50	12	18										
	итого:					95	80								

Технология приготовления: Из дрожжевого теста приготовленного опарным способом, формируют шарики, укладывают на смазанный маслом противень, дают подняться, затем раскатывают и кладут начинку, зачищают края и дают подняться. Выпекают в духовке с последующим смазыванием сливочным маслом.

Начинка: подготовленные яблоки нарезают небольшими кубиками, добавляют сахар и перемешивают.



Технологическая карточка.

___ «Пирожок с яйцом» ___

ВЫХОД: 80/80

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	мука в/с	35	35	1	-										
2	яйцо /тесто	1/10	1/10	13	-										
3	яйцо	шт.	шт.	13											
4	сахар	2	2	-	-										
5	молоко	10	10												
6	дрожжи	0,8	0,8												
7	лук репчатый	7	7												
8	масло сл.	3	3	-	-										
9	масло растительное	2	2												
10	соль	1,0	0,5												
	итого:					80	80								

Технология приготовления: Из дрожжевого теста приготовленного опарным способом, формируют шарики, укладывают на смазанный маслом противень, дают подняться, затем раскатывают и кладут начинку, защипывают края и дают подняться. Выпекают в духовке с последующим смазыванием сливочным маслом.

Начинка: подготовленное (обработанное) яйцо отваривают, пассируют репчатый лук. Нарезанное (или натертое) яйцо смешивают с репчатым луком и подсаливают.

Технологическая карточка.



___ «Пирожок с капустой» ___

ВЫХОД: 80/70

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	мука в/с	35	30	1	-										
2	дрожжи	1	0,7	-	-										
4	яйцо	1/10	1/13	13	-										
5	масло растительное	2	2	-	-										
6	капуста	55	50	20	25										
7	морковь	9	9	20	8										
8	лук-репка	5	4	16	20										
9	масло сл.	4	3	-	-										
10	сахар	2	2	-	-										
11	молоко 3,2%	10	10												
12	соль	1,0	0,5												
	итого:					80	70								

Технология приготовления: Из дрожжевого теста приготовленного опарным способом, формируют шарики, укладывают на смазанный маслом противень, дают подняться, затем раскатывают и кладут начинку, защипывают края и дают подняться. Выпекают в духовке с последующим смазыванием сливочным маслом.

Начинка: Подготовленные овощи (лук репчатый, морковь) пассируют на растительном масле. Свежую капусту (после обработки) припускают, с последующим добавлением пассированных овощей, солят и тушат до готовности.

Технологическая карточка.

__ «Творожный пудинг с изюмом, курагой и джемом» __



ВЫХОД: 135/100 35/10

n/ п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	творог	100	75	3	12										
2	масло сливочное	5	5	-	-										
3	сахар	5	5	-	-										
4	изюм б/к	5	4	1	-										
5	курага	10	8	-	-										
6	джем	35	10	-	-										
7	манка	8	6	1											
8	масло растительное	2	2												
	итого:					130/ 35	100/ 10								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Изюм, курагу перебирают, промывают несколько раз в теплой воде. Заливают небольшим количеством кипяченой, горячей водой. После набухания курагу измельчают. В протёртый творог добавить размягчённое сливочное масло, растёртое с сахаром, соль, просеянную муку, манку, изюм и курагу. Всё хорошо перемешать и выложить на противень, смазанный растительным маслом. Поверхность пудинга разровняют и смазывают сливочным маслом. Запекают пудинг в духовке 25-30 минут. Готовый пудинг разрезают на порции, оставляют в форме (противень) на 10-15 минут.

Технологическая карточка.



«Творожные палочки с джемом»

ВЫХОД: 120/90 35/10

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	творог	100	75	3	9										
2	мука в/с	7	5	1	-										
3	яйцо	1/10	1/13	13	-										
4	сахар	5	4	-	-										
5	масло растительное	4	3	-	-										
6	масло сливочное	4	4												
7	манка	8	6												
8	джем	35	10												
	итого:					120 /35	90/ 10								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Творог пропускают через мясорубку, добавляют в него сахар, яйцо, соль, часть муки, манку (предварительно варят густую кашу) и хорошо перемешивают. Из приготовленной массы формируют палочки по 2-3 шт. на порцию, панируют в муке и обжаривают на масле до золотистого цвета с обеих сторон. При выдаче добавляют джем.

Технологическая карточка.



___ Вареники с творогом «Украинские», соус «Сметанный» ___

ВЫХОД: 170 /150 30/20

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% хол одн ой обр або тк и	% те пло вой обр або тк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	мука	45	41	1	-	45	41								
2	яйцо	1/5	1/5	13	-	7	7								
3	творог	104	78	3	9	88	67								
4	сахар	5	5	-	-	5	5								
5	масло сливочное	5	4	-	-	5	4								
6	мука	2	1	1	-	2	1								
7	сметана	20	15	-	-	20	15								
	итого:					170,0/30,0	150,0/20,0								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Из муки, молока (воды), соль и половины порции яиц замешивают тесто. Творог пропускают через мясорубку, добавляют в него сахар, желток, соль и хорошо вымешивают.

Тесто тонко раскатывают, вырезают кружочки, кладут на каждый кружочек по чайной ложке творога, формируют вареники.

Вареники опускают в кипящую подсоленную воду и варят 5-7 минут (до всплытия). Затем вынимают шумовкой, поливают растопленным сливочным маслом. Подают со сметанным соусом.

Технологическая карточка.



___ «Вареники творожные «ленивые» со сметанным соусом» ___

ВЫХОД: 160/130

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	творог	100	75	3	9										
2	мука в/с	10	10	1	-										
3	яйцо	1/10	1/13	13	-										
4	сахар	8	6	-	-										
5	масло сливочное	5	5	-	-										
6	манка	10	6	1	-										
8	сахар (соус)	5	3	-	-										
9	сметана	18	15	-	-										
	итого:					160,0	130,0								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Творог пропускают через мясорубку, добавляют яйцо, сахар, муку, соль, замешивают тесто, раскатывают его в виде колбасок, нарезают ромбиками, опускают в кипящую, подсоленную воду, доводят до кипения, снимают с огня и через 5 минут вынимают шумовкой. Подают с маслом и сметанным соусом.

Технологическая карточка.



Яблоко

ВЫХОД: 120,0/120,0

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холод ной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				сад	ясли	сад	ясли	сад		ясли	сад	ясли	
		сад	ясли												
1	яблоко	137	137	12		120	120								
	итого:					120.0	120.0								

Технологическая карточка.



__Апельсин__

ВЫХОД: 172/172

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холод ной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				сад	ясли	сад	ясли	сад		ясли	сад	ясли	
		сад	ясли												
1	Апельсин свежий	172,0	172,0	30	30	120,0	120,0								
	итого:					120,0	120,0								

Технологическая карточка.



__Банан свежий__

ВЫХОД: 120/120

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холод ной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				сад	ясли	сад	ясли	сад		ясли	сад	ясли	
		сад	ясли												
1	Банан свежий	172	172	30	-	120,0	120,0								
	ито го:					120,0	120,0								

Технологическая карточка.



__Киви__

ВЫХОД: 120/120

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холод ной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				сад	ясли	сад	ясли	сад		ясли	сад	ясли	
		сад	ясли												
1	Киви	137	137	12	-	120	120								
	итого:					120	120								

Технологическая карточка.



___Плов « Бухарский» (фруктовый)___

ВЫХОД: 250/200

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	рис	50	35	1	-	50	35								
2	чернослив	15	10	-	-	15	10								
3	изюм б/к	19	11	-	-	19	11								
4	курага	15	10	-	-	15	10								
5	морковь	30	26	20	8	22	19								
6	масло сливочное	7	7	-	-	7	7								
7	масло растительное	2	1	-	-	2	1								
8	сахар	11	4	-	-	11	4								
	итого:					250	200								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Изюм, курагу, чернослив перебирают, промывают несколько раз в теплой воде. Заливают небольшим количеством кипяченой, горячей водой. После набухания курагу и чернослив нарезают. Подготовленную натертую морковь пассируют с ½ части сливочного и растительного масла. Изюм и курагу проваривают в емкости в небольшом количестве воды с добавлением сахара в течение 5-8 минут. После добавляют подготовленный рассыпчатый рис и пассированную морковь, доводят до готовности с последующим вложением чернослива и остатком сливочного масла.

Технологическая карточка.



___ **Пюре «Гороховое»** ___

ВЫХОД: 130/100

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	горох сухой	40	30	1	в 2 р	80	60								
2	масло сливочное	5	4	-	-	5	4								
3	морковь	35	30	20	8										
4	молоко св. 3,2%	30	25	-	-	30	25								
5	соль	1,0	0,5												
	итого:					130	100								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Горох предварительно промывают, замачивают в теплой воде в соотношении 1:2. Перед варкой вторично промытый горох заливают теплой водой (2,5 л на 1кг. бобовых) и варят в закрытой посуде на слабом огне, при помешивании в течение 60-90 мин. Протирают в горячем виде. Морковь пассируют, протирают и соединяют с протертым горохом. Добавляют растопленное сливочное масло и кипяченое молоко и прогревают 10 -15 минут.

Технологическая карточка.



___ **Каша «Пшенная» молочная** ___

ВЫХОД: 250/180

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	пшено	30	18	1	0										
2	сахар	5	4	1	-										
3	масло сливочное	5	4	-	-										
4	молоко 3,2%	138	122	-	-										
5	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	180								
	Химический состав и калорийност ь с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: В кипящее подсоленное молоко положить сахар, затем, помешивают, всыпают промытую, просеянную крупу. После закипания, периодически размешивают. Затем довести до готовности. Готовую кашу заправляют растопленным сливочным маслом.

Технологическая карточка.

___масло "Сливочное"___

ВЫХОД: 5/4

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	масло сливочное	5	4	-	-										
	итого:					5	4								

___масло "Сливочное"___

ВЫХОД: 4/3

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	масло сливочное	4	3	-	-										
	итого:					4	3								

Технологическая карточка.

___сыр " Российский"___

ВЫХОД: 11,6/ 7,7

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	сыр	12,3	8,3	3	-	11,9	8,03								
	итого:					11,9	8,03								

Технологическая карточка.

__Яйцо отварное__



ВЫХОД: 40/40

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	яйцо отварное	40	40	13	-	34,8	34,8	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	62,8	62,8
	итоґо:					34,8	34,8	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	62,8	62,8
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов							4,78	4,78	4,05	4,05	0,25	0,25	56,57	56,57

ВЫХОД: 35/17

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	яйцо отварное	40	20	13	-	34,8	17,4								
	итоґо:					34,8	17,4								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Вымытые и обработанные яйца опускают в кипящую подсоленную воду и варят на сильном огне 10-15 минут (в зависимости от объема емкости). После окончания варки, вынимают и опускают в холодную воду. При более продолжительной варке белок делается слишком твердым, а желток теряет свою ярко-желтую окраску.

Технологическая карточка.



__Яйцо отварное__

ВЫХОД: 17/17

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	яйцо отварное	20	20	13	-	17,4	17,4	2,54	2,54	2,3	2,3	0,14	0,14	31,4	31,4
	итого:					17,4	17,4	2,54	2,54	2,3	2,3	0,14	0,14	31,4	31,4
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов							2,39	2,39	2,02	2,02	0,13	0,13	28,26	28,26

Технология приготовления: Вымытые и обработанные яйца опускают в кипящую подсоленную воду и варят на сильном огне 10-15 минут (в зависимости от объема емкости). После окончания варки, вынимают и опускают в холодную воду. При более продолжительной варке белок делается слишком твердым, а желток теряет свою ярко-желтую окраску.

Технологическая карточка.



__"Картофельное" пюре__

ВЫХОД: 150,0/130,0

n/ n №	наименовани е продукта	БРУТТО		% холо дно й обр або тки	% теп лово й обр або тки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	170	150	30	3										
2	молоко 3,2%	30	25		5										
3	масло сливочное	3	2	-	-										
4	соль	1,0	0,5												
	итого:					150,0	130,0								
	Химический состав и калорийнос ть с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50 см., солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см). Доводят до кипения и варят на слабом огне до готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, протирают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 градусов. В горячую массу в 2-3 приема добавляют горячее кипяченое молоко, растопленное масло сливочное. Пюре доводят до температуры 100 градусов, постоянно перемешивая. Прогревают до 5-6 мин. Температура подачи 65 градусов.

Технологическая карточка.



__ "Картофельное" пюре __

ВЫХОД: 130/120

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холодно й обрабо тки	% тепло вой обрабо тки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	138	126	25	3	100	90	2,0	1,8	0,4	0,36	17,3	15,57	80,0	72,0
2	молоко свежее 3,2%	30	30	-	5	28,5	28,5	0,84	0,84	0,96	0,96	1,41	1,41	17,4	17,4
3	масло сливочное	4	3	-	-	4	3	0,028	0,021	3,12	2,34	0,04	0,03	28,36	21,27
4	соль	1,0	0,5												
	ито го:					130	120	2,87	2,66	4,48	3,66	18,75	17,01	125,76	110,67
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов							2,7	2,5	3,94	3,22	17,06	15,48	114,5	100,9

Технология приготовления:

Очищенный картофель укладывают в посуду (слоем 50 см., солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см. Доводят до кипения и варят на слабом огне до готовности). Горячий вареный картофель обсушивают, протирают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 градусов. В горячую массу в 2-3 приема добавляют горячее кипяченое молоко, растопленное масло сливочное. Пюре доводят до температуры 100 градусов, постоянно перемешивая. Прогревают до 5-6 мин. Температура подачи 65 градусов.

Технологическая карточка.



__ Картофель «отварной» __

ВЫХОД: 100/90

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	145	130	30	3										
2	масло сливочное	5	4	-	-										
3	соль	1,0	0,5												
	итого:					100	90								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Картофель отварить, добавить растопленное сливочное масло, встряхнуть.

Картофель «отварной»

ВЫХОД: 130/120

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	картофель	185	170	30	3										
2	масло сливочное	5	4	-	-										
3	соль	1,0	0,5												
	итого:					130	120								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технологическая карточка.



«Капуста тушеная с говядиной, сметаной»

ВЫХОД: 250/220

n / n №	наименование продукта	БРУТТО		% холодн ой обраб отки	% тепло вой обраб отки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	капуста св.	180	155	20	21										
2	морковь	15	12	20	8										
3	лук репчатый	15	12	16	20										
	овощи св. мор.	50	40	-											
4	томат	3	2	-	-										
5	масло сливочное	6	6	-	-										
6	масло растительное	3	2	-	-										
7	мясо говядина б/к	75	65	15	20										
8	сметана	20	15	20	15										
9	соль	1,0	0,5												
	итого:					250	220								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленную капусту шинкуют соломкой.

Морковь и репчатый лук пассируют с добавлением сливочного масла, томата и припускают. Мясо (сырое), нарезают кусочками, отдельно слегка обжаривают на растительном масле. В емкость закладывают капусту, свежемороженые овощи (после соответствующей обработки), мясо и тушат на слабом огне до полуготовности. Добавляют пассированную морковь с луком репчатым, тушат до готовности, с добавлением сливочного масла, соли, в течение 10 минут.

Технологическая карточка.



____ Овощное рагу с курой ____

ВЫХОД: 230/190

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	кура I кат.	90	80	39	28+3										
2	картофель	90	70	30	17										
3	капуста св.	130	100	20	21										
4	морковь	30	20	20	8										
5	лук репчатый	15	12	16	20										
6	зеленый горошек	50	28	35	-										
7	томат	5	3	-	-										
8	масло сливочное	5	4	-	-										
9	масло растительное	2	2												
10	соль	1,0	0,5												
	итого:					230	190								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Куру отделяют от костного скелета и нарезают кусочками и слегка обжаривают на растительном масле. Подготовленные обработанные овощи нарезают кубиками (дольками). Подготовленный картофель, нарезанный кубиками, предварительно обжаривают на сливочном масле. Морковь, репчатый лук пассеруют на растительном масле. Муку поджаривают до золотистого цвета на сливочном масле, разводят овощным отваром, добавляют томат и все вместе кипятят. В емкость закладывают капусту и припускают, после чего добавляют картофель, куриное мясо и зеленый горошек (предварительно обработанный). Тушат до полуготовности, после добавляют пассированную морковь с репчатым луком. Заливают томатным соусом и тушат до готовности 15-20 минут.

Технологическая карточка.



Капуста тушеная со сметаной

ВЫХОД: 180/150

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	капуста свежая	180	150	20	21										
2	лук-репка	15	12	16	20										
3	овоци св. мор.	25	23	-	-										
4	томат	4	3	-	-										
5	масло растительное	2	2	-	-										
6	морковь	30	25	20	8										
7	мука в/с	2	1	1	-										
8	масло сливочное	6	6	-	-										
9	сметана	15	12												
10	соль	1,0	0,5												
	итого:					180	150								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Подготовленную капусту шинкуют соломкой.

Морковь и репчатый лук пассируют с добавлением сливочного масла, томата и припускают. В емкость закладывают капусту, свежемороженые овощи (после соответствующей обработки), и тушат на слабом огне до полуготовности. Добавляют пассированную морковь с луком репчатым, тушат до готовности, с добавлением сливочного масла, соли и сметаны в течение 5-6 минут.

Технологическая карточка.

__ Макароны отварные с маслом __



ВЫХОД: 140/100

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	макароны в/с	55	40	1	-	72	60								
2	масло сливочное	5	4	-	-	4	3								
3	соль	1,0	0,5												
	итого:					140	100								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Макароны отваривают в большом количестве кипящей, подсоленной воде (соотношение не менее 1:6), откидывают на дуршлаг, поливают растопленным сливочным маслом.

Технологическая карточка.

__ «Рис отварной» __

ВЫХОД: 120/90

п/п №	наименование продукта	БРУТТО		% холодной обработки	% тепловой обработки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	гречка	40	30	1											
2	масло сливочное	5	4												
3	соль	1,0	0,5												
	итого:					120	90								

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают многократно в теплой воде. Приготовленную рисовую крупу всыпают в кипящую подсоленную воду и варят при слабой температуре.

Когда зерна набухают 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 5-7 минут.

Технологическая карточка.

— «Гречка рассыпчатая» —

ВЫХОД: 120/100

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	гречка	45	40	1											
2	масло сливочное	5	4												
3	соль	1,0	0,5												
	итого:					120	100								

Технология приготовления: Гречку перебирают, промывают, засыпают в кипящую подсоленную воду. Доводят до готовности. Затем вливают растопленное сливочное масло.

Технологическая карточка.



— «Котлета куриная» —

ВЫХОД: 80/60

n/ n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дно й обр або тки	% теплов ой обрабо тки	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	Кура 1 кат.	120	100	39	28+6										
2	лук репчатый	10	8	16	8										
3	хлеб пшеничный	10	8	-	-										
4	масло растительное	4	3	-	-										
5	мука пшеничная	7	5	-	-										
6	яйцо	1/8	1/10	13											
7	соль	1,0	0,5												
	итого:					80	60								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления:

Мякоть птицы без кожи пропускают через мясорубку. Измельченное мясо соединяют с замоченным в воде пшеничным хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку второй раз, добавляют яйцо и выбивают. Из готовой котлетной массы формируют котлеты, обваливают в муке и укладывают на смазанный растительным маслом противень, слегка обжаривают в духовке с 2-х сторон, подливают горячей воды и пропаривают до готовности 20-25мин.

Технологическая карточка.



_____ «Сырники с изюмом со сгущенным молоком» _____

ВЫХОД: 130/100 30/20

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	творог	100	75	3	9										
2	мука в/с	7	5	1	-										
3	яйцо	1/8	1/10	13	-										
4	сахар	5	4	-	-										
5	масло растительное	4	3	-	-										
6	масло сливочное	3	2	-	-										
7	манка	8	6	-	-										
8	изюм	5	4	-	-										
9	сгущенное молоко	30	20	-	-										
	итого:					130/30	30/ 20								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления: Творог пропускают через мясорубку, добавляют в него сахар, яйцо, соль, часть муки, манку (предварительно варят густую кашу), предварительно подготовленный изюм и хорошо перемешивают. Из приготовленной массы формуют сырники по 2 шт. на порцию, панируют в муке и выкладывают на противень с обжариванием в духовке. При выдаче добавляют сгущенное молоко.

Технологическая карточка.



__ «Рыба тушеная в томате» __

ВЫХОД: 100/85

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	рыба горбуша	100	100	27	18										
2	лук репчатый	15	12	16											
3	масло растительное	4	3												
4	морковь	30	25	20											
5	мука	3	2												
6	томат	2	2												
7	соль	1,0	0,5												
	итого:					100	85								
	Химический состав и калорийность с учетом потерь при кулинарной обработке пищевых продуктов														

Технология приготовления:

Рыбу разделывают на филе с кожей без кости, нарезают порционными кусками, обваливаем в муке, солят, укладывают на противень, смазанный растительным маслом. Морковь с репчатым луком пассируют, добавляют томат и выкладываем слоем на рыбу и с добавлением небольшого количества кипяченой воды и тушат до готовности 25-30 минут.

Технологическая карточка.



__ Конфеты «Коровка» __

ВЫХОД: 20/10

n/n №	наименование продукта	БРУТТО		% холо дной обра ботк и	% тепл овой обра ботк и	НЕТТО		БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОД		ККАЛЛ.	
		масса (гр.)				масса (гр.)		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
		сад	ясли			сад	ясли								
1	конфета «Коровка»	20	10	-	-	20	10								
	итого:					20	10								

При приготовлении блюд должен соблюдаться принцип «щадящего питания»: для тепловой обработки применяется варка, запекание, припускание, пассирование, тушение, паровая обработка и легкое обжаривание.

ПРИ ПРИГОТОВЛЕНИИ БЛЮД НЕ ПРИМЕНЯЕТСЯ ЖАРКА.

Питание детей должно соответствовать принципам щадящего питания, предусматривающим использование определенных способов приготовления блюд, таких как варка, тушение и исключать жарку блюд, а также продукты с раздражающими свойствами.

При кулинарной обработке пищевых продуктов необходимо соблюдать санитарно-эпидемиологические требования к технологическим процессам приготовления блюд:

- Котлеты, биточки из мясного или рыбного фарша, рыбу кусками запекают без предварительного обжаривания при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 минут, пропаривают;

-суфле, запеканки готовят из вареного мяса (птицы); формованные изделия из сырого мясного или рыбного фарша готовят на пару или запеченными в соусе; рыбу (филе) кусками отваривают, припускают, тушат или запекают;

- при изготовлении вторых блюд из вареного мяса (птицы, рыбы), или отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо подвергают вторичной термической обработке- кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят при нем при температуре +75 гр. С до раздачи не более 1 часа;

- запеканки, в рецептуру которых входит яйцо, готовят в жарочном шкафу в течение 20-30 минут при температуре 220-280гр. С слоем не более 3-4см.;

-Яйцо варят 10 – 15 минут после закипания воды;

- при перемешивании ингредиентов, входящих в состав блюд, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками;

- При изготовлении картофельного (овощного) пюре следует использовать механическое оборудование;

-Масло сливочное, используемое для заправки гарниров и других блюд, должно предварительно подвергаться термической обработке (растопливаться и доводиться до кипения);

- гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки;

- Колбасные изделия (сосиски, вареные колбасы, сардельки) обязательно отваривают (опускают в кипящую воду и заканчивают термическую обработку после 5-минутной варки с момента начала кипения).

Технологические карточки

К десятидневному меню возрастная категория детей:
«ясли»- от 1 год 6 месяцев до 3-х лет; «сад»- с 3-х лет до 7-ми лет.

Разработано для питания детей
в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.1.3049-13.

Методические материалы:

Региональные методические рекомендации МР 2.4.5.0107-15

«Организация питания детей дошкольного и школьного
возраста в организованных коллективах»;

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и

кулинарных изделий для дошкольных образовательных
учреждений, издательство Пермь, 2001.

Организация детского питания
в дошкольных учреждениях./Под ред. Академика РАЕН,
д.м.н. И.Я.Коня - М: АРКТИ - МИПКРО, 2001.