**Технологическая карта № 1**

***Борщ на сливочном масле со сметаной***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 250/10** | **Выход, г – 200/5** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **кал-сть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Картофель | 90 | 70 | 1,26 |  | 12,42 | 52,29 | 60 | 40 | 0,84 |  | 8,28 | 34,86 |
| Капуста | 50 | 35 | 0,37 |  | 1,72 | 5,6 | 30 | 15 | 0,42 |  | 1,29 | 6,72 |
| Лук | 10 | 7 | 0,01 |  | 0,6 | 2,7 | 5 | 2 | 0,07 |  | 0,14 | 1,94 |
| Морковь | 10 | 7 | 0,07 |  | 0,39 | 1,85 | 5 | 2 | 0,05 |  | 0,28 | 1,32 |
| Томатная паста | 7 | 7 | 0,25 |  | 0,62 | 4,41 | 3 | 3 | 0,1 |  | 0,35 | 1,89 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 0,03 | 4,12 | 0,045 | 37,4 | 4 | 4 | 0,024 | 3,3 | 0,036 | 29,92 |
| Сметана  | 10 | 10 | 0,2 | 2 | 0,3 | 20,4 | 5 | 5 | 0,1 | 1 | 0,15 | 10,2 |
| Зелень  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,19 | 6,12 | 16,1 | 124,65 |  |  | 1,6 | 4,3 | 10,8 | 86,8 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** : В кипящую воду закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут. Добавляют томатную пасту. Подготовленные овощи, морковь, нашинкованная соломкой, мелко нарезанный репчатый лук пассируют, добавляют в кипящую воду с картофелем и варят до готовности. Готовый борщ заправляют сметаной и кипятят.

**Требования** **к качеству:** Цвет бульона красный. Овощи сохранили форму нарезки, консистенция овощей мягкая. Вкус и запах соответствует набору продуктов.

.

**Технологическая карта № 2**

***Суп рисовый***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 250** | **Выход, г – 200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Картофель | 90 | 70 |  |  |  |  | 80 | 50 |  |  |  |  |
| рис | 10 | 9,8 |  |  |  |  | 5 | 4,9 |  |  |  |  |
| Лук | 10 | 7 |  |  |  |  | 10 | 7 |  |  |  |  |
| Морковь | 10 | 7 |  |  |  |  | 10 | 7 |  |  |  |  |
| Масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  | 4 | 4 |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,62 | 4,21 | 21,95 | 130,72 |  |  | 1,6 | 4,27 | 13,48 | 80,41 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Лук мелко шинкуют, морковь нарезают мелкими кубиками и припускают. Картофель нарезают кубиками. В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль

**Требования к качеству**: в жидкой части супа – картофель нарезанный кубиками и пассированные овощи, крупа - хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму. Консистенция: овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа. Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый. Вкус: картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый. Запах: продуктов, входящих в суп.

**Технологическая карта № 3**

***Суп гороховый с гренками***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 250/10** | **Выход, г – 200/5** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Горох сухой | 15 | 15 | 3,45 | 0,24 | 8,65 | 48,45 | 8 | 8 | 1,84 | 0,13 | 4,62 | 25,84 |
| Картофель | 80 | 56 | 1,12 |  | 11,04 | 46,48 | 50 | 30 | 0,42 |  | 4,14 | 17,43 |
| Лук  | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Морковь | 20 | 16 | 0,20 |  | 1,12 | 5,28 | 15 | 10 | 0,15 |  | 0,84 | 3,96 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 0,03 | 4,12 | 0,045 | 37,4 | 4 | 4 | 0,024 | 3,3 | 0,036 | 29,92 |
| Хлеб пшеничный  | 20 | 10 | 0,83 | 0,13 | 4,81 | 22,7 | 10 | 5 | 0,83 | 0,13 | 4,81 | 22,7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 5,78 | 4,49 | 26,52 | 164,18 |  |  | 3,41 | 3,56 | 15,3 | 103,7 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Перед приготовлением горох перебирают, удаляют примеси и тщательно промывают в холодной воде. Затем горох заливают холодной водой и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении. Продолжительность варки колеблется от 60-90 минут. За 15-20 минут до готовности добавляют кубиками картофель, пассированные овощи и варят до готовности. За 10-15 минут до готовности добавляют соль, специи. Хлеб пшеничный очищают от корок, нарезают кубиками (10 \*10мм) и подсушивают до хрустящего состояния в жарочном шкафу.

**Требования к качеству** Горох сохранил форму зерна. Овощи не разварены, форма соответствует нарезке. Консистенция овощей и гороха мягкая, цвет соответствует. Вкус и запах соответствует набору продуктов входящим в суп. Гренки хрустящие, белого цвета, одинаковой формы.

**Технологическая карта № 4**

***Суп с рыбными консервами***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 250** | **Выход, г – 200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Картофель | 100 | 70 | 1,4 |  | 13,8 | 58,10 | 60 | 40 | 0,84 |  | 8,28 | 34,86 |
| Пшено  | 5 | 5 | 0,6 | 0,14 | 3,16 | 16,7 | 3 | 3 | 0,36 | 0,087 | 1,89 | 10,02 |
| Консервы | 30 | 30 | 4,75 | 4,5 |  | 59,5 | 20 | 20 |  |  |  |  |
| Морковь | 20 | 16 | 0,20 |  | 1,12 | 5,28 | 10 | 6 |  |  |  |  |
| Лук  | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 0,01 | 1,65 | 0,018 | 14,96 | 2 | 2 | 0,01 | 1,65 | 0,018 | 14,96 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 7,11 | 6,29 | 18,95 | 158,41 |  |  | 4,31 | 4,44 | 11,6 | 102,05 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Картофель нарезают кубиками, крупу перебирают, промывают. Лук, морковь слегка пассируют, затем тушат до мягкого состояния. В кипящую воду закладывают крупу, варят 15 минут, затем кладут картофель и перед окончанием варки добавляют пассированные овощи и варят 10-15 минут, затем в кипящую воду добавляют подготовленные консервы, солят и продолжают варить 5-7 минут.

**Требования к качеству:** Внешний вид: картофель нарезан кубиками. Консистенция овощей – мягкая, овощи сохранили форму нарезки. Цвет бульона –золотисто-серый, овощей натуральный. Вкус рыбы , овощей и пшена, в меру соленый . запах продуктов входящих в суп.

**Технологическая карта № 5**

***Рассольник со сметаной***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 250/10** | **Выход, г – 200/5** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Картофель | 78 | 60 | 1,12 |  | 11,04 | 46,48 | 50 | 30 | 0,7 |  | 6,9 | 29,05 |
| Крупа перловая | 8 | 8 | 0,74 | 0,08 | 5,89 | 25,92 | 5 | 5 | 0,46 | 0,22 | 3,68 | 16,2 |
| Лук | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Морковь | 10 | 8 | 0,10 |  |  0,56 | 2,64 | 10 | 8 | 0,10 |  | 0,56 | 2,64 |
| Огурец соленый | 25 | 21 | 0,15 |  | 0,27 | 1,75 | 20 | 16 | 0,12 |  | 0,22 | 1,4 |
| Томатная паста | 5 | 5 | 0,18 |  | 0,59 | 3,15 | 1 | 1 | 0,04 |  | 0,19 | 0,99 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 0,03 | 4,12 | 0,45 | 37,4 | 3 | 3 | 0,018 | 2,47 | 0,027 | 22,4 |
| Сметана  | 10 | 10 | 0,21 | 2 | 0,30 | 20,4 | 5 | 5 | 0,21 | 2 | 0,30 | 20,4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,68 | 6,2 | 19,96 | 135,8 |  |  | 1,68 | 4,69 | 12,75 | 96,95 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** Перловую крупу промывают и варят до готовности. Очищенные морковь и лук нарезают соломкой и пассируют на сливочном масле. Огурцы нарезают соломкой или ломтиками , припускают. В кипящую воду кладут картофель , а через 15-20 мин. пассированные овощи , припущенные огурцы , соль и варят до готовности. В готовый рассольник кладут сметану, дают вскипеть

**Требования к качеству** Внешний вид: в жидкой части рассольника – огурцы нарезанные ромбиками или соломкой, картофель - дольками или брусочками, лук – соломкой. Консистенция: овощей - мягкая, сочная; огурцов - слегка хрустящая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Цвет:, жира на поверхности - желтый, овощей - натуральный. Вкус: умеренно соленый, с умеренной кислотностью Запах: продуктов входящих в рассольник.

**Технологическая карта № 6**

***Щи из свежей капусты со сметаной***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 250/10** | **Выход, г – 200/5** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Капуста | 60 | 45 | 0,84 |  | 2,58 | 13,44 | 40 | 25 | 0,56 |  | 1,72 | 8,96 |
| Морковь | 20 | 14 | 0,20 |  | 1,12 | 5,28 | 15 | 9 | 0.15 |  | 0,84 | 3,96 |
| Картофель | 80 | 60 | 1,12 |  | 11,04 | 46,48 | 60 | 40 | 0,84 |  | 8,28 | 34,86 |
| Лук  | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 7 | 5 | 0,10 |  | 0,60 | 2,7 |
| Масло сливочное | 4 | 4 | 0,02 | 3,28 | 0,035 | 29,9 | 3 | 3 | 0,018 | 2,47 | 0,027 | 22,44 |
| Сметана | 10 | 10 | 0,21 | 2 | 0,39 | 20,4 | 5 | 5 | 0,1 | 1 | 0,15 | 10,2 |
| Зелень  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,54 | 5,28 | 15,93 | 119,37 |  |  | 1,77 | 3,47 | 11,62 | 83,12 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** В кипящую воду закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 мин., кладут пассированные овощи и варят щи до готовности. В готовые щи добавляют сметану и доводят до кипения

 **Требования к качеству** Внешний вид: в жидкой части щей - капуста, морковь, лук дольками .Консистенция: капуста упругая, овощи - мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Цвет: желтый, овощей – натуральный. Вкус: капусты в сочетании с входящими в состав щей овощами, умеренно соленый. Запах: овощей, капусты, продуктов, входящих в щи

**Технологическая карта № 7**

***Суп с клёцками***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 250** | **Выход, г – 200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Морковь  | 10 | 8 |  |  |  |  | 6 | 5 |  |  |  |  |
| Масло растительное | 2 | 2 |  |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  |
| Масло сливочное | 2 | 2 |  |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  |
| Лук репчатый  | 10 | 8 |  |  |  |  | 6 | 5 |  |  |  |  |
| Картофель  | 80 | 56 |  |  |  |  | 50 | 35 |  |  |  |  |
| Мука  | 16 | 16 |  |  |  |  | 10 | 10 |  |  |  |  |
| Яйцо  | 1/5 | 10 |  |  |  |  | 1/8 | 6 |  |  |  |  |
| Зелень  | 2 | 2 |  |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  |  |
|  |  |  | 3,384 | 4,478 | 22,483 | 138,151 |  |  | 2,092 | 2,354 | 14,056 | 82,261 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** : В кипящую воду или бульон положить нарезанный кубиками или дольками картофель, варить до полуготовности. Через 7-10 минут ввести пассированные овощи, следом засыпать клёцки и варить 5-6 минут.

 Клецки : в воду ввести соль, сырые яйца. Смесь размешать и постепенно соединить с просеянной мукой. Приготовить густое тесто, раскатать колбаской, нарезать на кусочки 1-1,5 см. и засыпать в кипящий бульон .

**Требования к качеству :** клёцки не разваренные, бульон светло желтого цвета, прозрачный, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Вкус и запах соответствует набору продуктов.

**Технологическая карта № 8**

***Суп пшеничный с яйцом на сливочном масле***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 250** | **Выход, г – 200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Картофель | 80 | 56 | 1,12 |  | 11,04 | 46,48 | 60 | 36 | 0,84 |  | 8,28 | 34,86 |
| Пшено | 10 | 10 | 1,2 | 0,29 | 6,33 | 33,40 | 5 | 5 | 0,6 | 0,14 | 3,16 | 16,7 |
| Яйцо | 1/12 | 1/12 | 0,63 | 0,58 | 0,04 | 10,7 | 1/12 | 1/12 | 0,63 | 0,58 | 0,04 | 10,7 |
| Лук  | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Морковь | 15 | 12 | 0,15 |  | 0,84 | 3,96 | 10 | 7 | 0,1 |  | 0,56 | 2,64 |
| Масло сливочное | 5 | 5 | 0,03 | 4,12 | 0,045 | 37,4 | 4 | 4 | 0,014 | 1,64 | 0,018 | 14,96 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 3,28 | 4,99 | 19,15 | 135.81 |  |  | 2,33 | 2,36 | 12,92 | 83,73 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Картофель нарезают кубиками, крупу перебирают, промывают. Лук, морковь слегка пассируют, затем тушат до мягкого состояния. В кипящую воду закладывают крупу, варят 15 минут, затем кладут картофель и перед окончанием варки добавляют пассированные овощи и варят 10-15 минут. За 5 минут до окончания варки кладут предварительно взбитое сырое яйцо, специи и соль.

**Требования к качеству**: Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель и овощи, соблюдается соотношение жидкой и плотной части. Консистенция: картофель и овощи – мягкие. Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый. Вкус: картофеля, припущенных овощей, умеренно соленый. Запах: овощей входящих в состав супа

**Технологическая карта № 9**

***Суп вермишелевый***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 250** | **Выход, г – 200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Картофель | 80 | 56 |  |  |  |  | 60 | 36 |  |  |  |  |
| Вермишель  | 10 | 10 |  |  |  |  | 5 | 5 |  |  |  |  |
| Лук  | 10 | 10 |  |  |  |  | 10 | 8 |  |  |  |  |
| Морковь | 15 | 12 |  |  |  |  | 10 | 7 |  |  |  |  |
| Масло сливочное | 2 | 2 |  |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,45 | 0,91 | 20,17 | 94,56 |  |  | 1,6 | 0,86 | 13,37 | 65 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: лук шинкуют, пассеруют с маслом и смешивают с морковью, тушат до готовности. В кипящий бульон закладывают нарезанный кубиками картофель, доводят до кипения, добавляют тушеные овощи, засыпают вермишель и варят до готовности.

**Требования к качеству** : в жидкой части супа - картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки. Вермишель равномерно распределена. Консистенция: картофеля ,вермишели и овощей — мягкие; соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа. Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый. Вкус: картофеля и припущенных овощей, умеренно соленый. Запах: продуктов входящих в суп.

**Технологическая карта № 10**

***Борщ с фасолью и картофелем***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-220** | **Выход, г-180** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Капуста  | 44 | 35,2 |  |  |  |  | 36 | 28,8 |  |  |  |  |
| Картофель | 29,26 | 22 |  |  |  |  | 23,94 | 18 |  |  |  |  |
| Фасоль | 8,8 | 8.8 |  |  |  |  | 7,2 | 7,2 |  |  |  |  |
| Морковь | 13,86 | 11 |  |  |  |  | 11,34 | 9 |  |  |  |  |
| Лук | 10,56 | 8,8 |  |  |  |  | 8,64 | 7,2 |  |  |  |  |
| Томат-паста | 6,6 | 6.6 |  |  |  |  | 5,4 | 5,4 |  |  |  |  |
| Масло сливочное | 4,4 | 4,4 |  |  |  |  | 3,6 | 3,6 |  |  |  |  |
| Сахар | 1,32 | 1,32 |  |  |  |  | 1,08 | 1,08 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 3,124 | 4,488 | 12,782 | 104,06 |  |  | 2,556 | 3,672 | 10,458 | 85,14 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** В кипящую воду или бульон, кладут картофель, нарезанный кубиками и варят 10- 15 мин, затем добавляют капусту , припущенные овощи, за 5- 10 мин до окончания варки кладут предварительно сваренную фасоль, добавляют сахар, соль доводят до готовности.

 **Требования к качеству** Внешний вид: в жидкой части борща- овощи, сохранившие форму нарезки (капуста, морковь, лук- соломкой ,картофель кубиками) Консистенция : капуста, овощи и фасоль- мягкие , соблюдается соответствие жидкой и плотной части. Цвет: малиново-красный, жир на поверхности. Вкус кисло-сладкий, умеренно соленый. Запах продуктов входящих в борщ.

**Технологическая карта № 11**

***Картофельное пюре***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 150** | **Выход, г – 100** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Картофель  | 200 | 140 | 2,8 |  | 27,6 | 116,2 | 130 | 70 | 1,82 |  | 17,94 | 75,7 |
| Масло сливочное | 6 | 6 | 0,036 | 4,95 | 0,054 | 44,88 | 4 | 4 | 0,024 | 3,3 | 0,036 | 29,92 |
| Молоко  | 20 | 20 | 0,56 | 0,64 | 094 | 11,6 | 30 | 30 | 0,84 | 0,96 | 1,41 | 17,4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 3,39 | 5,59 | 28,59 | 172,68 |  |  | 2,68 | 4,26 | 19,38 | 122.8 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Очищенный картофель укладывают в кастрюлю, солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель, и варят до готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, пропускают через протирочную машину. В горячую картофельную массу в 2-3 приема добавляют горячее кипяченое молоко и прокипяченное сливочное масло, тщательно перемешивают до получения пышной, однородной массы.

**Требования к качеству**: Цвет бело-кремовый, консистенция густая, пышная, однородная, вкус и запах нежный, с ароматом молока и сливочного масла .

**Технологическая карта № 12**

***Овощное рагу с мясом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 220** | **Выход, г – 150** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Картофель  | 100 | 80 | 1,54 |  | 15,18 | 63,91 | 80 | 50 | 1,12 |  | 11,04 | 46,48 |
| Капуста | 100 | 70 | 1,4 |  | 4,3 | 22,4 | 75 | 45 | 1,05 |  | 3,22 | 16,8 |
| Лук  | 20 | 14 | 0,3 |  | 1,72 | 7,74 | 15 | 9 | 0,22 |  | 1,29 | 5,820 |
| Морковь | 20 | 14 | 0,2 |  | 1,12 | 5,28 | 15 | 9 | 0,15 |  | 0,84 | 3,9 |
| Томатная паста | 5 | 5 | 0,18 |  | 0.59 | 3,15 | 3 | 3 | 0,1 |  | 0,35 | 1,8 |
| Масло сливочное | 7 |  7 | 0,042 | 5,77 | 0,063 | 52,36 | 4 | 4 | 0,024 | 3,3 | 0,036 | 29,92 |
| Масло растительное | 4 | 4 |  | 3,99 |  | 35,95 | 4 | 4 |  | 3,99 |  | 35,95 |
| Вода  | 20 | 20 |  |  |  |  | 20 | 20 |  |  |  |  |
| Мясо  | 80 | 70 | 11,28 | 3.92 |  | 80,64 | 50 | 45 | 7,05 | 2,45 |  | 50,4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 14,95 | 13,68 | 22,97 | 281,43 |  |  | 9,14 | 9,74 | 16,74 | 190,99 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления :** картофель , морковь очистить, промыть, нарезать дольками или кубиками и припустить в небольшом количестве воды со сливочным маслом до полуготовности. Белокочанную капусту нарезать шашечками или нашинковать,и припустить в воде. Затем картофель, овощи и отварное мясо нарезанное мелкими кусочками соединить , добавить соль и продолжить тушить до готовности.

**Требования к качеству:** овощи должны сохранять форму нарезки. Вкус и запах характерные для тушеных овощей

**Технологическая карта № 13**

***Рис отварной со сливочным маслом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 150** | **Выход, г – 110** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Рис  | 40 | 40 | 2,8 | 0,24 | 30,92 | 129,2 | 30 | 30 | 270 | 0,18 | 23,19 | 96,9 |
| Масло сливочное | 8 | 8 | 0,04 | 6,6 | 0,07 | 59,84 | 6 | 6 | 0,036 | 4,95 | 0,05 | 44,8 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,84 | 6,84 | 30,99 | 189,04 |  |  | 2,13 | 5,13 | 23,24 | 141,7 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Подготовленную рисовую крупу кладут в подсоленную кипящую воду и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают. После стекания воды рис кладут в посуду, заправляют растопленным маслом, перемешивают и прогревают.

**Требования к качеству:** Внешний вид: зерна крупы - целые, хорошо набухшие, легко разделяются. Консистенция: рассыпчатая, мягкая, однородная. Цвет: от белого до кремового .Вкус: отварного риса с маслом. Запах: соответствует ингредиентам, входящим в блюдо.

**Технологическая карта № 14**

***Каша гречневая рассыпчатая***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 120** | **Выход, г – 100** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Гречка  | 40 | 39,2 | 5,04 | 1,04 | 27,2 | 131,6 | 30 | 29,4 | 3,78 | 0,78 | 20,4 | 98,7 |
| Масло сливочное | 6 | 6 | 0,036 | 4,95 | 0,054 | 44,88 | 5 | 5 | 0,03 | 4,12 | 0,045 | 37,4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 5,07 | 5,99 | 27,25 | 176,48 |  |  | 3,81 | 4,90 | 20,44 | 136,1 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Крупу перебрать, промыть. В кипящую воду положить соль, всыпать подготовленную крупу и варить до загустения , периодически помешивая. Когда каша загустеет, довести до готовности при умеренном нагреве, под закрытой крышкой. Сливочное масло растопить в эмалированной посуде, прокипятить, добавить в готовую кашу и все тщательно перемешать.

**Требования к качеству**: Зерна крупы хорошо набухшие, разварены. Консистенция зерен мягкая. Цвет светло-коричневый. Вкус и запах свойственные набору продуктов без признаков вкуса пригорелой каши.

**Технологическая карта № 15**

***Отварная вермишель со сливочным маслом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 130** | **Выход, г – 100** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Вермишель | 40 | 40 | 4,134 | 0.35 | 32,8 | 148,4 | 25 | 25 | 2,86 | 0,22 | 20,855 | 92,65 |
| Масло сливочное | 6 | 6 | 0,036 | 4,95 | 0,05 | 44,8 | 5 | 5 | 0,03 | 4,72 | 0,045 | 37,4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 4,17 | 5,3 | 32,85 | 193,2 |  |  | 2,89 | 4,94 | 20,9 | 130,05 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды. На 1 кг макаронных изделий берут 6 литров воды. Макароны варят 20-30 минут, лапшу 20-25 минут, вермишель 10-12 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, масса их увеличивается в 3 раза в зависимости от сорта.

Сваренные макаронные изделия откидывают на дуршлаг, затем перемешивают с прокипяченным сливочным маслом.

 **Требования к качеству**: Вкус и запах макаронных изделий - масла, блюдо в меру соленое. Консистенция рассыпчатая, масса без комков, макаронные изделия сохраняют форму.

**Технологическая карта № 16**

***Каша перловая рассыпчатая***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 150** | **Выход, г – 120** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Крупа перловая  | 40 | 40 |  |  |  |  | 30 | 30 |  |  |  |  |
| Масло сливочное | 5 | 5 |  |  |  |  | 4 | 4 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 4,2 | 4,395 | 26,895 | 166,995 |  |  | 3,36 | 3,516 | 21,516 | 133,596 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: крупу перебирают и моют. В кипящую подсоленную воду добавляют крупу, варят 30 мин, после чего воду сливают, добавляют прокипяченное сливочное масло.

**Требования к качеству:** Каша выложена на тарелку горкой, сохраняет форму. Крупинки легко отделяются друг от друга, Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо.

**Технологическая карта № 17**

***Плов рисовый с мясом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 180** | **Выход, г – 155** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Мясо | 70 | 60 | 9,87 | 3,43 |  | 7056 | 50 | 40 | 7,05 | 2,45 |  | 50,4 |
| Лук | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Морковь | 10 | 8 | 0,1 |  | 0,56 | 2,64 | 10 | 8 | 0,1 |  | 056 | 2,64 |
| Рис  | 40 | 40 | 2,8 | 0,24 | 30,92 | 129,2 | 30 | 30 | 2,1 | 0,18 | 23,19 | 96,9 |
| Масло сливочное | 6 | 6 | 0,036 | 4,95 | 0,05 | 44,8 | 5 | 5 | 0,03 | 4,12 | 0,045 | 37,4 |
| Масло растительное | 2 | 2 |  | 1,99 |  | 17,98 | 1,5 | 1,5 |  | 1,49 |  | 13,48 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 13,02 | 10,61 | 32,39 | 269,05 |  |  | 9,43 | 8,25 | 24,65 | 204,69 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Подготовленное мясо нарезанное кусочками по 20-30 г посыпают солью, добавляют пассированные морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой, доводят до кипения и всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. После того как рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, и доводят до готовности**.**

 **Требования к качеству**: равномерно распределено мясо вместе с рисом и овощами. Крупинки легко отделяются друг от друга, Цвет белый с серым оттенком. Вкус и запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

**Технологическая карта № 18**

***Картофель, тушенный с мясом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 220** | **Выход, г – 140** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Картофель  | 200 | 140 | 2,8 |  | 27,6 | 116,2 | 120 | 60 | 1,68 |  | 16,56 | 69,75 |
| Лук  | 10 | 9 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 10 | 9 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Морковь | 10 | 8 | 0,1 |  | 0,56 | 2,64 | 10 | 8 | 0,1 |  | 0,56 | 2,64 |
| Мясо  | 80 | 70 | 11,28 | 3,93 |  | 80,64 | 40 | 30 | 5,84 | 1,96 |  | 40,3 |
| Масло сливочное | 6 | 6 | 0,036 | 4,95 | 0,05 | 44,8 | 3 | 3 | 0,18 | 2,47 | 0,027 | 22,44 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 14,36 | 8,87 | 29,07 | 248,2 |  |  | 7,79 | 4,43 | 18,0 | 139 |

.

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Подготовленное мясо нарезают кусочка, складывают в посуду и тушат. Картофель, репчатый лук и морковь моют, очищают, нарезают кубиками. Репчатый лук и морковь припускают в сливочном масла, соединяют с мясом. Картофель укладывают сверху мяса, добавляют соль. Воду наливают так, чтобы она закрывал картофель, тушат до готовности.

**Требования к качеству**: Тушеное мясо светло-коричневого цвета, порционные кусочки мяса одинаковые по форме и размеру. Овощи сохраняют форму нарезки. Консистенция мяса и картофеля мягкая, сочная.

**Технологическая карта № 19**

***Мясные тефтели в томатном соусе***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 130/50** | **Выход, г – 100/30** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Мясо  | 80 | 70 | 11,2 | 14 |  | 194,4 | 65 | 60 | 9,7 | 11 |  | 157,95 |
| Рис | 20 | 20 | 1,05 | 0,09 | 11,59 | 48,45 | 15 | 15 | 0,7 | 0,06 | 7,73 | 32,3 |
| Лук | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 8 | 6 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Яйцо | 1/8 | 1/8 | 0,88 | 1,76 | 0,04 | 19,92 | 1/8 | 1/8 | 0,88 | 1,76 | 004 | 19,9 |
| Соус красный |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное | 8 | 8 | 0,04 | 6,56 | 0,07 | 59,8 | 5 | 5 | 0,03 | 4,12 | 0,045 | 37,4 |
| Мука  | 5 | 5 | 0,58 | 0,09 | 3,54 | 16,4 | 5 | 5 | 0,58 | 0,09 | 3,54 | 16,4 |
| Томат  | 5 | 5 | 0,18 |  | 0,59 | 3,15 | 3 | 3 | 0,10 |  | 0,35 | 1,89 |
| Сметана  | 5 | 5 | 0,1 | 1 | 0,15 | 10,2 | 5 | 5 | 0,1 | 1 | 0,15 | 10,2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 14,18 | 25,5 | 16,84 | 356,19 |  |  | 11,6 | 18,03 | 12,72 | 279,8 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Мясо, зачищенное от грубой соединительной ткани, пропускают через мясорубку. Рис отваривают. Мясной фарш соединяют с рисом, мелко нарезанным луком и сырым яйцом, перемешивают и формуют тефтели в виде шариков, кладут в посуду, заливают водой и тушат 15-20 минут. Полить приготовленным соусом из томата и сметаны, поставить в жаровочный шкаф.

 **Требования к качеству** : Тефтели круглой формы, не развалившиеся, сочные, поверхность - серовато-кремовая, сверху светло коричнево красный соус. Вкус и запах, свойственные тушеному мясу

**Технологическая карта № 20**

***Курица тушенная с овощами***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 80/20** | **Выход, г – 60/20** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Куры | 110 | 100 | 10,68 | 3,96 |  | 80,4 | 100 | 90 | 8,89 | 3,30 |  | 67,0 |
| Лук  | 15 | 12 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 15 | 12 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Морковь | 15 | 12 | 0,13 |  | 0,6 | 2,67 | 15 | 12 | 0,13 |  | 0,6 | 2,67 |
| Масло растительное | 3 | 3 |  | 4,99 |  | 44,95 | 2 | 2 |  | 1,99 |  | 17,9 |
| Томатная паста | 3 | 3 | 0,072 |  | 0,24 | 1,26 | 2 | 2 | 0,07 |  | 0,23 | 1,26 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 11,3 | 8,95 | 1,7 | 133,15 |  |  | 9,24 | 5,29 | 1,3 | 92,56 |

.

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Тушки курицы нарезают на порционные кусочки, припускают до готовности. Соединяют с припущенным филе томатную пасту, доводят до кипения, добавляют подготовленные овощи и тушат в посуде с закрытой крышкой 15-20 мин при слабом кипении.

**Требования к качеству** Внешний вид: отпускают с овощами и соусом, в котором тушилась птица. Консистенция: мягкая, сочная, соус средней густоты. Цвет: филе птицы на разрезе – белый. Вкус и запах продуктов входящих в блюдо.

**Технологическая карта№ 21**

***Сердце тушеное в красном соусе***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-80/50** | **Выход, г-6060** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Сердце  | 80 | 60 |  |  |  |  | 60 | 40 |  |  |  |  |
| Морковь  | 10 | 7 |  |  |  |  | 5 | 3,8 |  |  |  |  |
| Лук  | 10 | 7 |  |  |  |  | 5 | 3,8 |  |  |  |  |
|  Соус красный  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Масло сливочное  | 8 | 8 |  |  |  |  | 5 | 5 |  |  |  |  |
| Мука  | 5 | 5 |  |  |  |  | 5 | 5 |  |  |  |  |
| Томат  | 5 | 5 |  |  |  |  | 5 | 5 |  |  |  |  |
| Сметана  | 5 | 5 |  |  |  |  | 5 | 5 |  |  |  |  |
|  |  |  | 14 | 11,25 | 5,35 | 176,15 |  |  | 10,61 | 7,91 | 4,79 | 130,89 |

**Источник:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** Сердце вымачивают в холодной воде в течение 1-2 ч, варят до готовности. Затем нарезают на кусочки массой по 20-30 г, заливают соусом с овощами и тушат 15-20 мин.

**Требования к качеству** Внешний вид, отварное сердце, нарезано аккуратными кусочками, в соусе красном. Консистенция мягкая,сочная. Вкус и запах продуктов входящих в блюдо, умеренно соленое.

**Технологическая карта № 22**

***Колбасные изделия***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 68** | **Выход, г – 48** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Колбаса/сосиски | 70 | 68 |  |  |  |  | 50 | 48 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 8,9 | 17,05 | 0,45 | 191,08 |  |  | 7,63 | 12,9 | 0,46 | 148,37 |

**Источник:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** :С колбасных изделий удаляют оболочку .Колбасу, нарезают на порционные кусочки . Подготовленную колбасу или сосиски кладут в подсоленную кипящую воду, и варят при слабом кипении 5-7 минут.

**Требования к качеству:** Внешний вид: порционные кусочки колбасы одинакового диаметра, сосиски целые , Консистенция: мягкая, упругая ,сочная. Цвет: светло-розовый . Вкус и запах колбасный изделий .

**Технологическая карта № 23**

***Котлеты мясные***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 80** | **Выход, г – 60** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Мясо  | 80 | 80 | 14,16 | 17,97 |  | 194,4 | 70 | 70 | 9,8 | 14 |  | 170,1 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 10 | 1,8 | 0,13 | 5,09 | 5,7 |  |  |  |  |  |  |
| Лук  | 10 | 8 | 0,35 |  | 0,86 | 3,87 | 8 | 6 | 0,12 |  | 0,68 | 3,0 |
| Яйцо  | 1/8 | 1/8 | 0,98 | 1,76 | 0,04 | 23,92 | 1/8 | 1/8 | 0,88 | 1,76 | 004 | 23,92 |
| Масло растительное | 5 | 5 |  | 4,99 |  | 54,95 | 3 | 3 |  | 2,99 |  | 26.9 |
| Молоко  |  |  |  |  |  |  | 20 | 20 | 0,56 | 0,64 | 0,94 | 11,2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 17,29 | 24,85 | 5,99 | 301,17 |  |  | 15,57 | 21,71 | 1,93 | 269,5 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Подготовленное мясо котлетное нарезают на куски, измельчают на мясорубке вместе с хлебом пшеничным, предварительно размоченным в воде, добавляют соль поваренную йодированную, яйца куриные лук и молоко, тщательно перемешивают и формуют котлеты не панированные, которые укладывают на противень, предварительно смазанный маслом растительным. И запекают в жаровочном шкафу

**Требования к качеству** Внешний вид: форма котлеты - овально-приплюснутая с заостренным концом. Консистенция: сочная, пышная, однородная. Цвет: корочки - коричневый, на разрезе - светло-серый. Вкус и запах свойственный продуктам, входящим в блюдо.

**Технологическая карта № 24**

***Курица отварная***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-80** | **Выход, г-70** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Цыпленок бройлеров | 121,6 | 107,008 |  |  |  |  | 106,4 | 93,632 |  |  |  |  |
| или курица | 107,008 | 107,008 |  |  |  |  | 93,632 | 93,632 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 17,808 | 11,368 | 0 | 185,976 |  |  | 15,582 | 9,947 | 0 | 162,729 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** Тушки курицы нарезают на порционные кусочки, кладут в кипящую воду и варят до готовности при слабом кипении, периодически удаляя пену. В конце варки добавляют соль

**Требования к качеству**: Кусочки курицы нежные, сочные; цвет мяса белый, ножек - коричневый, вкус и запах соответствует вареной курице.

**Технологическая карта № 25**

***Суфле из печени***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-80** | **Выход, г-70** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Печень говяжья | 80 | 65 |  |  |  |  | 70 | 55 |  |  |  |  |
| молоко | 30 | 30 |  |  |  |  | 20 | 20 |  |  |  |  |
| мука | 6 | 6 |  |  |  |  | 4 | 4 |  |  |  |  |
| яйцо | 1/8 | 1/8 |  |  |  |  | 1/8 | 1/8 |  |  |  |  |
| Масло растительное  | 3 | 3 |  |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  |  |
|  |  |  | 16,94 | 8,02 | 9,15 | 181,59 |  |  | 13,8 | 6,02 | 8,04 | 164,5 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** печень разморозить, зачистить от пленок и желчных протоков, промыть, нарезать на мелкие кусочки, пропустить через мясорубку. Приготовить соус из молока и пшеничной муки и ввести небольшими порциями в печень, тщательно вымешивая получившееся пюре. яичный ввести в пюре, посолить и вымешать. Готовую массу выложить высотой 4-6 см на смазанный маслом противень и запечь в духовке при температуре 180-200°С в течение 25-30 минут до готовности.

**Требования к качеству:** Внешний вид : изделие воздушное, пышное, ровное, без трещин. Консистенция : сочная, нежная. Цвет светло-коричневый. Вкус и запах свойственный запеченной печени и продуктов входящих в блюдо.

**Технологическая карта № 26**

***Рыбная котлета или рыбный биточек.***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 80** | **Выход, г – 70** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Рыба  | 110 | 75 | 11,6 | 0,3 |  | 50,0 | 100 | 70 | 10,5 | 0,27 |  | 45,45 |
| Яйцо  | 1/8 | 1/8 | 0,88 | 1,76 | 0,04 | 19,92 | 1/8 | 1/8 | 0,88 | 1,76 | 004 | 19,9 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 10 | 0,83 | 0,13 | 4,81 | 22,7 | 5 | 5 | 0,42 | 0,06 | 2,4 | 13,0 |
| Лук  | 10 | 9 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 10 | 9 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Масло растительное | 5 | 5 |  | 4,99 |  | 44,95 | 2 | 2 |  | 1,99 |  | 17,9 |
| Мука  | 3 | 3 | 0,35 | 0,05 | 2,12 | 9,64 | 3 | 3 | 0,35 | 0,05 | 2,12 | 9,64 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 13,81 | 7,23 | 7,83 | 151,08 |  |  | 12,3 | 4,13 | 5,42 | 109,76 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014

**Технология приготовления**: Лук репчатый очищенный мелко шинкуют и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного до готовности. Подготовленное филе рыбы без костей и кожи нарезают на куски и пропускают дважды через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом пшеничным и припущенным луком репчатым. В рыбную массу добавляют яйца куриные сырые, соль поваренную йодированную, хорошо перемешивают и формуют котлеты или биточки, запекают в жаровочном шкафу до готовности

**Требования к качеству** .Внешний вид: котлеты овальной формы с одним заостренным концом, биточки круглой формы. поверхность без трещин. Консистенция: мягкая, сочная Цвет: белый или светло-серый Вкус: вареной рыбы. Запах: продуктов, входящих в блюдо .

**Технологическая карта № 27**

***Рыбное суфле***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-80** | **Выход, г-70** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Рыба свеж. | 140 | 70 |  |  |  |  | 100 | 50 |  |  |  |  |
| молоко | 50 | 50 |  |  |  |  | 35 | 35 |  |  |  |  |
| мука | 10 | 10 |  |  |  |  | 5 | 5 |  |  |  |  |
| яйцо | 1/3 | 1/3 |  |  |  |  | 1/6 | 1/6 |  |  |  |  |
| Масло слив-е | 5 | 5 |  |  |  |  | 3 | 3 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  | 15 | 15 |  |  |  |  |
|  |  |  | 15,739 | 7,975 | 10,9 | 177,1 |  |  | 6,14 | 3,74 | 5,45 | 78,68 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014

**Технология приготовления:** Рыбу освобождают от костей, отваривают в небольшом количестве воды. Вынимают, пропускают через мясорубку, смешивают с молочным соусом, желтками, взбивают белки, солят, выкладывают на смазанный маслом противень, сверху обрызгивают растопленным маслом и запекают.

**Требования к качеству** Внешний вид: изделие воздушное, пышное, ровное без трещин. Консистенция: сочная, нежная. Цвет: продуктов, входящих в блюдо. Вкус: отварной или запеченной рыбы. Запах: продуктов, входящих в блюдо

**Технологическая карта № 28**

***Отварная вермишель со сливочным маслом и тертым сыром***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 150** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Вермишель | 40 | 40 | 4,58 | 0,35 | 32,8 | 148,4 | 25 | 25 | 2,86 | 0,22 | 20,5 | 92,75 |
| Масло сливочное | 6 | 6 | 0,036 | 4,95 | 0,05 | 44,8 | 4 | 4 | 0,024 | 3,3 | 0,036 | 29,92 |
| Сыр  | 10 | 10 | 2,68 | 2,73 |  | 36,10 | 5 | 5 | 1,34 | 1.36 |  | 18,5 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 7,29 | 8,03 | 32,85 | 229,3 |  |  | 4,22 | 4,88 | 20,53 | 140,11 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Макаронные изделия (макароны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды,). Макароны варят 20-30 мин, лапшу - 20-25 мин, вермишель - 10-12 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза (в зависимости от сорта). Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом. Посыпают тертым сыром непосредственно перед подачей.

**Требования к качеству** Внешний вид: макароны уложены горкой, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга, посыпаны тертым сыром Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная Цвет: белый с кремовым оттенком Вкус: свойственный отварным макаронам, солоноватый от сыра Запах: отварных макарон с ароматом сыра.

**Технологическая карта № 29**

***Плов рисовый с изюмом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 140** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Рис  | 40 | 40 | 2,8 | 0,24 | 30,92 | 129,2 | 25 | 25 | 1,75 | 0,15 | 19,32 | 80,75 |
| Изюм | 15 | 14 | 0,09 | 0,03 | 2,25 | 9,75 | 20 | 19 | 0,12 | 0,04 | 3 | 13 |
| Масло сливочное | 8 | 8 | 0,048 | 6,6 | 0,072 | 52,84 | 6 | 6 | 0,036 | 4,95 | 0,054 | 44,88 |
| Сахар  | 10 | 10 |  |  | 9,98 | 37,4 | 8 | 8 |  |  | 7,98 | 29,92 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,94 | 6,87 | 43,22 | 229,19 |  |  | 1,9 | 5,14 | 30,35 | 168,55 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Крупу перебирают, моют и готовят откидным способом, затем добавляют сливочное масло, подготовленные, промытые горячей водой изюм, перемешивают. Затем посуду с рисом закрывают крышкой и доводят до готовности 20-25 мин. Отпускают кашу с сахаром.

**Требования к качеству**: консистенция рассыпчатая ,изюм равномерно распределен. Цвет белый со слабым серым оттенком. Вкус и запах ингредиентов входящих в блюдо.

**Технологическая карта № 30**

***Каша геркулесовая молочная***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Молоко | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 |
| Геркулес  | 15 | 15 | 2.38 | 1,16 | 13,08 | 69,0 | 15 | 15 | 1,42 | 0,7 | 7,784 | 41,4 |
| Сахар | 9 | 9 |  |  | 9,98 | 37,4 | 8 | 8 |  |  | 9,98 | 37,4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 6,58 | 5,96 | 30,11 | 193,4 |  |  | 5,62 | 5,5 | 24,81 | 165,8 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют сахар, соль, всыпают овсяные хлопья и варят до готовности.

**Требования к качеству:** Каша растекается по тарелке. Цвет белый с сероватым оттенком. Консистенция однородная, хлопья мягкие. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши

**Технологическая карта № 31**

***Каша манная молочная***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Молоко | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 |
| Манка  | 15 | 15 | 1,69 | 0,10 | 10,9 | 48,9 | 13 | 13 | 1,47 | 009 | 9,53 | 42,3 |
| Сахар | 9 | 9 |  |  | 9,98 | 37,4 | 8 | 8 |  |  | 7,98 | 29,92 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 6,89 | 4,9 | 27,93 | 173,3 |  |  | 5,67 | 4,89 | 24,56 | 159,92 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Крупу просеивают, засыпают в кипящее молоко с водой и перемешивают. Затем засыпают соль, сахар и непрерывно перемешивают до готовности.

**Требования к качеству:** Внешний вид: крупа белого цвета, хорошо набухшая. Консистенция: однородная. Вкус: свойственный каше с молоком. Запах: продуктов, входящих в состав блюда.

**Технологическая карта № 32**

***Каша гречневая молочная***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Молоко | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 |
| Гречка  | 15 | 15 | 1,89 | 0,39 | 10,2 | 49,35 | 13 | 13 | 1,63 | 0,34 | 8,84 | 42,77 |
| Сахар | 10 | 10 |  |  | 9,98 | 37,4 | 8 | 8 |  |  | 7,98 | 29,92 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 6,09 | 5,19 | 27,23 | 173,75 |  |  | 5,83 | 5,14 | 23,87 | 159,69 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: В кипящую воду кладут соль, всыпают перебранную и промытую крупу, перемешивают и варят до полуготовности. Затем вливают горячее молоко, добавляют сахар, снова перемешивают и варят до готовности при слабом кипении под закрытой крышкой.

 **Требования к качеству**: Цвет белый с коричневым оттенком. Зерна крупы хорошо разварены. Консистенция однородная. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши.

**Технологическая карта № 33**

***Каша рисовая молочная***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Молоко | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 |
| Рис  | 15 | 15 | 1,8 | 0,43 | 9,49 | 50,1 | 12 | 12 | 0,84 | 0,07 | 9,28 | 38,7 |
| Сахар | 10 | 10 |  |  | 9,98 | 37,4 | 7 | 7 |  |  | 6,98 | 26,18 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 6,0 | 5,23 | 26,52 | 174,5 |  |  | 5,04 | 4,87 | 23,31 | 151,88 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: В кипящую воду кладут соль, всыпают перебранную и промытую крупу, перемешивают и варят до полуготовности. Затем вливают горячее молоко, добавляют сахар, снова перемешивают и варят до готовности при слабом кипении под закрытой крышкой.

 **Требования к качеству**: Цвет белый . Зерна крупы хорошо разварены. Консистенция однородная. Вкус и запах свойственные крупе и молоку, без признаков подгорелой каши

**Технологическая карта № 34**

***Каша пшенная молочная***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Молоко | 150 | 150 |  |  |  |  | 150 | 150 |  |  |  |  |
| Пшено  | 15 | 15 |  |  |  |  | 15 | 15 |  |  |  |  |
| Сахар | 10 | 10 |  |  |  |  | 10 | 10 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 7,4 | 7,76 | 32,46 | 222,4 |  |  | 7,02 | 7,1 | 27,2 | 194,8 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Крупу перебирают, промывают. В кипящую воду кладут подготовленную крупу и варят до полуготовности. Затем добавляют соль, сахар, горячее молоко, варят, периодически помешивая, до готовности.

**Требования к качеству**: Цвет белый с желтым оттенком. Зерна крупы полностью, хорошо разварены. Консистенция текучая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши

**Технологическая карта№ 35**

***Каша молочная "Дружба"***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-200** | **Выход, г-200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| [Рис](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup4/9/19.php) | 10 | 10 |  |  |  |  | 10 | 10 |  |  |  |  |
| [Крупа пшеничная](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup4/9/158.php) | 10 | 10 |  |  |  |  | 10 | 10 |  |  |  |  |
| [Молоко](http://pbprog.ru/databases/foodstuffsdoup4/7/13.php) | 150 | 150 |  |  |  |  | 150 | 150 |  |  |  |  |
| сахар | 10 | 10 |  |  |  |  | 8 | 8 |  |  |  |  |
|  |  |  | 6,2 | 8,6 | 32,4 | 232 |  |  | 4,65 | 6,45 | 24,3 | 174 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Крупы перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду закладывают подготовленную рисовую крупу и варят 5-10 минут, помешивая. Затем всыпают подготовленную пшеничную крупу и варят 5-10 минут, потом добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, периодически помешивая, до готовности.

**Требования к приготовлению:** Зерна полностью разварены. Консистенция каши нежная. Вкус и запах свойственные набору круп, без признаков подгорелой каши.

**Технологическая карта № 36**

***Каша кукурузная молочная***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-200** | **Выход, г-200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Крупа кукурузная  | 30 | 30 |  |  |  |  | 20 | 20 |  |  |  |  |
| Молоко  | 150 | 150 |  |  |  |  | 150 | 150 |  |  |  |  |
| Сахар  | 10 | 10 |  |  |  |  | 6 | 6 |  |  |  |  |
|  |  |  | 7,4 | 6,83 | 28,87 | 203,5 |  |  | 6,8 | 6,69 | 25,7 | 186,8 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления :** крупу кукурузную перебирают, промывают. Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20-30 мин., добавляют кипящее молоко, йодированную соль, сахар и варят кашу до загустени , затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке.

**Требования к качеству**: консистенция текучая, однородная, зёрен – мягкая. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

**Технологическая карта № 37**

***Суп молочный с макаронными изделиями***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-200** | **Выход, г-200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Макаронные изделия  | 15 | 15 |  |  |  |  | 15 | 15 |  |  |  |  |
| Молоко  | 150 | 150 |  |  |  |  | 150 | 150 |  |  |  |  |
| Сахар  | 10 | 10 |  |  |  |  | 6 | 6 |  |  |  |  |
|  |  |  | 8,25 | 11,25 | 25,8 | 233,8 |  |  | 6,6 | 9 | 20,64 | 187,04 |

**Источник:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Вермишель (или лапшу) засыпать, помешивая, в кипящую подсоленную воду и отварить до готовности в течение 5-7 минут, откинуть на сито, дать стечь воде. Затем в кипящее молоко добавить сахар и заложить отварные макаронные изделия, довести до кипения и варить еще 5минут .

**Требования к качеству:** Цвет белый. Макаронные изделия хорошо разварены, не слипшиеся. Вкус и запах свойственные отварной вермишели и молока.

**Технологическая карта № 38**

***Лапшевник с творогом и молочным соусом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 140/50** | **Выход, г – 100/50** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Лапша | 22 | 22 | 2,28 | 0,19 | 16,54 | 73,04 | 14 | 14 | 1,45 | 0,12 | 10,53 | 46,5 |
| Творог  | 100 | 100 | 8,0 | 4,5 | 1,65 | 70,5 | 80 | 80 | 9,6 | 7,2 | 2,64 | 112,8 |
| Яйцо | 1/4 | 1/4 | 0,44 | 0,88 | 0,02 | 9,96 | 1/4 | 1/4 | 0,44 | 0,88 | 0,02 | 9,96 |
| Сахар | 7 | 7 |  |  | 1,99 | 7,48 | 3 | 3 |  |  | 2,99 | 11,22 |
| Молочный соус |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 50 | 50 | 1,4 | 1,6 | 2,35 | 29 | 50 | 50 | 1,4 | 1,6 | 2,35 | 29 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 0,01 | 1,65 | 0,018 | 14,96 | 1 | 1 | 0,–6 | 0,82 | 0,009 | 7,48 |
| Мука  | 3 | 3 | 0,35 | 0,05 | 2,12 | 9,64 | 2 | 2 | 0,21 | 0,026 | 1,46 | 6,58 |
| Сахар | 5 | 5 |  |  | 4,99 | 18,7 | 5 | 5 |  |  | 4,99 | 18,7 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 16,5 | 13,37 | 31,25 | 303,7 |  |  | 13,1 | 10,64 | 24,9 | 242,2 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Лапшу варят не откидывая. Творог протертый, смешивают с сырыми яйцами, солью и соединяют с вареной лапшой, предварительно охлажденной до 60оС. Массу выкладывают слоем 3 см на противень. Поверхность лапшевника смазывают яйцом и запекают в жаровочном шкафу в течении 15 мин. при температуре250оС, затем 15-29 минут при температуре 200оС. Готовый лапшевник разрезают на порционные кусочки. Подают со сладким молочным соусом.

**Требования к качеству:** Внешний вид: аккуратно нарезанные куски в виде ромбов или квадратов. Консистенция: рыхлая, сочная, мягкая. Цвет: корочки - румяно-золотистый, на разрезе - от светло-кремового до кремового. Вкус: умеренно сладкий с естественной кислотностью свежеприготовленного творога, умеренно соленый. Запах: запеченной творожной массы с макаронными изделиями.

**Технологическая карта № 39**

***Сырники творожные***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г- 150** | **Выход, г-120** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **кал-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **кал-ть** |
| Творог  | 138.75 | 138 |  |  |  |  | 111 | 110.4 |  |  |  |  |
| Мука пшеничная  | 18 | 18 |  |  |  |  | 14,4 | 14.4 |  |  |  |  |
| Яйцо  | 15 | 15 |  |  |  |  | 12 | 12 |  |  |  |  |
| Сахар  | 6 | 6 |  |  |  |  | 4.8 | 4.8 |  |  |  |  |
| Масло сливочное  | 4.5 | 4.5 |  |  |  |  | 3.6 | 3.6 |  |  |  |  |
| Масло растительное | 3 | 3 |  |  |  |  | 2.4 | 2.4 |  |  |  |  |
|  |  |  | 18,41 | 14,08 | 22,33 | 260,97 |  |  | 17,74 | 11,72 | 20.76 | 225,66 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Творог протирают, добавляют яйцо, сахар, муку, тщательно перемешивают. Формируют круглые сырники толщиной 1,5 см, панируют их в муке, выкладывают на смазанный маслом противень и запекают в духовом шкафу при t 200-220 С 25-30 минут.

**Требования к качеству:** Поверхность сырников ровная, без трещин. Корочка золотистая. Консистенция однородная, рыхлая. Цвет на разрезе светло-желтый. Вкус и запах свойственные набору продуктов.

**Технологическая карта № 40**

***Соус сметанный сладкий***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-35** | **Выход, г-25** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Сметана | 10 | 10 |  |  |  |  | 8 | 8 |  |  |  |  |
| Масло сливочное  | 2 | 2 |  |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  |
| Мука  | 3 | 3 |  |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  |  |
| Сахар  | 5 | 5 |  |  |  |  | 5 | 5 |  |  |  |  |
| молоко | 30 | 30 |  |  |  |  | 20 | 20 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 1,27 | 1,92 | 2,77 | 46,77 |  |  | 0,91 | 1,38 | 1,98 | 33,40 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** Муку подсушить на сковороде без жира до светло-желтого цвета, развести молоком, смешанным с водой, хорошо вымешать до однородной массы, добавить сахар, варить при слабом кипении 10-15 минут, добавить сметану, размешать и продолжать варить 3 минуты, затем процедить

 **Требования к качеству** Консистенция вязкая, однородная, без комков. Цвет белый. Вкус и запах нежный с ароматом сметаны, в меру сладкий.

**Технологическая карта № 41**

***Творожно-морковная запеканка с молочным соусом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 150/50** | **Выход, г – 140/30** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Творог | 120 | 120 | 16,8 | 10,8 | 3,96 | 169,2 | 90 | 90 | 12,6 | 8,1 | 2,97 | 126,9 |
| Морковь  | 70 | 55 | 0,55 |  | 3,06 | 14,54 | 40 | 15 | 0,4 |  |  |  |
| Манка | 7 | 7 | 0,79 | 0.049 | 5,13 | 22,8 | 5 | 5 | 0,56 | 0,03 | 3,66 | 16,3 |
| Яйцо | 1/4 | 1/4 | 0,44 | 0,88 | 0,02 | 9,96 | 1/4 | 1/4 | 0,44 | 0,88 | 0,02 | 9,96 |
| Сахар | 8 | 8 |  |  | 4,99 | 18,7 | 5 | 5 |  |  | 4,99 | 18,7 |
| Масло сливочное | 3 | 3 | 0,018 | 2,47 | 0,025 | 22,4 | 2 | 2 | 0,01 | 1,65 | 0,018 | 14,96 |
| Молочный соус |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Молоко | 50 | 50 | 0,84 | 0,96 | 1,41 | 17,4 | 30 | 30 | 1,4 | 1,6 | 2,35 | 29,0 |
| Сахар | 5 | 5 |  |  | 4,99 | 18,7 | 5 | 5 |  |  | 4,99 | 18,7 |
| Мука  | 2 | 2 | 0,21 | 0,026 | 1,46 | 6,5 | 2 | 2 | 0,21 | 0,026 | 1,46 | 6,5 |
| Масло сливочное | 2 | 2 | 0,01 | 1,65 | 0,018 | 14,96 | 1 | 1 | 0,03 | 0,82 | 0,045 | 7,48 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 19,68 | 16,0 | 25,1 | 307,74 |  |  | 15,65 | 13,1 | 22,74 | 259,06 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** В протертый творог добавляют припущенную морковь, яйцо, манную крупу смешанную с сахаром, все тщательно перемешивают и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом. Запекают при температуре 300оС в течении 30-40 минут. Готовность определяют по изменению плотности, если масса отделилась от стенок противня, значит запеканка готова. Затем запеканку разрезают на порционные кусочки. Подают с молочным соусом.

**Требования к качеству :** Порционные кусочки имеют правильную недеформированную форму. Консистенция пышная, нежная. Поверхность ровная золотистая. Вкус и запах входящих в рецептуру продуктов.

**Технологическая карта № 42**

***Ленивые вареники с творогом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 150/20** | **Выход, г – 150/10** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Мука  | 35 | 35 | 3,71 | 0,45 | 25,62 | 115,15 | 20 | 20 | 2,12 | 0,26 | 14,64 | 65,8 |
| Творог  | 110 | 110 | 132 | 99 | 3,63 | 155,1 | 90 | 90 | 10.8 | 8,1 | 2,97 | 126,9 |
| Яйцо  | 1/8 | 1/8 | 0,88 | 1,76 | 0,04 | 19,92 | 1/8 | 1/8 | 0,88 | 1,76 | 004 | 19,92 |
| Масло сливочное | 8 | 8 | 0,04 | 6,56 | 0,07 | 59,8 | 6 | 6 | 0,04 | 6,56 | 0,07 | 59,8 |
| Сахар | 10 | 10 |  |  | 9,98 | 37,4 | 8 | 8 |  |  | 7,98 | 29,92 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 17,83 | 18,67 | 39,34 | 387,37 |  |  | 13,84 | 16,68 | 25,7 | 302,34 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: В протертый творог вводят муку, подготовленные яйца, соль, сахар и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Выкладывают и раскатывают пластом толщиной 10-12 мм и разрезают на полоски шириной 25 мм. Полоски нарезают на кусочки прямоугольной или треугольной формы.
Подготовленные вареники отваривают в подсоленной воде при слабом кипении 4-5 минут. Поливают прокипяченным сливочным маслом

**Требования к качеству:** Цвет белый. Вареники сохраняют форму, сочные мягкие, без посторонних привкусов и запахов.

**Технологическая карта № 43**

***Яйцо вареное***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 40** | **Выход, г – 40** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Яйцо | 1 | 40 |  |  |  |  | 1 | 40 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |  |  | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды на 10 яиц) и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. Для облегчения очистки от скорлупы яйца сразу же после варки погружают в холодную воду.

**Требования к качеству** Внешний вид: кругло-овальной формы, без трещин на поверхности Консистенция: умеренно плотная Цвет: белок - белый, желток - желтый Вкус: свежего вареного яйца, приятный Запах: свойственный свежему вареному яйцу

**Технологическая карта № 44**

***Омлет натуральный***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 80** | **Выход, г – 80** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Яйцо | 1 | 1 |  |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  |
| Молоко  | 50 | 50 |  |  |  |  | 50 | 50 |  |  |  |  |
| Масло сливочное | 3 | 3 |  |  |  |  | 3 | 3 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 7,75 | 7,35 | 2,7 | 107,5 |  |  | 7,75 | 7,35 | 2,7 | 107,5 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: яйца, смешивают с молоком, добавляют соль, слегка взбивают до тех пор, пока на поверхности не появится пена. Омлет запекают на противне, смазанном маслом с толстым дном, обеспечивающим постепенный равномерный прогрев яичной массы. Противень хорошо разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования легкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-200 С. При подаче нарезать на порционные куски.

**Требования к качеству**: Цвет светло-желтый. Консистенция пышная, пенная, пористая, упругая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, толщина слоя готового блюда не более 2,5-3 см.

**Технологическая карта№ 45**

***Ватрушки с повидлом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 90/30** | **Выход, г – 80/20** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Мука  | 50 | 50 |  |  |  |  | 40 | 40 |  |  |  |  |
| Молоко  | 20 | 20 |  |  |  |  | 20 | 20 |  |  |  |  |
| Сахар  | 3 | 3 |  |  |  |  | 3 | 3 |  |  |  |  |
| Яйцо  | 1/8 | 1/8 |  |  |  |  | 1/8 | 1/8 |  |  |  |  |
| Масло сливочное  | 2 | 2 |  |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  |
| Масло растительное  | 2 | 2 |  |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  |  |
| Дрожжи  | 2,5 | 2,5 |  |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  |
| Повидло  | 30 | 30 |  |  |  |  | 20 | 20 |  |  |  |  |
|  |  |  | 7,18 | 6,7 | 61,4 | 320,28 |  |  | 5,88 | 5,73 | 47,08 | 253,07 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** дрожжевое тесто для ватрушек готовят опарным способом. В подогретое молоко, добавляют разведенные в воде и процеженные дрожжи, всыпают муку и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой, ставят в помещение с температурой 35-40°С на 2,5-3 часа для брожения. Когда опара увеличится в объеме в 2-2,5 раза и начнет опадать, к ней добавляют остальную жидкость с растворенными солью и сахаром, яйца, затем все перемешивают, всыпают оставшуюся муку и замешивают тесто. Перед окончанием замеса добавляют растопленные масло сливочное, или масло растительное, оставляют на 2-2,5 часа для брожения. За время брожения тесто обминают 2-3 раза. Из теста разделывают булочки круглой формы, укладывают на противень смазанный маслом, дают неполную расстойку, а затем делают в них углубление, которое заполняют начинкой. После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом, только края теста, при этом смазывать края теста следует до заполнения лепешек повидлом и выпекают при температуре 230-240 °С 8-10 мин.

**Требования к качеству:** Форма ватрушек круглая, хорошо сохранена. Поверхность глянцевая, цвет корочки золотистый, до светло-коричневого. Консистенция мягкая, пористая, хорошо пропеченная. Вкус сладковатый с ароматом, характерным виду повидла.

**Технологическая карта № 46**

***Булочка домашняя***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 60** | **Выход, г – 50** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Мука  | 50 | 50 | 5,30 | 0,65 | 36,6 | 164,5 | 40 | 40 | 4,24 | 0,52 | 29,28 | 131,6 |
| Молоко  | 20 | 20 | 0,56 | 0,64 | 0,94 | 11,6 | 20 | 20 | 0,56 | 0,64 | 0,94 | 11,6 |
| Сахар | 3 | 3 |  |  | 2,99 | 11,22 | 3 | 3 |  |  | 2,99 | 11,22 |
| Яйцо  | 1/8 | 1/8 | 0,88 | 1,76 | 0,04 | 19,92 | 1/8 | 1/8 | 0,88 | 1,76 | 004 | 19,92 |
| Масло растительное | 2 | 2 |  | 1,99 |  | 17,98 | 2 | 2 |  | 1,99 |  | 17,98 |
| Дрожжи  | 2,5 | 2,5 | 0,31 | 0,01 | 0,20 | 2,1 | 1 | 1 | 0,12 | 0,004 | 0,08 | 0,8 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 7,04 | 5,05 | 40,6 | 227,32 |  |  | 5,7 | 3,97 | 33,3 | 193,03 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: В глубокую посуду вливают подогретое молоко, добавляют разведенные в теплой воде дрожжи, всыпают муку и перемешивают до получения однородной массы. Поверхность опары посыпают мукой и ставят в теплое место для брожения. Когда опара увеличится в объеме в 2-2,5 раза, к ней добавляют остальное молоко с растворенными солью, сахаром, яйцами, затем все перемешивают. Всыпают остальную муку и замешивают тесто. Кастрюлю накрывают крышкой и оставляют на 2-2,5 часа для брожения. За время брожения тесто обминают 2-3 раза. Приготовленное тесто выкладывают на стол и формируют из него булки. Укладывают на противень смазанный маслом, после полной расстойки смазывают яйцом, и выпекают в духовом шкафу до готовности.

**Требования к качеству:** Форма булочки круглая, хорошо сохранена. Поверхность глянцевая, цвет корочки золотистый, до светло-коричневого. Консистенция мягкая, пористая, хорошо пропеченная. Вкус и запах свойственные свежевыпеченному изделию из дрожжевого теста.

**Технологическая карта№ 47**

***Булочка с изюмом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-70** | **Выход, г-60** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Пшеничная мука  | 44,8 | 44,8 |  |  |  |  | 39,2 | 39,2 |  |  |  |  |
| Сахар | 8 | 8 |  |  |  |  | 6 | 6 |  |  |  |  |
| Масло сливочное | 3,2 | 3,2 |  |  |  |  | 2,8 | 2,8 |  |  |  |  |
| Яйцо куриное  | 1/8 | 1/8 |  |  |  |  | 1/7 | 1/7 |  |  |  |  |
| Дрожжи | 1,76 | 1,76 |  |  |  |  | 1,54 | 1,54 |  |  |  |  |
| Изюм  | 6,4 | 6,4 |  |  |  |  | 5,6 | 5,6 |  |  |  |  |
| Молоко  | 24,48 | 24,48 |  |  |  |  | 21,42 | 21,42 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 6,72 | 4,4 | 39,6 | 224,8 |  |  | 5,88 | 3,85 | 34,65 | 196,7 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** Дрожжевое тесто, готовят опарным или безопарным способом. В подготовленную смесь добавляют оставшиеся по рецептуре сахар, соль, муку, яйца, промытый изюм, молоко и перемешивают в течение 7-8 мин. Затем вливают растопленное масло сливочное, замешивают тесто до однородной консистенции и легкого отделения его от стенок . Тесто ставят для брожения на 1,5-2 часа при температуре 35-40°С. Первую обминку производят через 50-60 мин. В процессе брожения тесто обминают два раза. Готовое тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой. Разделку теста производят вручную. Из готового теста формуют шарики массой , укладывают их швом вниз на кондитерские листы, смазанные маслом сливочным, ставят для расстойки на 30-40 мин (в теплое место). Поверхность изделий смазывают яичной смазкой и выпекают при температуре 200-220°С в течение 10-15 мин.

**Требования к качеству:** Внешний вид: форма круглая, поверхность посыпана сахаром Консистенция: мягкая, пышная , Цвет: от желтого до светло-коричневого Вкус и запах : выпеченного изделия из дрожжевого теста

**Технологическая карта № 48**

***Блины дрожжевые со сметаной***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 100/20** | **Выход, г – 85/15** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Мука | 50 | 50 | 5,22 | 0,81 | 31,86 | 147,6 | 40 | 40 | 3,51 | 0,54 | 21,24 | 98,4 |
| Молоко  | 50 | 50 | 1,4 | 1,6 | 2,35 | 29 | 50 | 50 | 1,4 | 1,6 | 2,35 | 29 |
| Вода  | 30 | 30 |  |  |  |  | 50 | 50 |  |  |  |  |
| Сахар | 5 | 5 |  |  | 4,99 | 18,7 | 5 | 5 |  |  | 4,99 | 18,7 |
| Яйцо  | 1/8 | 1/8 | 0,88 | 1,76 | 0,04 | 19,92 | 1/8 | 1/8 | 0,88 | 1,76 | 004 | 19,92 |
| Дрожжи  | 1 | 1 | 0,125 | 0,004 | 0,083 | 0,83 | 1 | 1 | 0,125 | 0,004 | 0,04 | 19,92 |
| Масло растительное | 5 | 5 |  | 4,99 |  | 44,9 | 2 | 2 |  | 1,99 |  | 17,9 |
| Сметана  | 20 | 20 | 0,4 | 4 | 0,75 | 40,8 | 15 | 15 | 0,31 | 3 | 0,45 | 30,6 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 8,025 | 13,16 | 40,07 | 231,77 |  |  | 6,2 | 8,89 | 29,1 | 215,37 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** В небольшом количестве воды и молока растворяют соль, сахар, добавляют предварительно разведенные дрожжи, смесь процеживают, соединяют с остальной водой, подогретой до температуры 35-40°С, добавляют муку и перемешивают до образования однородной массы, затем вводят растительное масло и снова перемешивают до образования однородной массы. Замешанное тесто оставляют в теплом месте (25-35°С) на 3-4 ч. В процессе брожения тесто перемешивают (обминают). Блины выпекают с обеих сторон, на чугунных сковородах без растительного масла и жира, толщина блинов должна быть не менее 3 мм. Подают со сметаной.

 **Требования к качеству** Внешний вид: изделия круглые, толщиной 3 мм, диаметром 24-26 см, хорошо пропеченные. Консистенция: пористая, эластичная Цвет: поверхности - золотистый, равномерный, на разрезе – желтоватый. Вкус и запах: запеченного изделия из теста

**Технологическая карта № 49**

***Свежий огурец***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 60** | **Выход, г – 40** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Свежий огурец | 60 | 60 |  |  |  |  | 40 | 40 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,42 |  | 1,68 | 8,34 |  |  | 0,28 |  | 1,12 | 5,56 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: огурцы свежие промывают в проточной воде, отрезают место прикрепления плодоножки, нарезают на порции.

**Требования к качеству**: Огурцы нарезаны кружочками или дольками

**Технологическая карта № 50**

***Салат из свежей капусты***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 50** | **Выход, г – 40** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Капуста  | 55 | 40 | 0,42 |  | 1,96 | 6,4 | 50 | 36 | 0,7 |  | 2,15 | 11,2 |
| Лук  | 10 | 7 | 0,01 |  | 0,6 | 2,7 | 5 | 3 | 0,07 |  | 0,43 | 1,93 |
| Масло растительное | 2 | 2 |  | 1,99 |  | 17,98 | 2 | 2 |  | 0,99 |  | 8,99 |
| Морковь  | 10 | 7 |  |  |  |  | 5 | 3 | 0,05 |  | 0,28 | 1,32 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,43 | 1,99 | 2,56 | 27,08 |  |  | 0,82 | 0,99 | 2,86 | 23,44 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления** Капусту и подготовленную морковь мелко шинкуют соломкой, добавляют соль, смешивают с нашинкованным луком, добавляют растительное масло, перемешивают.

 **Требования к качеству** Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом Консистенция: овощей - хрустящая, не жесткая, сочная. Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам. Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам. Запах: свежей белокочанной капусты, лука и моркови с ароматом растительного масла.

**Технологическая карта № 51**

***Свежий помидор***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 60** | **Выход, г – 40** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Помидоры  | 60 | 60 |  |  |  |  | 40 | 40 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,42 |  | 1,68 | 8,34 |  |  | 0,28 |  | 1,12 | 5,56 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: помидоры свежие промывают в проточной воде и нарезают тонкими ломтиками.

**Требования к качеству** Внешний вид: помидоры имеют привлекательный вид,. Консистенция: - упругая, сочная. Цвет: помидоров - красный, розовый, а также желтый (для желтоплодных сортов). Вкус и запах: свежих помидоров .

**Технологическая карта№ 52**

***Салат картофельный с зеленым горошком***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-60** | **Выход, г-40** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Картофель  | 40.8 | 31.8 |  |  |  |  | 27.2 | 21.2 |  |  |  |  |
| Горошек зеленый консервированный  | 16.2 | 12 |  |  |  |  | 10.8 | 8 |  |  |  |  |
| Яйцо  | 6 | 6 |  |  |  |  | 4 | 4 |  |  |  |  |
| Лук репчатый  | 5.4 | 4.8 |  |  |  |  | 3.6 | 3.2 |  |  |  |  |
| Масло растительное  | 6 | 6 |  |  |  |  | 4 | 4 |  |  |  |  |
|  |  |  | 1,98 | 6 | 6,06 | 86,4 |  |  | 1,32 | 4 | 4,04 | 57,6 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**

Овощи хорошо промывают и очищают. Подготовленный картофель отваривают, охлаждают и нарезают мелкими кубиками. Подготовленное яйцо варят вкрутую, очищают и измельчают. Лук репчатый бланшируют и мелко шинкуют. Овощи соединяют с предварительно прокипяченным в собственном соку консервированным зеленым горошком и заправляют растительным маслом.

**Требования к качеству** Внешний вид: картофель, яйца нарезаны мелкими кубиками. Консистенция: слегка плотноватая, Цвет: свойственный входящим в блюдо продуктам Вкус: вареных овощей и яиц. Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

**Технологическая карта № 53**

***Салат из зеленого горошка***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 50** | **Выход, г – 40** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Зеленый горошекконсервированный | 70 | 45 | 1,4 |  | 3,22 | 18,62 | 60 | 35 | 1,2 |  | 2,76 | 15,67 |
| Лук  | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Масло растительное | 2 | 2 |  | 1,99 |  | 17,98 | 1 | 1 |  | 0,99 |  | 8,99 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 1,55 | 1,99 | 4,08 | 40,47 |  |  | 1,35 | 0,99 | 3,62 | 28,53 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Потребительскую упаковку, перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью. Консервированный горошек прогревают в собственном соку , помешивая, при температуре 80-90 С. В течении 5 минут, отвар сливают, охлаждают . Добавляют бланшированный шинкованный репчатый лук, масло растительное, перемешивают и подают.

**Требования к качеству**: Форма соответствующая. Консистенция мягкая. Цвет зеленый с белыми вкраплениями репчатого лука. Вкус и запах горошка с репчатым луком в сочетании с маслом растительным

**Технологическая карта № 54**

***Салат из белокочанной капусты с кукурузой***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-50** | **Выход, г-40** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Капуста белокочанная  | 66 | 43.335 |  |  |  |  | 52.8 | 36.668 |  |  |  |  |
| Лук  | 6,4 | 5,8 |  |  |  |  | 5,6 | 4,2 |  |  |  |  |
| Кукуруза консервированная | 13.915 | 8.335 |  |  |  |  | 11.132 | 6.668 |  |  |  |  |
| Масло растительное | 2 | 2 |  |  |  |  | 1,5 | 1,5 |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,2 | 4,256 | 7,964 | 74,563 |  |  | 1,98 | 3,1908 | 7,540 | 62,237 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления.** Белокочанную капусту, после удаления верхних загрязненных листьев, нарезают тонкой соломкой и отжимают от сока, добавляют нашинкованный репчатый лук, смешивают с предварительно прокипяченной в собственном соку кукурузой консервированной, заправляют растительным маслом.

**Требования к качеству** Внешний вид: белокочанная капуста сохраняет форму нарезки, кукуруза сочная, мягкая. Окрас овощей не изменился. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом. Цвет: свойственный овощам. Вкус и запах: продуктов, входящих в блюдо.

**Технологическая карта № 55**

***Салат из свежих огурцов***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-60** | **Выход, г-40** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Огурцы  | 61,02 | 49,02 |  |  |  |  | 40,68 | 32,68 |  |  |  |  |
| Лук репчатый | 9,4 | 8,8 |  |  |  |  | 8,6 | 7,2 |  |  |  |  |
| Масло растительное  | 3 | 3 |  |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,498 | 2,7 | 1,8 | 33 |  |  | 0,332 | 1,8 | 1,2 | 22 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления.** Подготовленные огурцы хорошо промывают ,нарезают кружочками , солят добавляют нашинкованный репчатый лук и поливают маслом растительным

**Требования к качеству** Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом Консистенция: хрустящая, сочная Цвет: свойственный овощам. Вкус: свежих огурцов, лука, растительного масла. Запах: продуктов, входящих в блюдо.

**Технологическая карта № 56**

**Салат из белокочанной капусты с огурцами.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-60** | **Выход, г-50** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Капуста белокочанная  | 59,4 | 35 |  |  |  |  | 49,5 | 25 |  |  |  |  |
| Огурец  | 22 | 21,2 |  |  |  |  | 20 | 19,2 |  |  |  |  |
| Масло растительное  | 4,002 | 4,002 |  |  |  |  | 3,335 | 3,335 |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,731 | 3,888 | 2,216 | 47,052 |  |  | 0,598 | 3,181 | 1,813 | 38,497 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления.** Белокочанную капусту очистить, промыть, мелко нашинковать соломкой. Огурцы промыть, нарезать тонкими ломтиками. Все овощи соединить, добавить соль, перемешать, заправить растительным маслом.

**Требования к качеству** Внешний вид: овощи сохраняют форму нарезки, окрас овощей не изменился. Салат уложен горкой, заправлен растительным маслом Консистенция: хрустящая, сочная. Цвет: свойственный овощам. Вкус и запах: продуктов, входящих в блюдо.

**Технологическая карта № 57**

***Салат из свежих огурцов и помидор***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 60** | **Выход, г – 47** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Огурцы свежие | 40 | 30 | 0,28 |  | 1,12 | 5,56 | 30 | 20 | 0,21 |  | 0,84 | 4,17 |
| Помидоры  | 40 | 30 | 0,12 |  | 1,16 | 5,08 | 30 | 20 | 0,09 |  | 0,87 | 3,81 |
| Лук  | 10 | 7 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 10 | 7 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Масло растительное | 2 | 2 |  | 1,19 |  | 17,98 | 1 | 1 |  | 0.99 |  | 8,99 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,55 | 1,99 | 3,14 | 32,49 |  |  | 0,45 | 0,99 | 2,57 | 20,84 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Подготовленные свежие помидоры и огурцы нарезают тонкими ломтиками, лук репчатый мелко шинкуют и бланшируют. Нарезанные помидоры, огурцы и лук перед отпуском перемешивают, заправляют растительным маслом, солят.

**Требования к качеству** Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны тонкими ломтиками, лук мелко нашинкован. Салат заправлен растительным маслом. Консистенция: помидоров и огурцов - упругая, лука – сочная. Цвет: помидоров - красный, розовый, а также желтый (для желтоплодных сортов), огурцов светло- зеленый с темно - зеленой каймой. Вкус: продуктов, входящих в состав салата, умеренно соленый. Запах: свежих помидоров, огурцов и лука в сочетании с растительным маслом

**Технологическая карта№ 58**

***Салат из свежей капусты и моркови***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-60** | **Выход, г-45** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Капуста белокочанная | 60 | 48 |  |  |  |  | 45 | 36 |  |  |  |  |
| Морковь | 12 | 9.6 |  |  |  |  | 9 | 7.2 |  |  |  |  |
| Масло растительное | 4.2 | 4.2 |  |  |  |  | 3.15 | 3.15 |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,99 | 4,254 | 2,946 | 54,462 |  |  | 0,742 | 3,19 | 2,209 | 40,846 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Подготовленную мелко нашинкованную соломкой капусту растереть с солью, отжать от сока. Морковь очистить, промыть, мелко нашинковать соломкой (или натереть на терке), соединить с капустой, заправить растительным маслом.

**Требования к качеству:** Нарезка овощей аккуратная, сохранившая форму . окраска овощей не изменилась. Вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам,

**Технологическая карта № 59**

***Вафля***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-20** | **Выход, г-7** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Вафля  | 20 | 20 |  |  |  |  | 7 | 7 |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,58 | 0,66 | 15,5 | 70,83 |  |  | 0,2 | 0,23 | 5,42 | 24,79 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Готовый продукт промышленного производства

 **Требования к качеству**: цвет золотистый, или шоколадный . внешний вид: ровная форма, не сломана. Консистенция хрустящая. Вкус и запах свойственный продуктам входящим в изделие

**Технологическая карта № 60**

***Печенье***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-20** | **Выход, г-10** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| печенье | 20 | 20 |  |  |  |  | 10 | 10 |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,3 | 2,2 | 22,7 | 125,1 |  |  | 1,15 | 1,1 | 11,35 | 62,55 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Готовый продукт промышленного производства.

**Требования к качеству:** Цвет золотистый. Внешний вид : печенье должно иметь четкий рисунок на лицевой стороне, без изломов. Вкус и запах свойственный продуктам входящим в изделие

**Технологическая карта № 61**

***Конфета***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-20** | **Выход, г-10** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Конфета  | 20 | 20 |  |  |  |  | 10 | 10 |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,8 | 0,7 | 20 | 87,5 |  |  | 0,32 | 0,28 | 8 | 35 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Готовый продукт промышленного производства.

**Требования к качеству:** Цвет коричневый. Внешний вид : ровной формы без изломов. Вкус и запах свойственный продуктам входящим в изделие.

**Технологическая карта № 62**

***Фрукты***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-200** | **Выход, г-180** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Яблоко  | 200 | 200 |  |  |  |  | 180 | 180 |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,6 |  | 20,4 | 82,4 |  |  | 0,5 |  | 18,4 | 74,16 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:**. Фрукты перед использованием (подачей) промывают дважды: в производственной ванне, а затем проточной водой. Крупные плоды допускается разрезать пополам непосредственно перед подачей.

**Требования к качеству** :Используются только фрукты без признаков порчи, нормальной зрелости..

**Технологическая карта № 63**

***Нектар***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-200** | **Выход, г-200** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Нектар  | 200 | 200 |  |  |  |  | 200 |  200 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | 24 | 96 |  |  |  |  | 24 | 96 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Из пакетов соковую продукцию наливают непосредственно в стаканы.

**Требования к качеству**: Цвет и запах свойственный продуктам входящим в состав нектара .

**Технологическая карта № 64**

***Чай***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 150** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Чай  | 0,6 | 0,6 |  |  |  |  | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |
| Сахар | 13 | 13 |  |  | 12,97 | 48,62 | 12 | 12 |  |  | 11,97 | 44,88 |
| Вода  | 200 | 200 |  |  |  |  | 200 | 200 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | 12,97 | 48,62 |  |  |  |  | 11,97 | 44,88 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** В кипящую воду кладут чай, кипятят 2-3 мин. И настаивают 5-10 мин. чай процеживают, добавляют сахар и доводят до кипения .

 **Требования к качеству**: Аромат и вкус напитка характерны для сорта чая. Напиток прозрачный, цвет коричневый. Если чай непрозрачный или имеет тускло- коричневый цвет, значит, он неправильно заварен.

**Технологическая карта № 65**

***Чай с лимоном***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200/10** | **Выход, г – 150/10** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Чай  | 0,6 | 0,6 |  |  |  |  | 0,5 | 0,5 |  |  |  |  |
| Сахар | 13 | 13 |  |  | 12,97 | 48,62 | 12 | 12 |  |  | 11,97 | 44,83 |
| Вода | 200 | 200 |  |  |  |  | 150 | 150 |  |  |  |  |
| Лимон  | 10 | 10 | 0,09 | 0,02 | 0,3 | 3,3 | 10 | 10 | 0,09 | 0,02 | 0,3 | 3,3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,09 | 0,02 | 13,27 | 51,92 |  |  | 0,09 | 0,02 | 12,27 | 48,13 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: В кипящую воду кладут чай, кипятят 2-3 минуты. Предварительно промытый теплой водой лимон ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин. Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в сосуд с приготовленным чаем с сахаром, непосредственно перед отпуском.

 **Требования к качеству**: жидкость золотисто-коричневого цвета. Вкус: сладкий, с привкусом лимона. Запах: свойственный чаю и лимону.

**Технологическая карта № 66**

***Лимонный напиток***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 150** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Вода  | 200 | 200 |  |  |  |  | 150 | 150 |  |  |  |  |
| Лимон | 20 | 15 | 0,14 |  | 0,45 | 4,95 | 20 | 15 | 0,14 |  | 0,45 | 4,95 |
| Сахар  | 13 | 13 |  |  | 12,97 | 48,62 | 12 | 12 |  |  | 11,97 | 44,88 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,14 |  | 13,42 | 53,57 |  |  | 0,14 |  | 12,42 | 49,83 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают, заливают горячей водой, кипятят в течение 5 мин., а затем оставляют на 3-4 часа для настаивания. После процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый лимонный сок и охлаждают.

**Требования к качеству :** Внешний вид : жидкость желтого цвета. Вкус сладкий ,с хорошо выраженным привкусом лимона . запах лимона.

**Технологическая карта № 67**

***Кофейный напиток***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 150** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Кофейный напиток | 2 | 2 |  |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  |  |
| Сахар | 13 | 13 |  |  | 12,97 | 48,62 | 12 | 12 |  |  | 11,97 | 44,88 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | 12,97 | 48,62 |  |  |  |  | 11,97 | 44,88 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Наливают в посуду воду, доводят до кипения, всыпают кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 мин, после чего процеживают, добавляют сахар.

**Требования к качеству**: Цвет напитка коричневый, аромат, присущий кофейному напитку, вкус сладкий.

**Технологическая карта № 68**

***Кофейный напиток с молоком***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 150** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Молоко | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 |
| Кофейный напиток | 2 | 2 |  |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  |  |
| Сахар | 13 | 13 |  |  | 12,97 | 48,62 | 12 | 12 |  |  | 11,97 | 44,88 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 4,2 | 4,8 | 20,02 | 135,62 |  |  | 4,2 | 4,8 | 19,02 | 131,88 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Наливают в посуду воду, доводят до кипения, всыпают кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 мин, после чего процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения.

**Требования к качеству**: Цвет напитка светло-коричневый, аромат, присущий кофейному напитку и молоку, вкус сладкий.

**Технологическая карта № 69**

***Какао на молоке***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 150** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Молоко | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 | 150 | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 |
| Какао порошок | 2 | 2 |  |  |  |  | 2 | 2 |  |  |  |  |
| Сахар | 13 | 13 |  |  | 12,97 | 48,62 | 10 | 10 |  |  | 9,98 | 37,4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 4,2 | 4,8 | 20,02 | 135,62 |  |  | 4,2 | 4,8 | 17,03 | 124,4 |

**Источник** : Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу. Затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипяток и доводят до кипения.

 **Требования к качеству**: Цвет напитка светло-коричневый с красноватым оттенком. Непрозрачная жидкость без пленки. Запах свойственные какао с привкусом молока, умеренно сладкий .

**Технологическая карта № 70**

***Компот из сухофруктов***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 150** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Сухофрукты  | 15 | 12 | 0,24 |  | 9,67 | 41,04 | 15 | 12 | 0,24 |  | 9,67 | 41,04 |
| Сахар | 13 | 13 |  |  | 12,97 | 48,62 | 12 | 12 |  |  | 11,97 | 44,88 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,24 |  | 22,6 | 89,66 |  |  | 0,24 |  | 21,64 | 85,92 |

**Источник :** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Сушеные фрукты перебирают, несколько раз промывают в теплой воде, затем закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5-2 ч, яблоки - 20-30 мин, урюк - 18-20 мин, изюм - 5-10 мин. Охлаждают

**Требования к качеству**. Ягоды и плоды сварены до полной готовности и пропитаны отваром. Отвар прозрачный. Вкус сладкий или кисло-сладкий. Запах соответствует использованным в компоте сухофруктам. Цвет коричневый или темно-коричневы.

**Технологическая карта№ 71**

**Кисель из сока**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **От 3 до 7 лет** | **От 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г-200** | **Выход, г-150** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
|  | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто** | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Сок  | 60 | 60 |  |  |  |  | 45 | 45 |  |  |  |  |
| Вода  | 140 | 140 |  |  |  |  | 105 | 105 |  |  |  |  |
| Сахар  | 7 | 7 |  |  |  |  | 5 | 5 |  |  |  |  |
| Крахмал  | 10 | 10 |  |  |  |  | 7,5 | 7,5 |  |  |  |  |
|  |  |  | 0,56 | 0,06 | 30,2 | 123,6 |  |  | 0,42 | 0,045 | 22,65 | 92,7 |

**Источник:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Сок (50% от нормы, указанной в рецептуре) разбавляют водой, добавляют сахар и доводят до кипения. В полученный сироп вводят подготовленный крахмал, добавляют остальной сок и вновь доводят до кипения.

**Требования к качеству**Внешний вид: однородная прозрачная масса, без пленки на поверхности Консистенция: однородная, средней густоты, слегка желеобразная Цвет: сока плодового или ягодного Вкус: сладкий с кисловатым привкусом Запах: сока

**Технологическая карта № 72**

***Кефир***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 200** | **Выход, г – 150** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Кефир  | 200 | 200 |  |  |  |  | 150 | 150 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116 |  |  | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87 |

**Источник :** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Из пакетов кефир наливают непосредственно в стаканы.

**Требования к качеству**: Кефир имеет белый цвет, Консистенция, вкус и запах, свойственны кисло молочной продукции. Не допускается излишний кислый вкус.

**Технологическая карта № 73**

***Булка***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 30** | **Выход, г – 20** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Булка  | 30 | 30 |  |  |  |  | 20 | 20 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,49 | 0,39 | 14,43 | 68,1 |  |  | 1,66 | 0,26 | 9,62 | 45,4 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Батон нарезают тонкими ломтиками.

**Требования к качеству** : Внешний вид: форма нарезки батона сохранена, Консистенция мягкая. Цвет, вкус и запах свежего батона.

**Технологическая карта № 74**

***Булка с сыром***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 30/15** | **Выход, г – 20/10** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Булка  | 30 | 40 |  |  |  |  | 20 | 20 |  |  |  |  |
| Сыр  | 15 | 15 |  |  |  |  | 10 | 10 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 5,17 | 3,12 | 14,43 | 104,2 |  |  | 4,34 | 2,99 | 9,62 | 81,5 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Батон нарезают тонкими ломтиками, сверху кладут нарезанный прямоугольной формы кусочек сыра.

**Требования к качеству** : Внешний вид: форма нарезки батона сохранена, Консистенция : хлеба мягкая, сыра упругая . Цвет, вкус и запах сыра и свежего батона.

**Технологическая карта № 75**

***Булка со сливочным маслом***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 30/10** | **Выход, г – 20/8** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Булка  | 30 | 30 |  |  |  |  | 30 | 30 |  |  |  |  |
| Масло сливочное | 10 | 10 |  |  |  |  | 8 | 8 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,54 | 6,99 | 14,5 | 127,9 |  |  | 1,7 | 6,82 | 9,69 | 105,2 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Батон нарезают на ломтики и намазывают маслом.

**Требования к качеству** Внешний вид: ровные ломтики хлеба, намазанные маслом. Консистенция: хлеба - мягкая, масла – мажущаяся. Цвет: соответствует виду масла Вкус: соответствует виду масла Запах: масла в сочетании со свежим батоном.

**Технологическая карта № 76**

***Хлеб ржаной***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 30/10** | **Выход, г – 20/8** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Булка  | 50 | 50 |  |  |  |  | 40 | 40 |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 2,35 | 0,35 | 29,9 | 107,0 |  |  | 1,88 | 0,28 | 19,92 | 85,6 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Нарезают хлеб непосредственно перед подачей на стол.

**Требования к качеству**: Форма нарезки сохранена. Цвет, вкус и запах ржаного хлеба

**Технологическая карта № 77**

***Салат из свеклы с растительным маслом***

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **Расход сырья и п/фабрикатов (от 3 до 7 лет)** |
| **1 порция** |
| брутто, г | нетто, г |
| Свекла отварная очищенная | 70,02 | 55,02 |
| Масло растительное | 4,98 | 4,98 |
| Соль поваренная пищевая | 0,6 | 0,6 |
| Выход: |  | 60 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления:** Свеклу тщательно промывают, отваривают в кожуре до готовности. Вареную свеклу очищают, нарезают соломкой, укладывают горкой. При отпуске посыпают солью и поливают растительным маслом.

*Внешний вид:* свекла нарезана мелкой соломкой, салат уложен горкой, заправлен растительным маслом

*Консистенция:* мягкая, сочная

**Технологическая карта № 78**

***Капуста тушеная***

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование продуктов и полуфабрикатов | Масса, г (от 3 до 7 лет) |
| брутто | нетто |
| Капуста белокочанная свежая | 85 | 50 |
| Масло растительное | 2,5 | 2,5 |
| Морковь | 5 | 3 |
| Лук репчатый | 4 | 2 |
| Томатное пюре | 2 | 1 |
| Мука пшеничная | 1 | 1 |
| Сахар | 1 | 1 |
| Выход | - | 60,5 |

Технология приготовления

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой ка­пусты), масло растительное, прогретое то­матное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добав­ляют припущенные, нарезанные соломкой, морковь, лук и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют подсушенной мукой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения. Для детей первой воз­растной группы соус готовят без томатного пюре.

Выход порции определяется возрастной группой.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушенной капусты с овощами; капуста, лук и морковь - в виде соломки

Консистенция: сочная, слабо хрустящая

Цвет: светло-коричневый

Вкус: свойственный капусте и продуктам, входящим в состав, умеренно соленый, кисло-сладкий

Запах: тушеной капусты, томата, овощей

**Технологическая карта № 79**

***Салат из кукурузы консервированной***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование продуктов** | **от 3 до 7 лет** | **от 1,5 до 3 лет** |
| **Выход, г – 50** | **Выход, г – 40** |
| **масса, г** | **химический состав, г** | **масса, г** | **химический состав, г** |
| **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** | **брутто**  | **нетто** | **белки** | **жиры** | **углеводы** | **калор-ть** |
| Кукуруза консервированная | 70 | 45 | 1,4 |  | 3,22 | 18,62 | 60 | 35 | 1,2 |  | 2,76 | 15,67 |
| Лук  | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 | 10 | 8 | 0,15 |  | 0,86 | 3,87 |
| Масло растительное | 2 | 2 |  | 1,99 |  | 17,98 | 1 | 1 |  | 0,99 |  | 8,99 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | 1,55 | 1,99 | 4,08 | 40,47 |  |  | 1,35 | 0,99 | 3,62 | 28,53 |

**Источник**: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год. Согласно новому СанПиН 2.4.1.3049-13 (с изм. от 04.04.2014)

**Технология приготовления**: Потребительскую упаковку, перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью. Консервированную кукурузу прогревают в собственном соку , помешивая, при температуре 80-90 С. В течении 5 минут, отвар сливают, охлаждают . Добавляют бланшированный шинкованный репчатый лук, масло растительное, перемешивают и подают.

**Требования к качеству**: Форма соответствующая. Консистенция мягкая. Цвет желтый й с белыми вкраплениями репчатого лука. Вкус и запах кукурузы с репчатым луком в сочетании с маслом растительным