

УТВЕРЖДАЮ:

директор МБОУ «Кулунская ООШ»



*Федорова* С.Н.Федорова

*сентябрь* 2021 г.

*приказ № 320*

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ С ТЕХНОЛОГИЧЕСКИМИ КАРТАМИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД  
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ  
В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ  
«КУЛУНСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
( КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, УЖУРСКИЙ РАЙОН, С.КУЛУН, УЛ.ГЛАВНАЯ, 17)**

г. Ужур

2021 г.

## ВВЕДЕНИЕ

Настоящее примерное цикличное меню (далее меню) разработано для детей в возрасте с 6 лет и старше с целью обеспечения в пищевых веществах и энергии с учетом физиологических потребностей, с учетом их возраста.

Настоящее меню рассчитано на 2-кратный прием пищи - завтрак, обед.

Меню разработано на основании:

-СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»;

-Химический состав российских продуктов: Справочник/ Под ред. Член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. - М.: ДеЛипринт, 2002 г;

-Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М. П. Могильного. - М.: ДеЛипринт, 2005 г;

-Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ.ред. проф. А. Я. Перевалова, г. Пермь, 2013 г;

Технологические карты (техничко-технологические карты) приготовления блюд к разработанному примерному цикличному меню для организации питания детей указаны в приложении 1.

В каждой технологической карте указан № рецептуры согласно сборника рецептов и сборник рецептов блюд и кулинарных изделий.



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 1							День 1						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/п (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/п (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
1	Каша пшеничная молочная жидкая	200	8,51	10,77	38,2	283	1	Каша пшеничная молочная жидкая	200	8,51	10,77	38,2	283
2	Батон с маслом и сыром	51	5,47	6,68	17,27	152	2	Батон с маслом и сыром	59	6,33	8,02	19,74	177
3	Чай с молоком	200	2,32	2,56	16,73	100,00	3	Чай с молоком	200	2,32	2,56	16,73	100,00
ГП	Творожная масса промышленного производства в мелкоштучной упаковке	180	12,24	38,88	53,82	617,40	ГП	Творожная масса промышленного производства в мелкоштучной упаковке	180	12,24	38,88	53,82	617,40
	<b>Итого</b>	<b>631</b>	<b>28,54</b>	<b>58,89</b>	<b>126,02</b>	<b>1152,4</b>		<b>Итого</b>	<b>639</b>	<b>29,4</b>	<b>60,23</b>	<b>128,49</b>	<b>1177,4</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
4	Зеленый горошек консервированный отварной	60	1,86	0,12	0,00	24,00	4	Зеленый горошек консервированный отварной	100	3,10	0,20	0,00	40,00
5	Рассольник ленинградский, с мясом, со сметаной	267	4,02	5,51	19,38	133,00	5	Рассольник ленинградский, с мясом, со сметаной	267	4,02	5,51	19,38	133,00
6	Рыба, тушеная с овощами	100	19,45	9,94	88,26	211,00	6	Рыба, тушеная с овощами	120	23,34	11,93	105,91	253,20
7	Пюре картофельное	180	3,76	5,58	17,42	165	7	Пюре картофельное	180	3,76	5,58	17,42	165
8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	<b>Итого</b>	<b>905</b>	<b>36,44</b>	<b>22,58</b>	<b>186,81</b>	<b>808</b>		<b>Итого</b>	<b>1007</b>	<b>44,25</b>	<b>25,17</b>	<b>222,34</b>	<b>951,8</b>
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257	ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257
9	Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.)	200	5,80	5,00	8,00	106,00	9	Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.)	200	5,80	5,00	8,00	106,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>15,00</b>	<b>7,60</b>	<b>68,10</b>	<b>410,00</b>		<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>15,00</b>	<b>7,60</b>	<b>68,10</b>	<b>410,00</b>
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/п</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/п</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>79,98</b>	<b>89,07</b>	<b>380,93</b>	<b>2370,40</b>		<b>Итого за день</b>		<b>88,65</b>	<b>93,00</b>	<b>418,93</b>	<b>2539,20</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>77,00</b>	<b>79,00</b>	<b>335,00</b>	<b>2350,00</b>		<b>Суточная потребность</b>		<b>90,00</b>	<b>92,00</b>	<b>383,00</b>	<b>2720,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>103,87</b>	<b>112,75</b>	<b>113,71</b>	<b>100,87</b>		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>98,50</b>	<b>101,09</b>	<b>109,38</b>	<b>93,35</b>



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 2							День 2						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
10	Картофель отварной	180	3,52	6,41	27,43	182,00	10	Картофель отварной	180	3,52	6,41	27,43	182,00
	Тефтели из говядины с рисом (3 шт)	130	15,31	17,34	14,89	276,25	11	Тефтели из говядины с рисом (3 шт)	130	15,31	17,34	14,89	276,25
12	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80	12	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,4	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	<b>Итого</b>	<b>680</b>	<b>26,89</b>	<b>27,66</b>	<b>102,47</b>	<b>770,45</b>		<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>28,49</b>	<b>27,96</b>	<b>110,49</b>	<b>812,05</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
13	Овощи натуральные свежие (соленые)	80	0,64	0,08	1,28	10,4	13	Овощи натуральные свежие (соленые)	100	0,8	0,1	1,6	13
14	Борщ с мясом и со сметаной	267	6,16	6,82	9,33	132,00	14	Борщ с мясом и со сметаной	267	6,16	6,82	9,33	132,00
15	Котлеты или биточки из птицы (2 шт)	150	25,38	23,06	22,20	424,50	15	Котлеты или биточки из птицы (2 шт)	150	25,38	23,06	22,20	424,50
16	Соус красный основной	50	0,70	2,19	3,15	33,00	16	Соус красный основной	50	0,70	2,19	3,15	33,00
17	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,99	6,14	27,73	178,00	17	Макаронные изделия отварные с овощами	215	7,09	7,78	39,57	247,00
18	Компот из сухофруктов	200	0,51	0,00	25,23	106,00	18	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,00	28,35	117,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	<b>Итого</b>	<b>995</b>	<b>44,73</b>	<b>39,52</b>	<b>130,47</b>	<b>1083,90</b>		<b>Итого</b>	<b>1122</b>	<b>49,82</b>	<b>41,70</b>	<b>163,63</b>	<b>1252,10</b>
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	25	1,88	2,45	18,6	104,25	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	50	3,76	4,9	37,2	208,5
19	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	116,00	19	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	116,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>7,88</b>	<b>9,25</b>	<b>37,80</b>	<b>267,25</b>		<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>9,76</b>	<b>11,70</b>	<b>56,40</b>	<b>371,50</b>
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/л</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/л</b>
	<b>Итого за день</b>		79,50	76,43	270,74	2121,60		<b>Итого за день</b>		88,07	81,36	330,52	2435,65
	<b>Суточная потребность</b>		77,00	79,00	335,00	2350,00		<b>Суточная потребность</b>		90,00	92,00	383,00	2720,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		103,25	96,75	80,82	90,28		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		97,86	88,43	86,30	89,55



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 3							День 3						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
20	Омлет натуральный	130	10,97	1,34	3,07	192,40	20	Омлет натуральный	130	10,97	1,34	3,07	192,40
21	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,18	59	21	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,18	59
2	Батон с маслом и сыром	51	5,47	6,68	17,27	152	2	Батон с маслом и сыром	59	6,33	8,02	19,74	177
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	150	0,6	0,6	14,7	70,5	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	<b>Итого</b>	<b>531</b>	<b>17,10</b>	<b>8,63</b>	<b>50,22</b>	<b>473,90</b>		<b>Итого</b>	<b>539</b>	<b>17,96</b>	<b>9,97</b>	<b>52,69</b>	<b>498,90</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
22	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,82	4,62	46,80	22	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,20	4,70	7,70	78,00
23	Суп-уха (с рыбной консервой)	250	7,52	3,77	36,05	135,00	23	Суп-уха (с рыбной консервой)	250	7,52	3,77	36,05	135,00
24	Котлеты, биточки, шницели (2 шт)	160	24,18	20,58	24,85	380,80	24	Котлеты, биточки, шницели (2 шт)	160	24,18	20,58	24,85	380,80
25/26	Каша гречневая рассыпчатая или рис отварной	150	7,43	6,11	36,55	233,33	25/26	Каша гречневая рассыпчатая или рис отварной	180	8,92	7,33	43,86	280,00
8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	<b>Итого</b>	<b>918</b>	<b>47,20</b>	<b>34,71</b>	<b>163,82</b>	<b>1070,93</b>		<b>Итого</b>	<b>1030</b>	<b>51,85</b>	<b>38,33</b>	<b>192,09</b>	<b>1234,40</b>
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257	ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257
27	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	79,00	27	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	79,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>9,36</b>	<b>2,76</b>	<b>78,99</b>	<b>383,00</b>		<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>9,36</b>	<b>2,76</b>	<b>78,99</b>	<b>383,00</b>
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
	<b>Итого за день</b>		<b>73,66</b>	<b>46,10</b>	<b>293,03</b>	<b>1927,83</b>		<b>Итого за день</b>		<b>79,17</b>	<b>51,06</b>	<b>323,77</b>	<b>2116,30</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>77,00</b>	<b>79,00</b>	<b>335,00</b>	<b>2350,00</b>		<b>Суточная потребность</b>		<b>90,00</b>	<b>92,00</b>	<b>383,00</b>	<b>2720,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>95,66</b>	<b>58,35</b>	<b>87,47</b>	<b>82,04</b>		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>87,97</b>	<b>55,50</b>	<b>84,54</b>	<b>77,81</b>



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 4							День 4						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
28	Каша жидкая молочная рисовая	200	6,27	10,87	33,83	258,00	28	Каша жидкая молочная рисовая	200	6,27	10,87	33,83	258,00
29	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	57,00	29	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	57,00
30	Батон с маслом	39	2,69	3,14	17,27	108	30	Батон с маслом	45	3,08	3,89	19,74	126
31	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	31	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>579</b>	<b>14,46</b>	<b>19,01</b>	<b>76,17</b>	<b>533</b>		<b>Итого</b>	<b>585</b>	<b>14,85</b>	<b>19,76</b>	<b>78,64</b>	<b>551</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
32	Кукуруза консервированная отварная	60	1,32	0,24	6,72	34,80	32	Кукуруза консервированная отварная	100	2,20	0,40	11,20	58,00
33/34	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	6,15	5,96	14,09	153,00	33/34	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	6,15	5,96	14,09	153,00
35	Котлеты или биточки рыбные (2 шт)	170	23,73	11,31	96,61	278,80	35	Котлеты или биточки рыбные (2 шт)	170	23,73	11,31	96,61	278,80
36	Соус сметанный с луком	50	0,73	4,23	4,70	54,00	36	Соус сметанный с луком	50	0,73	4,23	4,70	54,00
37	Рагу овощное	180	3	4,92	15,12	119	37	Рагу овощное	180	3	4,92	15,12	119
18	Компот из сухофруктов	200	0,51	0,00	25,23	106,00	18	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,00	28,35	117,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	<b>Итого</b>	<b>1008</b>	<b>41,79</b>	<b>27,89</b>	<b>204,02</b>	<b>945,60</b>		<b>Итого</b>	<b>1090</b>	<b>45,50</b>	<b>28,57</b>	<b>229,50</b>	<b>1065,40</b>
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	25	1,88	2,45	18,6	104,25	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	50	3,76	4,9	37,2	208,5
9	Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.)	200	5,80	5,00	8,00	106,00	9	Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.)	200	5,80	5,00	8,00	106,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>8,08</b>	<b>7,85</b>	<b>36,40</b>	<b>257,25</b>		<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>9,96</b>	<b>10,30</b>	<b>55,00</b>	<b>361,50</b>
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>64,33</b>	<b>54,75</b>	<b>316,59</b>	<b>1735,85</b>		<b>Итого за день</b>		<b>70,31</b>	<b>58,63</b>	<b>363,14</b>	<b>1977,90</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>77,00</b>	<b>79,00</b>	<b>335,00</b>	<b>2350,00</b>		<b>Суточная потребность</b>		<b>90,00</b>	<b>92,00</b>	<b>383,00</b>	<b>2720,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>83,55</b>	<b>69,30</b>	<b>94,50</b>	<b>73,87</b>		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>78,12</b>	<b>63,73</b>	<b>94,81</b>	<b>72,72</b>



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 5							День 5						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
17	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,99	6,14	27,73	178,00	17	Макаронные изделия отварные с овощами	215	7,09	7,78	39,57	247,00
39	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00	39	Птица отварная или тушеная	100	21,10	13,60	0,00	211,00
40	Какао с молоком	200	5,56	5,55	22,53	164	40	Какао с молоком	200	4,98	4,91	26,58	172
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>36,05</b>	<b>26,44</b>	<b>80,11</b>	<b>704,00</b>		<b>Итого</b>	<b>685</b>	<b>39,17</b>	<b>27,74</b>	<b>104,02</b>	<b>822,60</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
41	Сельдь с луком репчатым и зеленым горошком	60	15,53	17,37	2,44	229,00	41	Сельдь с луком репчатым и зеленым горошком	130	15,53	17,37	2,44	229,00
42	Щи с мясом, со сметаной	267	6,36	9,72	8,33	151,00	42	Щи с мясом, со сметаной	267	6,36	9,72	8,33	151,00
11	Тефтели из говядины с рисом (3 шт)	130	15,31	17,34	14,89	276,25	11	Тефтели из говядины с рисом (3 шт)	130	15,31	17,34	14,89	276,25
16	Соус красный основной	50	0,70	2,19	3,15	33,00	16	Соус красный основной	50	0,70	2,19	3,15	33,00
7	Пюре картофельное	180	3,76	5,58	17,42	165	7	Пюре картофельное	180	3,76	5,58	17,42	165
8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	<b>Итого</b>	<b>985</b>	<b>49,01</b>	<b>53,63</b>	<b>107,98</b>	<b>1129,25</b>		<b>Итого</b>	<b>1097</b>	<b>51,69</b>	<b>54,15</b>	<b>125,86</b>	<b>1214,85</b>
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257	ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257
19	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	116,00	19	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	116,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>14,80</b>	<b>9,00</b>	<b>69,50</b>	<b>420,00</b>		<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>14,80</b>	<b>9,00</b>	<b>69,50</b>	<b>420,00</b>
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>
	<b>Итого за день</b>		99,86	89,07	257,59	2253,25		<b>Итого за день</b>		105,66	90,89	299,38	2457,45
	<b>Суточная потребность</b>		77,00	79,00	335,00	2350,00		<b>Суточная потребность</b>		90,00	92,00	383,00	2720,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		129,69	112,75	76,89	95,88		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		117,40	98,79	78,17	90,35



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 6							День 6						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/п (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/п (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
25	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,43	6,11	36,55	233,33	25	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,92	7,33	43,86	280,00
24	Котлеты, биточки, шницели (2 шт)	160	24,18	20,58	24,85	380,80	24	Котлеты, биточки, шницели (2 шт)	160	24,18	20,58	24,85	380,80
12	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80	12	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	150	0,6	0,6	14,7	70,5	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	<b>Итого</b>	<b>710</b>	<b>39,79</b>	<b>30,72</b>	<b>124,49</b>	<b>940,43</b>		<b>Итого</b>	<b>760</b>	<b>42,88</b>	<b>32,24</b>	<b>139,82</b>	<b>1028,70</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
4	Зеленый горошек консервированный отварной	60	1,86	0,12	0,00	24,00	4	Зеленый горошек консервированный отварной	100	3,10	0,20	0,00	40,00
5	Рассольник ленинградский, с мясом, со сметаной	267	4,02	5,51	19,38	133,00	5	Рассольник ленинградский, с мясом, со сметаной	267	4,02	5,51	19,38	133,00
15	Котлеты или биточки из птицы (2 шт)	150	25,38	23,06	22,20	424,50	15	Котлеты или биточки из птицы (2 шт)	150	25,38	23,06	22,20	424,50
43	Капуста тушеная	150	8,13	10,31	13	185	43	Капуста тушеная	180	9,76	12,38	15,6	222
18	Компот из сухофруктов	200	0,51	0,00	25,23	106,00	18	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,00	28,35	117,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	<b>Итого</b>	<b>925</b>	<b>46,25</b>	<b>40,23</b>	<b>121,36</b>	<b>1072,50</b>		<b>Итого</b>	<b>1037</b>	<b>51,95</b>	<b>42,90</b>	<b>144,96</b>	<b>1222,10</b>
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	25	1,88	2,45	18,6	104,25	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	50	3,76	4,9	37,2	208,5
27	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	79,00	27	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	79,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>2,44</b>	<b>3,01</b>	<b>47,29</b>	<b>230,25</b>		<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>4,32</b>	<b>5,46</b>	<b>65,89</b>	<b>334,50</b>
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/п</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/п</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>88,48</b>	<b>73,96</b>	<b>293,14</b>	<b>2243,18</b>		<b>Итого за день</b>		<b>99,15</b>	<b>80,60</b>	<b>350,67</b>	<b>2585,30</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>77,00</b>	<b>79,00</b>	<b>335,00</b>	<b>2350,00</b>		<b>Суточная потребность</b>		<b>90,00</b>	<b>92,00</b>	<b>383,00</b>	<b>2720,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>114,91</b>	<b>93,62</b>	<b>87,50</b>	<b>95,45</b>		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>110,17</b>	<b>87,61</b>	<b>91,56</b>	<b>95,05</b>



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 7							День 7						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
44	Суп молочный с крупой	200	6,17	7,52	19,51	170,00	44	Суп молочный с крупой	200	6,17	7,52	19,51	170,00
29	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	57,00	29	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	57,00
2	Батон с маслом и сыром	51	5,47	6,68	17,27	152	2	Батон с маслом и сыром	59	6,33	8,02	19,74	177
ГП	Творожная масса промышленного производства в мелкоштучной упаковке	180	12,24	38,88	53,82	617,40	ГП	Творожная масса промышленного производства в мелкоштучной упаковке	180	12,24	38,88	53,82	617,40
	<b>Итого</b>	<b>631</b>	<b>23,88</b>	<b>53,08</b>	<b>105,57</b>	<b>996,40</b>		<b>Итого</b>	<b>639</b>	<b>24,74</b>	<b>54,42</b>	<b>108,04</b>	<b>1021,4</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
45	Фасоль консервированная отварная	60	2,40	0,12	4,50	34,80	45	Фасоль консервированная отварная	100	4,00	0,20	7,50	58,00
14	Борщ с мясом и со сметаной	267	6,16	6,82	9,33	132,00	14	Борщ с мясом и со сметаной	267	6,16	6,82	9,33	132,00
6	Рыба, тушеная с овощами	100	19,45	9,94	88,26	211,00	6	Рыба, тушеная с овощами	120	23,34	11,93	105,91	253,20
17	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,99	6,14	27,73	178,00	17	Макаронные изделия отварные с овощами	215	7,09	7,78	39,57	247,00
8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	<b>Итого</b>	<b>875</b>	<b>40,35</b>	<b>24,45</b>	<b>191,57</b>	<b>830,80</b>		<b>Итого</b>	<b>1042</b>	<b>50,62</b>	<b>28,68</b>	<b>241,94</b>	<b>1050,80</b>
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257	ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257
9	Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.)	200	5,80	5,00	8,00	106,00	9	Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.)	200	5,80	5,00	8,00	106,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>15,00</b>	<b>7,60</b>	<b>68,10</b>	<b>410,00</b>		<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>15,00</b>	<b>7,60</b>	<b>68,10</b>	<b>410,00</b>
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
	<b>Итого за день</b>		<b>79,23</b>	<b>85,13</b>	<b>365,24</b>	<b>2237,20</b>		<b>Итого за день</b>		<b>90,36</b>	<b>90,70</b>	<b>418,08</b>	<b>2482,20</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>77,00</b>	<b>79,00</b>	<b>335,00</b>	<b>2350,00</b>		<b>Суточная потребность</b>		<b>90,00</b>	<b>92,00</b>	<b>383,00</b>	<b>2720,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>102,90</b>	<b>107,76</b>	<b>109,03</b>	<b>95,20</b>		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>100,40</b>	<b>98,59</b>	<b>109,16</b>	<b>91,26</b>



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 8							День 8						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
7	Пюре картофельное	180	3,76	5,58	17,42	165	7	Пюре картофельное	180	3,76	5,58	17,42	165
24	Котлеты, биточки, шницели (2 шт)	160	24,18	20,58	24,85	380,80	24	Котлеты, биточки, шницели (2 шт)	160	24,18	20,58	24,85	380,80
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
3	Чай с молоком	200	2,32	2,56	16,73	100,00	3	Чай с молоком	200	2,32	2,56	16,73	100,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого	690	34,66	29,87	88,85	796,8		Итого	710	36,26	30,17	96,87	838,40
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
46	Консервы овощные закусочные порциями (морская капуста)	60	0,54	0,12	1,80	14,94	46	Консервы овощные закусочные порциями (морская капуста)	100	0,90	0,20	3,00	24,90
33/34	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	6,15	5,96	14,09	153,00	33/34	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	6,15	5,96	14,09	153,00
47	Плов из отварной птицы	180	9,94	16,46	36,04	331,00	47	Плов из отварной птицы	230	16,54	22,56	40,88	432,00
18	Компот из сухофруктов	200	0,51	0,00	25,23	106,00	18	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,00	28,35	117,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	Итого	788	23,49	23,77	118,71	804,94		Итого	750	33,28	30,47	145,75	1012,50
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	25	1,88	2,45	18,6	104,25	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	50	3,76	4,9	37,2	208,5
19	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	116,00	19	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	116,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого	325	7,88	9,25	37,80	267,25		Итого	350	9,76	11,70	56,40	371,50
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/ц				Б	Ж	У	Эн/ц
	<b>Итого за день</b>		66,03	62,89	245,36	1868,99		<b>Итого за день</b>		79,30	72,34	299,02	2222,40
	<b>Суточная потребность</b>		77,00	79,00	335,00	2350,00		<b>Суточная потребность</b>		90,00	92,00	383,00	2720,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		85,75	79,61	73,24	79,53		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		88,11	78,63	78,07	81,71



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 9							День 9						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
20	Омлет натуральный	130	6,80	13,12	3,16	158,00	20	Омлет натуральный	130	6,80	13,12	3,16	158,00
21	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,18	59	21	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,18	59
2	Батон с маслом и сыром	51	5,47	6,68	17,27	152	2	Батон с маслом и сыром	59	6,33	8,02	19,74	177
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	150	0,6	0,6	14,7	70,5	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	<b>Итого</b>	<b>531</b>	<b>12,93</b>	<b>20,41</b>	<b>50,31</b>	<b>439,50</b>		<b>Итого</b>	<b>539</b>	<b>13,79</b>	<b>21,75</b>	<b>52,78</b>	<b>464,50</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
48	Консервы овощные закусочные порциями (томаты в собственном соку)	60	0,47	0,08	2,40	10,20	48	Консервы овощные закусочные порциями (томаты в собственном соку)	100	0,78	0,13	4,00	17,00
42	Щи с мясом, со сметаной	267	6,36	9,72	8,33	151,00	42	Щи с мясом, со сметаной	267	6,36	9,72	8,33	151,00
49	Рыба, тушенная в сметанном соусе	100	10,87	11,34	3,21	160,00	49	Рыба, тушенная в сметанном соусе	120	13,04	13,67	3,85	192,00
10	Картофель отварной	180	3,52	6,41	27,43	182,00	10	Картофель отварной	180	3,52	6,41	27,43	182,00
8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	<b>Итого</b>	<b>905</b>	<b>28,57</b>	<b>28,98</b>	<b>103,12</b>	<b>778,20</b>		<b>Итого</b>	<b>1007</b>	<b>33,73</b>	<b>31,88</b>	<b>123,24</b>	<b>902,60</b>
<b>Подник</b>							<b>Подник</b>						
ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257	ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257
27	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	79,00	27	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	79,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>9,36</b>	<b>2,76</b>	<b>78,99</b>	<b>383,00</b>		<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>9,36</b>	<b>2,76</b>	<b>78,99</b>	<b>383,00</b>
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
	<b>Итого за день</b>		<b>50,86</b>	<b>52,15</b>	<b>232,42</b>	<b>1600,70</b>		<b>Итого за день</b>		<b>56,88</b>	<b>56,39</b>	<b>255,01</b>	<b>1750,10</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>77,00</b>	<b>79,00</b>	<b>335,00</b>	<b>2350,00</b>		<b>Суточная потребность</b>		<b>90,00</b>	<b>92,00</b>	<b>383,00</b>	<b>2720,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>66,05</b>	<b>66,01</b>	<b>69,38</b>	<b>68,11</b>		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>63,20</b>	<b>61,29</b>	<b>66,58</b>	<b>64,34</b>



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 10							День 10						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
50	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	7,25	10,87	32,74	257	50	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	7,25	10,87	32,74	257
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	11	Батон с маслом	45	3,08	3,89	19,74	126
40	Какао с молоком	200	5,56	5,55	22,53	164	40	Какао с молоком	200	5,56	5,55	22,53	164
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,4	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>17,29</b>	<b>17,65</b>	<b>87,08</b>	<b>581,40</b>		<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>16,37</b>	<b>20,79</b>	<b>86,77</b>	<b>603,40</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
32	Кукуруза консервированная отварная	60	1,32	0,24	6,72	34,80	32	Кукуруза консервированная отварная	100	2,20	0,40	11,20	58,00
23	Суп-уха (с рыбной консервой)	250	7,52	3,77	36,05	135,00	23	Суп-уха (с рыбной консервой)	250	7,52	3,77	36,05	135,00
51	Фрикадельки из говядины тушеные в соусе	130	12,73	10,24	9,67	183,08	51	Фрикадельки из говядины тушеные в соусе	130	12,73	10,24	9,67	183,08
37	Рагу овощное	180	3	4,92	15,12	119	37	Рагу овощное	180	3	4,92	15,12	119
8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	<b>Итого</b>	<b>918</b>	<b>31,92</b>	<b>20,60</b>	<b>129,31</b>	<b>746,88</b>		<b>Итого</b>	<b>1000</b>	<b>35,48</b>	<b>21,28</b>	<b>151,67</b>	<b>855,68</b>
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	25	1,88	2,45	18,6	104,25	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	50	3,76	4,9	37,2	208,5
9	Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.)	200	5,80	5,00	8,00	106,00	9	Кисломолочный продукт (бифидок, или ряженка, или снежок или др.)	200	5,80	5,00	8,00	106,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>8,08</b>	<b>7,85</b>	<b>36,40</b>	<b>257,25</b>		<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>9,96</b>	<b>10,30</b>	<b>55,00</b>	<b>361,50</b>
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>				<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>57,29</b>	<b>46,10</b>	<b>252,79</b>	<b>1585,53</b>		<b>Итого за день</b>		<b>61,81</b>	<b>52,37</b>	<b>293,44</b>	<b>1820,58</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>77,00</b>	<b>79,00</b>	<b>335,00</b>	<b>2350,00</b>		<b>Суточная потребность</b>		<b>90,00</b>	<b>92,00</b>	<b>383,00</b>	<b>2720,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>74,40</b>	<b>58,35</b>	<b>75,46</b>	<b>67,47</b>		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>68,68</b>	<b>56,92</b>	<b>76,62</b>	<b>66,93</b>



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 11							День 11						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
26	Рис отварной	150	7,43	6,11	36,55	233,33	26	Рис отварной	180	8,92	7,33	43,86	280,00
6	Рыба, тушеная с овощами	100	19,45	9,94	88,26	211,00	6	Рыба, тушеная с овощами	120	23,34	11,93	105,91	253,20
29	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	57,00	29	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	14,97	57,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	150	0,6	0,6	14,7	70,5	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	<b>Итого</b>	<b>650</b>	<b>31,48</b>	<b>17,40</b>	<b>174,53</b>	<b>675,83</b>		<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>38,46</b>	<b>20,91</b>	<b>207,51</b>	<b>806,30</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
46	Консервы овощные закусочные порциями (морская капуста)	60	0,54	0,12	1,80	14,94	46	Консервы овощные закусочные порциями (морская капуста)	100	0,90	0,20	3,00	24,90
14	Борщ с мясом и со сметаной	267	6,16	6,82	9,33	132,00	14	Борщ с мясом и со сметаной	267	6,16	6,82	9,33	132,00
24	Котлеты, биточки, шницели (2 шт)	160	24,18	20,58	24,85	380,80	24	Котлеты, биточки, шницели (2 шт)	160	24,18	20,58	24,85	380,80
7	Пюре картофельное	180	3,76	5,58	17,42	165	7	Пюре картофельное	180	3,76	5,58	17,42	165
8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	<b>Итого</b>	<b>965</b>	<b>41,99</b>	<b>34,53</b>	<b>115,15</b>	<b>967,74</b>		<b>Итого</b>	<b>1047</b>	<b>45,03</b>	<b>35,13</b>	<b>134,23</b>	<b>1063,30</b>
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257	ГП	Булочка (промышленного производства) в ассортименте	100	8,8	2,2	50,3	257
19	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	116,00	19	Молоко кипяченое	200	5,60	6,40	9,40	116,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>14,80</b>	<b>9,00</b>	<b>69,50</b>	<b>420,00</b>		<b>Итого</b>	<b>400</b>	<b>14,80</b>	<b>9,00</b>	<b>69,50</b>	<b>420,00</b>
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
	<b>Итого за день</b>		<b>88,27</b>	<b>60,93</b>	<b>359,18</b>	<b>2063,57</b>		<b>Итого за день</b>		<b>98,29</b>	<b>65,04</b>	<b>411,24</b>	<b>2289,60</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>77,00</b>	<b>79,00</b>	<b>335,00</b>	<b>2350,00</b>		<b>Суточная потребность</b>		<b>90,00</b>	<b>92,00</b>	<b>383,00</b>	<b>2720,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>114,64</b>	<b>77,13</b>	<b>107,22</b>	<b>87,81</b>		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>109,21</b>	<b>70,70</b>	<b>107,37</b>	<b>84,18</b>



Дети 6-11 лет							Дети 12 лет и старше						
День 12							День 12						
№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	№ ТК	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У					Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>							<b>Завтрак</b>						
38	Капуста тушеная с куриным филе	200	11,89	10,69	11,96	204	38	Капуста тушеная с куриным филе	200	11,89	10,69	11,96	204
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
40	Какао с молоком	200	5,56	5,55	22,53	164	40	Какао с молоком	200	5,56	5,55	22,53	164
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,4	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>21,93</b>	<b>17,47</b>	<b>66,30</b>	<b>528,40</b>		<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>23,53</b>	<b>17,77</b>	<b>74,32</b>	<b>570,00</b>
<b>Обед</b>							<b>Обед</b>						
22	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	0,72	2,82	4,62	46,80	22	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,20	4,70	7,70	78,00
33/34	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	6,15	5,96	14,09	153,00	33/34	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	6,15	5,96	14,09	153,00
47	Плов из отварной птицы	180	9,94	16,46	36,04	331,00	47	Плов из отварной птицы	230	16,54	22,56	40,88	432,00
8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	8	Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4	0,75	20,05	104	ГП	Хлеб пшеничный	70	5,6	1,05	28,07	145,6
ГП	Хлеб ржаной	48	2,35	0,48	21,5	96	ГП	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	140
	<b>Итого</b>	<b>788</b>	<b>24,16</b>	<b>26,67</b>	<b>116,50</b>	<b>805,80</b>		<b>Итого</b>	<b>920</b>	<b>33,92</b>	<b>35,17</b>	<b>142,30</b>	<b>1023,60</b>
<b>Полдник</b>							<b>Полдник</b>						
ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	25	1,88	2,45	18,6	104,25	ГП	Кондитерские изделия (вафли, или пряники, или печенье)	50	3,76	4,9	37,2	208,5
27	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	79,00	27	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	79,00
ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47	ГП	Яблоко, или апельсин, или банан, или груша, или др.	100	0,4	0,4	9,8	47
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>2,44</b>	<b>3,01</b>	<b>47,29</b>	<b>230,25</b>		<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>4,32</b>	<b>5,46</b>	<b>65,89</b>	<b>334,50</b>
Норма соли 1,5 гр., специй 1 гр.							Норма соли 2,5 гр., специй 1 гр.						
	<b>Итого за день</b>		<b>48,53</b>	<b>47,15</b>	<b>230,09</b>	<b>1564,45</b>		<b>Итого за день</b>		<b>61,77</b>	<b>58,40</b>	<b>282,51</b>	<b>1928,10</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>77,00</b>	<b>79,00</b>	<b>335,00</b>	<b>2350,00</b>		<b>Суточная потребность</b>		<b>90,00</b>	<b>92,00</b>	<b>383,00</b>	<b>2720,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>63,03</b>	<b>59,68</b>	<b>68,68</b>	<b>66,57</b>		<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>68,63</b>	<b>63,48</b>	<b>73,76</b>	<b>70,89</b>



Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 6-11 лет					Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12 лет и старше				
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)		Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
	Б	Ж	У			Б	Ж	У	
Итого за 12 дней	876,0	783,7	3497,1	23572,6	Итого за 12 дней	979,4	850,8	4045,7	26604,8
Итого за 1 дней	73,0	65,3	291,4	1964,4	Итого за 1 дней	81,6	70,9	337,1	2217,1
Суточная потребность	77,0	79,0	335,0	2350,0	Суточная потребность	90,0	92,0	383,0	2720,0
Процент удовлетворения суточной потребности	94,8	82,7	87,0	83,6	Процент удовлетворения суточной потребности	90,7	77,1	88,0	81,5

Примечание: ГП - готовый продукт.

Примечание: ГП - готовый продукт.



## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №1

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** каша пшенная молочная жидкая

**Номер рецептуры:** 112

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа пшенная	39	39	3,9	3,9
Вода	20	20	2,0	2,0
Молоко	140	140	14,0	14,0
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масса каши		193		19,3
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Выход с маслом		200		20,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	8,51
Жиры (г):	10,77
Углеводы (г):	38,22
Эн. ценность (ккал)	283

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа пшенная	39	39	3,9	3,9
Вода	20	20	2,0	2,0
Молоко	140	140	14,0	14,0
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масса каши		193		19,3
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Выход с маслом		200		20,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	8,51
Жиры (г):	10,77
Углеводы (г):	38,22
Эн. ценность (ккал)	283

### Технология приготовления

В кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 мин. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и



продолжают варку до готовности. Горячую кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, полностью разварившиеся, каша заправлена сливочным маслом.

*Консистенция:* однородная, вязкая, зерна - мягкие.

*Цвет:* желтый.

*Вкус:* умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

*Запах:* свойственный виду каши в сочетании с молоком и маслом.



## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 2

Наименование кулинарного изделия (блюда): батон с маслом и с сыром

Номер рецептуры: 3

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Батон	35	35	3,5	3,5
Сыр	13	12	1,3	1,2
Выход		35/4/12		

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	5,47
Жиры (г):	6,68
Углеводы (г):	17,27
Эн. ценность (ккал)	152

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Батон	40	40	4,0	4,0
Сыр	15	14	1,5	1,4
Выход		40/5/14		

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	6,33
Жиры (г):	8,02
Углеводы (г):	19,74
Эн. ценность (ккал)	177

### Технология приготовления

Батон сверху намазывают маслом и сверху укладывают ломтик сыра.

### Требования к качеству



*Внешний вид:* ровные ломтики батона, намазанные маслом, с сыром.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* батона, масла, сыра.

*Вкус:* батона, масла, сыра.

*Запах:* масла в сочетании со свежим батоном и сыром.



### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 3

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** чай с молоком

**Номер рецептуры:** 298

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	40	40	4,0	4,0
Чай-заварка		40		4,0
Сахар	13	13	1,3	1,3
Молоко	80	80	8,0	8,0
Вода	67	67	6,7	6,7
Выход с сахаром		200		20,0

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	2,32
Жиры (г):	2,56
Углеводы (г):	16,73
Эн. ценность (ккал)	100

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	40	40	4,0	4,0
Чай-заварка		40		4,0
Сахар	13	13	1,3	1,3
Молоко	80	80	8,0	8,0
Вода	67	67	6,7	6,7
Выход с сахаром		200		20,0



## **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	2,32
Жиры (г):	2,56
Углеводы (г):	16,73
Эн. ценность (ккал)	100

### **Технология приготовления**

К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко. Температура подачи не ниже 75° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* жидкость - серовато-белого цвета, налита в стакан.

*Консистенция:* жидкая.

*Цвет:* серовато-белый.

*Вкус:* сладкий, с привкусом молока или сливок.

*Запах:* свойственный молоку и чаю или сливкам и чаю.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 4

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** зеленый горошек консервированный отварной

**Номер рецептуры:** 131

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Горошек зеленый консервированный	92	92	9,2	9,2
Масса отварного горошка (без жидкой части)		60		60,0
Выход		60		60,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	1,86
Жиры (г):	0,12
Углеводы (г):	0
Эн. ценность (ккал)	24

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Горошек зеленый консервированный	168	168	16,8	16,8
Масса отварного горошка (без жидкой части)		100		10,0
Выход		100		10,0



## Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	3,10
Жиры (г):	0,20
Углеводы (г):	0
Эн. ценность (ккал)	40

### **Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Горошек зеленый консервированный кипятят в собственном соку с момента закипания в течение 5 минут. Охлаждают, отвар сливают и порционируют.

Температура подачи не выше 14° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* форма сохранена.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* зеленый.

*Вкус:* отварного зеленого горошка.

*Запах:* зеленого горошка.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 5

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** рассольник ленинградский с мясом и со сметаной

**Номер рецептуры:** 96

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Говядина на кости 1 категории	50	37	5,0	3,7
Или говядина жилованная 1 категории	41	37	4,1	3,7
Или говядина тушеная (консервы)	37	37	3,7	3,7
Морковь				
До 1 января	8,8	7	0,88	0,7
С 1 января	9,3	7	0,93	0,7
Лук репчатый	5	4	0,5	0,4
Вода	250	250	25	25
Варка супа				
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	100	75	10,0	7,5
С 1-ноября-31 декабря	107	75	10,7	7,5
С 1 января-28-29 февраля	116	75	11,6	7,5
С 1 марта	125	75	12,5	7,5
Крупа перловая	5	5	0,85	0,5
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Огурцы соленые	27	15	2,7	1,5
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Или консервированная заправка для	53	50	5,3	5,0



рассольника				
Бульон или вода	187	187	18,7	18,7
Выход супа		240		24
Говядина отварная		22		2,2
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа с мясом и со сметаной		240/22/5 (267)		26,7

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	4,02
Жиры (г):	5,51
Углеводы (г):	19,38
Эн. ценность (ккал)	133

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Говядина на кости 1 категории	50	37	5,0	3,7
Или говядина жилованная 1 категории	41	37	4,1	3,7
Или говядина тушеная (консервы)	37	37	3,7	3,7
Морковь				
До 1 января	8,8	7	0,88	0,7
С 1 января	9,3	7	0,93	0,7
Лук репчатый	5	4	0,5	0,4
Вода	250	250	25	25
Варка супа				
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	100	75	10,0	7,5
С 1-ноября-31 декабря	107	75	10,7	7,5
С 1 января-28-29 февраля	116	75	11,6	7,5
С 1 марта	125	75	12,5	7,5
Крупа перловая	5	5	0,85	0,5
Морковь				

До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	6	5	0,6	0,5
Огурцы соленые	27	15	2,7	1,5
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Или консервированная заправка для рассольника	53	50	5,3	5,0
Бульон или вода	187	187	18,7	18,7
Выход супа		240		24
Говядина отварная		22		2,2
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа с мясом и со сметаной		240/22/5 (267)		26,7

### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	4,02
Жиры (г):	5,51
Углеводы (г):	19,38
Эн. ценность (ккал)	133

#### **Технология приготовления**

Говядину тушеную (консервы) можно использовать в виде исключения при отсутствии мяса для приготовления первых блюд. Банки с консервами обмывают, вытирают, вскрывают, содержимое выкладывают в суп за 10-15 минут до готовности супа.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куску на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичному кипячению в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают картофель, нарезанный брусочками, доводят до кипения, а через 5-10 мин добавляют пассерованные овощи и припущенный огурцы. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сметану и кипятят.

При приготовлении рассольника из консервированной заправки: в кипящий бульон или воду кладут нашинкованный картофель и варят до полготовности (15-20 минут). Затем добавляют консервированную заправку для рассольника,



доводят до кипения и варят еще 10-12 минут при слабом кипении. За 5-10 мин до окончания варки добавляют сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* в жидкой части рассольника огурцы без кожицы и семян, нарезаны ромбиками или соломкой, картофель - брусочками, коренья - соломкой.

*Консистенция:* овощей, мяса - мягкая, сочная; огурцов – слегка хрустящая, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

*Цвет:* желтый, жира на поверхности - желтый, овощей - натуральный.

*Вкус и запах:* острый, умеренно соленый, с умеренной кислотностью.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 6

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** рыба, тушеная с овощами

**Номер рецептуры:** 229

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью				
Рыба-филе	64	61	6,4	6,1
Или горбуша потрошенная без головы	78	61	7,8	6,1
Или минтай потрошенный без головы	94	61	9,4	6,1
Вода или бульон	19	19	1,9	1,9
Морковь				
До 1 января	28	22	2,8	2,2
С 1 января	29	22	2,9	2,2
Лук репчатый	10	8	1,0	0,8
Томатное пюре	10	10	1,0	1,0
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Сахар	2	2	0,2	0,2
Лавровый лист	0,01	0,01	0,001	0,001
Раствор лимонной кислоты	2,5	2,5	0,25	0,25
Масса тушеной рыбы		50		5,0
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом		100		10,0
Выход		100		10,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	10,87
Жиры (г):	11,34
Углеводы (г):	3,21
Эн. ценность (ккал)	150

Наименование	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)
--------------	--



сырья	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью				
Рыба-филе	76	73	7,6	7,3
Или горбуша потрошенная без головы	93	73	9,3	7,3
Или минтай потрошенный без головы	112	73	11,2	7,3
Вода или бульон	23	23	2,3	2,3
Морковь				
До 1 января	33	26	3,3	2,6
С 1 января	35	26	3,5	2,6
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	12	12	1,2	1,2
Масло растительное	6	6	0,6	0,6
Сахар	3	3	0,3	0,3
Лавровый лист	0,02	0,02	0,002	0,002
Раствор лимонной кислоты	3	3	0,3	0,3
Масса тушеной рыбы		60		6,0
Масса готовой рыбы с тушеными овощами и соусом		120		12,0
Выход		120		12,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	23,24
Жиры (г):	11,93
Углеводы (г):	105,91
Эн. ценность (ккал)	253,2

#### Технология приготовления

Порционные куски рыбы, нарезанные филе без кожи и костей, укладывают в посуду в два слоя, чередуя со слоями нашинкованных овощей, заливают бульоном или водой, добавляют масло, томатное пюре, сахар, соль, посуду закрывают крышкой и тушат до готовности (45-60 мин); за 5-7 мин до окончания тушения добавляют специи.

При отпуске рыбу поливают соусом с овощами, в котором она тушилась. Температура подачи не ниже 65° С.

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* целый тушеный кусок рыбы, уложен на тарелку вместе с соусом, сбоку — гарнир.

*Консистенция:* мягкая, допускается легкое расслаивание мякоти у трески, морского окуня.

*Цвет:* рыбы на разрезе - белый или светло-серый, соуса - розовый, овощей - натуральный.

*Вкус:* рыбы в сочетании с соусом и овощами, умеренно соленый.

*Запах:* рыбный, с ароматом специй.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 7

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** пюре картофельное

**Номер рецептуры:** 312

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	204	154	20,4	15,4
С 1-ноября-31 декабря	220	154	22,0	15,4
С 1 января-28-29 февраля	238	154	23,8	15,4
С 1 марта	258	154	25,8	15,4
Молоко	28	28	2,8	2,8
Молоко кипяченое		27		2,7
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Выход		180		18,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	3,76
Жиры (г):	5,58
Углеводы (г):	17,42
Эн. ценность (ккал)	165

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	204	154	20,4	15,4
С 1-ноября-31 декабря	220	154	22,0	15,4
С 1 января-28-29 февраля	238	154	23,8	15,4
С 1 марта	258	154	25,8	15,4
Молоко	28	28	2,8	2,8



Молоко кипяченое		27		2,7
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Выход		180		18,0

### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	3,76
Жиры (г):	5,58
Углеводы (г):	17,42
Эн. ценность (ккал)	165

#### **Технология приготовления**

При изготовлении картофельного пюре следует использовать механическое оборудование.

Очищенный картофель варят в кипящей подсоленной воде до готовности. Воду сливают. Добавляют кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения сливочное масло. Протирают, перемешивают.

Температура подачи не ниже 65° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* протертая картофельная масса.

*Консистенция:* пышная, густая, однородная.

*Цвет:* белый с кремовым оттенком.

*Вкус:* свойственный вареному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипяченого молока, умеренно соленый, нежный.

*Запах:* свежеприготовленного картофельного пюре с ароматом кипяченого молока и сливочного масла.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 8

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** сок

**Номер рецептуры:** 389

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Соки овощные, или фруктовые или ягодные	200	200	20,0	20,0
Выход		200		20,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	1
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	20,2
Эн. ценность (ккал)	75

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Соки овощные, или фруктовые или ягодные	200	200	20,0	20,0
Выход		200		20,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	1
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	20,2
Эн. ценность (ккал)	75

### **Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Сок, выпускаемый промышленностью, разливают в стаканы порциями, непосредственно перед отпуском.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* сок налит в стакан.

*Консистенция:* жидкая.

*Цвет:* соответствует соку.

*Вкус:* соответствует соку.

*Запах:* соответствует соку.



## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 9

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** кисломолочный продукт

**Номер рецептуры:** 386

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 6-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Кисломолочный продукт (бифидок, или снежок, или ряженка, или йогурт или др.)	206	200	206	200
Выход		200		200

### Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 6-11 лет			
5,80	5,00	8,00	106,00
дети с 12 лет и старше			
5,80	5,00	8,00	106,00

### Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Кисломолочные продукты наливают непосредственно в стакан.

Температура подачи не выше 20°C.

### Требования к качеству

Внешний вид: стакан с жидкостью.

Консистенция: жидкая, сметанообразная.

Цвет: соответствует.

Вкус: соответствует.

Запах: соответствует.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 10

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** картофель отварной

**Номер рецептуры:** 239

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября по 31 октября	237	178	23,7	17,8
С 1 ноября по 31 декабря	255	178	25,5	17,8
С 1 января по 28-29 февраля	274	178	27,4	17,8
С 1 марта	297	178	29,7	17,8
Масса картофеля вареного		173		17,3
Масло сливочное	8	8	0,8	0,8
Выход		180		18,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	3,52
Жиры (г):	6,41
Углеводы (г):	27,43
Эн. ценность (ккал)	182

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября по 31 октября	237	178	23,7	17,8
С 1 ноября по 31 декабря	255	178	25,5	17,8
С 1 января по 28-29 февраля	274	178	27,4	17,8
С 1 марта	297	178	29,7	17,8
Масса картофеля вареного		173		17,3

Масло сливочное	8	8	0,8	0,8
Выход		180		18,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	3,52
Жиры (г):	6,41
Углеводы (г):	27,43
Эн. ценность (ккал)	182

**Технология приготовления**

Очищенный картофель отваривают.

Когда картофель сварится, сливают воду, а картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 мин на менее горячем участке плиты. При варке рассыпчатого картофеля воду следует сливать примерно через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром, образуя паром в котле.

Отпускают отварной картофель целыми клубнями, политыми растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* форма клубней картофеля сохранена, клубни политы сливочным маслом.

*Консистенция:* мягкая, рыхлая.

*Цвет:* от белого до желтоватого.

*Вкус и запах:* отварного картофеля в сочетании со сливочным маслом.



## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 11

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** тефтели из говядины с рисом

**Номер рецептуры:** 202

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масса полуфабриката промышленного производства		150 (3 шт.)		15,0
Масло растительное	10	10	1,0	1,0
Выход		130		13,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	15,31
Жиры (г):	17,34
Углеводы (г):	14,89
Эн. ценность (ккал)	276,25

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масса полуфабриката промышленного производства		150 (3 шт.)		15,0
Масло растительное	10	10	1,0	1,0
Выход		130		13,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	15,31
Жиры (г):	17,34
Углеводы (г):	14,89
Эн. ценность (ккал)	276,25

#### Технология приготовления

Полуфабрикаты промышленного производства запекают в жарочном шкафу до готовности при температуре 250 ° С 20-25 минут.

Температура подачи не ниже 65° С.

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* форма изделий сохранена.

*Цвет:* мяса - серый.

*Вкус:* мяса, умеренно соленый.

*Запах:* мяса.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №12

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** кофейный напиток с молоком

**Номер рецептуры:** 379

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 6-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Кофейный напиток	5	5	5	5
Молоко	100	100	100	100
Вода	120	120	120	120
Сахар	20	20	20	20
Выход		200		200

### Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 6-11 лет			
3,58	2,68	28,34	151,80
дети с 12 лет и старше			
3,58	2,68	28,34	151,80

### Технология приготовления кофейного

При заваривании кофейный напиток кладут в соответствующую посуду, заливают кипятком, размешивают, доводят до кипения, кипятят 3-5 мин и дают отстояться в течение 5-8 мин. После этого готовый кофейный процеживают. Запрещается длительное кипячение кофейного напитка или многократное его подогревание. В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее молоко, сахар и доводят до кипения.

Температура подачи 75° С.

#### Требования к качеству

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку.

Консистенция: жидкая.

Цвет: светло коричневый.

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом кофейного напитка и кипяченого молока.

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 13

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** овощи натуральные соленые (или свежие)

**Номер рецептуры:** 70,71

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Помидоры соленые	127	70	12,7	7,0
Или огурцы соленые	127	70	12,7	7,0
Или помидоры свежие	71	70	7,1	7,0
Или огурцы свежие	71	70	7,1	7,0
Выход		70		7,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	0,64
Жиры (г):	0,08
Углеводы (г):	1,28
Эн. ценность (ккал)	10,4

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Помидоры соленые	182	100	18,2	10,0
Или огурцы соленые	182	100	18,2	10,0
Или помидоры свежие	102	100	10,2	10,0
Или огурцы свежие	102	100	10,2	10,0
Выход		100		10,0



## **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	0,8
Жиры (г):	0,1
Углеводы (г):	1,6
Эн. ценность (ккал)	13

### **Технология приготовления**

Соленые огурцы или помидоры промывают и удаляют место прикрепления плодоножки. Свежие огурцы и помидоры, промывают небольшими партиями. У огурцов отрезают стебель с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками непосредственно перед отпуском. У свежих помидоров вырезают место прикрепления. Нарезают или используют в целом виде.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* форма сохранена.

*Консистенция:* огурцов - упругая, хрустящая; помидоров – мягкая.

*Цвет:* огурцов – зеленый, помидоров - красный.

*Вкус:* соленых или свежих огурцов или помидоров.

*Запах:* соленых или свежих огурцов или помидоров, приятный.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) №14

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** борщ с мясом и со сметаной

**Номер рецептуры:** 82

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Говядина на кости 1 категории	50	37	5,0	3,7
Или говядина жилованная 1 категории	41	37	4,1	3,7
Или говядина тушеная (консервы)	37	37	3,7	3,7
Морковь				
До 1 января	8,8	7	0,88	0,7
С 1 января	9,3	7	0,93	0,7
Лук репчатый	5	4	0,5	0,4
Вода	250	250	25	25
Варка супа				
Свекла				
До 1 января	49	39	4,9	3,9
С 1 января	52	39	5,2	3,9
Капуста свежая	24	19	2,4	1,9
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	24	19	2,4	1,9
С 1-ноября-31 декабря	27	19	2,7	1,9
С 1 января-28-29 февраля	29	19	2,9	1,9
С 1 марта	32	19	3,2	1,9
Морковь				
До 1 января	15	12	1,5	1,2
С 1 января	16	12	1,6	1,2
Лук репчатый	12	9	1,2	0,9
Томатное пюре	4	4	0,4	0,4
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4

Сахар	3	3	0,3	0,3
Или борщевая консервированная заправка	40	38	4,0	3,8
Бульон или вода	192	192	19,2	19,2
Выход супа		240		24
Говядина отварная		22		2,2
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа с мясом и со сметаной		240/22/5 (267)		26,7

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	6,15
Жиры (г):	6,82
Углеводы (г):	9,33
Эн. ценность (ккал)	132

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Говядина на кости 1 категории	50	37	5,0	3,7
Или говядина жилованная 1 категории	41	37	4,1	3,7
Или говядина тушеная (консервы)	37	37	3,7	3,7
Морковь				
До 1 января	8,8	7	0,88	0,7
С 1 января	9,3	7	0,93	0,7
Лук репчатый	5	4	0,5	0,4
Вода	250	250	25	25
Варка супа				
Свекла				
До 1 января	49	39	4,9	3,9
С 1 января	52	39	5,2	3,9
Капуста свежая	24	19	2,4	1,9
Картофель				
С 1 сентября-31	24	19	2,4	1,9

октября				
С 1-ноября-31 декабря	27	19	2,7	1,9
С 1 января-28-29 февраля	29	19	2,9	1,9
С 1 марта	32	19	3,2	1,9
Морковь				
До 1 января	15	12	1,5	1,2
С 1 января	16	12	1,6	1,2
Лук репчатый	12	9	1,2	0,9
Томатное пюре	4	4	0,4	0,4
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Сахар	3	3	0,3	0,3
Или борщевая консервированная заправка	40	38	4,0	3,8
Бульон или вода	192	192	19,2	19,2
Выход супа		240		24
Говядина отварная		22		2,2
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа с мясом и со сметаной		240/22/5 (267)		26,7



## Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	6,15
Жиры (г):	6,82
Углеводы (г):	9,33
Эн. ценность (ккал)	132

### Технология приготовления

Говядину тушеную (консервы) можно использовать в виде исключения при отсутствии мяса для приготовления первых блюд. Банки с консервами обмывают, вытирают, вскрывают, содержимое выкладывают в суп за 10-15 минут до готовности супа.

Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куску на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, сметану и кипятят.

При приготовлении борща с консервированной заправкой: в кипящий бульон или воду кладут нашинкованный картофель и варят до полготовности (15-20 минут). Затем добавляют борщевую заправку, доводят до кипения и варят еще 10-12 минут при слабом кипении. За 5-10 мин до окончания варки добавляют сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75° С.

### Требования к качеству

*Внешний вид:* в жидкой части борща овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук - соломкой, картофель – брусочками).

*Консистенция:* свекла и овощи мягкие, капуста свежая – упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

*Цвет:* малиново – красный, жира на поверхности - оранжевый.

*Вкус:* кисло – сладкий, умеренно соленый.

*Запах:* свойственный овощам.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 15

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** котлеты или биточки из птицы

**Номер рецептуры:** 294

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)
--------------	---

сырья	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масса полуфабриката панированного		100*2		20,0
Масло растительное	14	14	1,4	1,4
Выход		75*2		75*2

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	25,38
Жиры (г):	23,06
Углеводы (г):	22,2
Эн. ценность (ккал)	424,5

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масса полуфабриката панированного		100*2		20,0
Масло растительное	14	14	1,4	1,4
Выход		75*2		75*2

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	25,38
Жиры (г):	23,06
Углеводы (г):	22,2
Эн. ценность (ккал)	424,5

#### Технология приготовления

Полуфабрикаты промышленного производства запекают в жарочном шкафу до готовности при температуре 250 °С 20-25 минут.

Температура подачи не ниже 65°С.

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* котлеты – овально-приплюснутой формы с одним заостренным концом или биточки - овально-приплюснутой формы.

*Консистенция:* мягкая, сочная.

*Цвет:* корочки - коричневый, на разрезе- серый.

*Вкус:* жареной птицы, умеренно соленый.

*Запах:* жареной птицы.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 16**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** соус красный основной

**Номер рецептуры:** 528

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, I часть, изд-во «Хлебпродинформ», г. Москва, 1996 г., под ред. В. Т. Лапиной

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Бульон или вода		50		5,0
Масло сливочное	1	1	0,1	0,1
Мука пшеничная	2,5	2,5	0,25	0,25
Томатное пюре	5	5	0,5	0,5
Морковь				
До 1 января	5	4	0,5	0,4
С 1 января	5,3	4	0,53	0,4
Лук репчатый	1,2	1	0,12	0,1
Сахар	0,8	0,8	0,08	0,08
Выход		50		5,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	0,73
Жиры (г):	4,23
Углеводы (г):	4,7
Эн. ценность (ккал)	54

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Бульон или вода		50		5,0
Масло сливочное	1	1	0,1	0,1
Мука пшеничная	2,5	2,5	0,25	0,25
Томатное пюре	5	5	0,5	0,5
Морковь				
До 1 января	5	4	0,5	0,4
С 1 января	5,3	4	0,53	0,4

Лук репчатый	1,2	1	0,12	0,1
Сахар	0,8	0,8	0,08	0,08
Выход		50		5,0

### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	0,73
Жиры (г):	4,23
Углеводы (г):	4,7
Эн. ценность (ккал)	54

### **Технология приготовления**

Нарезанные лук, морковь, петрушку пассеруют с жиром, добавляют томатное пюре и продолжают пассерование еще 10-15 мин.

Просеянную пшеничную муку пассеруют при температуре 150-160°C, периодически помешивая, в наплитной посуде или на противне в жарочном шкафу слоем не более 4 см до приобретения светло-коричневого цвета.

Охлажденную до 70-80° С мучную пассеровку разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и вводят в кипящий коричневый бульон, затем добавляют пассерованные с томатным пюре овощи и при слабом кипении варят 45-60 мин. В конце варки добавляют соль, сахар, перец черный горошком, лавровый лист. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* однородная не расслоившаяся масса.

*Консистенция:* вязкая, полужидкая, эластичная.

*Цвет:* светло-кремовый.

*Вкус:* умеренно соленый, овощей.



## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 17

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** макаронные изделия отварные с овощами

**Номер рецептуры:** 228

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Макаронные изделия	37	37	3,7	3,7
Масса отварных макаронных изделий		105		10,5
Масло сливочное	3	3	0,3	0,3
Морковь				
До 1 января	40	32	4,0	3,2
С 1 января	43	32	4,3	3,2
Лук репчатый	21	18	2,1	1,8
Томат-пюре	8	8	0,8	0,8
Масло сливочное для пассерования	5	5	0,5	0,5
Масса пассерованных овощей		45		4,5
Выход		150		15,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	4,99
Жиры (г):	6,14
Углеводы (г):	27,73
Эн. ценность (ккал)	178

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Макаронные изделия	53	53	5,3	5,3
Масса отварных макаронных изделий		150		15,0
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Морковь				
До 1 января	58	46	5,8	4,6

С 1 января	61	46	6,1	4,6
Лук репчатый	31	26	3,1	2,6
Томат-пюре	11	11	1,1	1,1
Масло сливочное для пассерования	6	6	0,6	0,6
Масса пассерованных овощей		65		6,5
Выход		215		21,5

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	7,09
Жиры (г):	7,78
Углеводы (г):	39,57
Эн. ценность (ккал)	247

**Технология приготовления**

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли) без последующей промывки. Макароны варят 20-30 мин, лапшу 20-25 мин, вермишель 10-12 мин без последующей промывки. Морковь шинкуют соломкой, лук репчатый шинкуют или нарезают полукольцами, затем ошпаривают. Овощи пассеруют на сливочном масле, затем добавляют томат-пюре и пассеруют еще 7-10 минут.

Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 23-4 см, заправляют растопленным и доеденным до кипения сливочным маслом, добавляют пассерованные овощи с томатным пюре, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 40-160°C 5 минут

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* макароны уложены горкой, сохранили форму, легко отделяются друг от друга. На тарелочку уложены вместе с овощами

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* овощей – оранжевый, на разрезе - белый.

*Вкус:* свойственный отварным макаронным изделиям с овощами, умеренно соленый.

*Запах:* отварных макаронных изделий в сочетании с овощами.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 18

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** компот из сухофруктов

**Номер рецептуры:** 283

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сухофрукты	23	23	2,3	2,3
Сахар-песок	15	15	1,5	1,5
Вода	190	190	19,0	19,0
Выход		200		20,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	0,51
Жиры (г):	0
Углеводы (г):	25,23
Эн. ценность (ккал)	106

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сухофрукты	30	30	3,0	3,0
Сахар-песок	15	15	1,5	1,5
Вода	190	190	19,0	19,0
Выход		200		20,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	0,66
Жиры (г):	0
Углеводы (г):	28,35
Эн. ценность (ккал)	117

### Технология приготовления

Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар и варят до готовности.

Температура подачи не выше 20° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* сухофрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

*Консистенция:* компота - жидкая, плодов - мягкая.

*Цвет:* коричневый.

*Вкус:* сладкий, с хорошо выраженным привкусом сухофруктов.

*Запах:* сухофруктов.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 19

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** молоко кипяченое

**Номер рецептуры:** 385

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 6-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Молоко	211	211	211	211
Масса молока кипяченого		200		200
Выход		200		200

### Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 6-11 лет			
5,6	6,4	9,4	116
дети с 12 лет и старше			
5,6	6,4	9,4	116

### Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Молоко кипятят в посуде, предназначенной для этих целей, а затем охлаждают и разливают в стаканы.

Температура подачи не выше 20° С.

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* молоко без пленки на поверхности.

*Консистенция:* жидкая.

*Цвет:* белый, с кремовым оттенком.

*Вкус:* характерный для кипяченого молока, сладковатый.

*Запах:* кипяченого молока, приятный.



## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 20

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** омлет натуральный

**Номер рецептуры:** 210

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 6-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Яйца	2 шт.	80	2 шт.	80
Молоко	54	54	54	54
Масса омлетной смеси		130		130
Масло сливочное	5	5	5	5
Масса готового омлета		127		127
Масло сливочное	3	3	3	3
Выход		130		130

### Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 6-11 лет			
10,97	15,34	3,07	192,4
дети с 12 лет и старше			
10,97	15,34	3,07	192,4

### Технология приготовления

Обработку яиц перед использованием проводят в следующем порядке: I – мытье в воде с температурой 40-45°C и добавлением 1-2 % раствора кальцинированной соды; II – замачивание в воде с температурой 40-45°C и добавлением хлорамина (0,5% раствор); III – ополаскивание проточной водой с температурой 40-45°C до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

Предварительно обработанные сырые яйца соединяют с молоком, солят, взбивают, процеживают, выливают на смазанный маслом противень слоем 2,5-3,0 см и готовят 8-10 минут при температуре жарочного шкафа 180-200° С. При отпуске поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

#### Требования к качеству

Внешний вид: поверхность омлета полита сливочным маслом.

Консистенция: пышная, сочная.

Цвет: желтый.

Вкус: свежих вареных яиц, молока и сливочного масла.

Запах: свежих вареных яиц, молока и сливочного масла.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 21

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** чай с сахаром и лимоном

**Номер рецептуры:** 376

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	50	50	5,0	5,0
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	15	15	1,5	1,5
Лимон свежий	8	7	0,8	0,7
Вода	128	128	12,8	12,8
Выход		200		20,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	0,06
Жиры (г):	0,01
Углеводы (г):	15,18
Эн. ценность (ккал)	59

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	54	54	5,4	5,4
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	15	15	1,5	1,5
Лимон свежий	8	7	0,8	0,7
Вода	128	128	12,8	12,8
Выход		200		20,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	0,06
Жиры (г):	0,01
Углеводы (г):	15,18
Эн. ценность (ккал)	59

### **Технология приготовления**

Предварительно промытый теплой водой лимон, ошпаривают кипятком в течение 1-2 мин.

Лимон нарезают тонкими кружочками и кладут в стакан приготовленного чая с сахаром, непосредственно перед отпуском.

Температура подачи не ниже 75° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* жидкость - золотисто-коричневого цвета, налита в стакан, где плавает кружочек лимона.

*Консистенция:* однородная, сочная.

*Цвет:* золотисто-желтоватый.

*Вкус:* сладкий, с привкусом лимона.

*Запах:* свойственный чаю и лимона.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 22

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** икра кабачковая (промышленного производства)

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Икра кабачковая	63	60	6,3	6,0
Выход		60		6,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	0,72
Жиры (г):	2,82
Углеводы (г):	4,62
Эн. ценность (ккал)	46,8

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Икра кабачковая	105	100	10,5	10
Выход		100		10,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	1,2
Жиры (г):	4,7
Углеводы (г):	7,7
Эн. ценность (ккал)	78

#### Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Икру промышленного производства порционируют непосредственно перед раздачей.

Температура подачи 14° С.

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* икра уложена горкой.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* оранжевый.

*Вкус:* кабачков.

*Запах:* кабачков.



## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 23

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** суп – уха (с рыбной консервой)

**Номер рецептуры:** 97

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Рыбная консерва	40	38	4,0	3,8
Крупа рисовая	8	8	0,8	0,8
Бульон или вода	163	163	16,3	16,3
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	80	60	8,0	6,0
С 1-ноября-31 декабря	86	60	8,6	6,0
С 1 января-28-29 февраля	92	60	9,2	6,0
С 1 марта	100	60	10,0	6,0
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Выход		250		25,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	7,52
Жиры (г):	3,77
Углеводы (г):	36,05
Эн. ценность (ккал)	135

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				

Рыбная консерва	40	38	4,0	3,8
Крупа рисовая	8	8	0,8	0,8
Бульон или вода	163	163	16,3	16,3
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	80	60	8,0	6,0
С 1-ноября-31 декабря	86	60	8,6	6,0
С 1 января-28-29 февраля	92	60	9,2	6,0
С 1 марта	100	60	10,0	6,0
Морковь				
До 1 января	12,5	10	1,25	1,0
С 1 января	13,3	10	1,33	1,0
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Выход		250		25,0

### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	7,52
Жиры (г):	3,77
Углеводы (г):	36,05
Эн. ценность (ккал)	135

#### **Технология приготовления**

В кипящую воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, добавляют картофель, нарезанный дольками или кубиками, доводят до кипения, добавляют морковь, лук, припущенные с добавлением масла и варят с добавлением соли при слабом кипении до готовности. За 3 мин до готовности добавляют лавровый лист.

При приготовлении супов с рыбными продуктами их кладут в прогретом виде в порционную посуду с супом перед отпуском.

Температура подачи не ниже 75° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* овощи сохранили форму нарезки, мягкие. Рыба проварена, мягкая, кусочки некрупные, не разварившаяся.

*Консистенция:* овощи мягкие, но не проварены, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

*Цвет:* супа – золотистый, жира на поверхности – светло - оранжевый.

*Вкус:* рыбы и овощей.

*Запах:* рыбы и овощей.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 24

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** котлеты, биточки, шницели

**Номер рецептуры:** 268

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масса полуфабриката промышленного производства		100*2		20,0
Масло растительное	14	14	0,7	0,7
Выход		80*2		8,0*2

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	24,18
Жиры (г):	20,58
Углеводы (г):	24,85
Эн. ценность (ккал)	380,8

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масса полуфабриката промышленного производства		100*2		20,0
Масло растительное	14	14	0,7	0,7
Выход		80*2		8,0*2

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	24,18
Жиры (г):	20,58
Углеводы (г):	24,85
Эн. ценность (ккал)	380,8

#### Технология приготовления

Полуфабрикаты промышленного производства запекают в жарочном шкафу до готовности при температуре 250 °С 20-25 минут.

Температура подачи не ниже 65°С.

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* соответствующая форма.

*Консистенция:* пышная, сочная, однородная.

*Цвет:* корочки - коричневый, на разрезе – светло-серый.  
*Вкус и запах:* жареного мяса, умеренно соленый.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 25

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** каша гречневая рассыпчатая

**Номер рецептуры:** 302

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа гречневая	69	69	6,9	69
Масса каши		145		14,5
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Выход с маслом		150		15,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	7,43
Жиры (г):	6,11
Углеводы (г):	36,55
Эн. ценность (ккал)	233,33

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа гречневая	82	82	8,2	8,2
Масса каши		174		17,4
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Выход с маслом		180		18,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	8,92
Жиры (г):	7,33
Углеводы (г):	43,86
Эн. ценность (ккал)	280

### Технология приготовления

Подготовленную крупу всыпают в подсоленную кипящую жидкость. Всплывшие пустотелые зерна удаляют. Кашу варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, перемешивание прекращают, закрывают котел крышкой и дают каше упреть около 2,5 ч. За это время она приобретает своеобразный, приятный запах и цвет. При отпуске горячую рассыпчатую кашу



кладут на тарелку и поливают растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* зерна крупы полностью набухшие, мягкие, сохраняют форму и упругость. Зерна крупы разделяются. Каша полита маслом.

*Консистенция:* однородная, крупинки плотные, рассыпчатая.

*Цвет:* свойственный данному виду крупы.

*Вкус:* свойственный данному виду крупы (без привкусов прогорклости и затхлости) и др. компонентов соответствии с рецептурой.

*Запах:* свойственный данному виду крупы.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 26

Наименование кулинарного изделия (блюда): рис отварной

Номер рецептуры: 224

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	54	54	5,4	5,4
Вода	324	324	32,4	32,4
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Выход		150		15,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	3,69
Жиры (г):	5,48
Углеводы (г):	30,04
Эн. ценность (ккал)	209

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	65	65	6,5	6,5
Вода	390	390	39,0	39,0
Масло сливочное	8	8	0,8	0,8
Выход		180		18,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	4,43
Жиры (г):	6,31
Углеводы (г):	36,15
Эн. ценность (ккал)	249

### Технология приготовления

Рис варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6) без последующей промывки готовый отварной рис при отпуске поливают растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи не ниже 65° С.

### Требования к качеству

*Внешний вид:* зерна крупы целые, хорошо набухшие, легко разделяются.

*Консистенция:* рассыпчатая, мягкая, однородная.

*Цвет:* от белого до кремового.

*Вкус:* отварного риса.

*Запах:* отварного риса.

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

27

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** компот из свежих плодов (яблок)

**Номер рецептуры:** 507

**Наименование сборника рецептов:** \_Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 6-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Яблоки свежие	45,4	40	45,4	40
Сахар	15	15	15	15
Вода	172	172	172	172
Выход		200		200

## Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 6-11 лет			
0,16	0,16	18,89	79,00
дети с 12 лет и старше			
0,16	0,16	18,89	79,00

## Технология приготовления

Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Варят при слабом кипении более 5-6 минут.

Для сахарного сиропа: в горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают.

Готовый компот охлаждают, разливают в стаканы.

Температура подачи не выше 20° С.

## Требования к качеству

Внешний вид: фрукты сохранили форму, жидкая часть прозрачная.

Консистенция: компота - жидкая, плодов - мягкая.

Цвет: коричневый.

Вкус: сладкий, с хорошо выраженным привкусом яблок.

Запах: яблок.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 28

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** каша жидкая молочная рисовая

**Номер рецептуры:** 182

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	30	30	3,0	3,0
Вода	20	20	2,0	2,0
Молоко	150	150	15,0	15,0
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масса каши		193		19,3
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Выход с маслом		200		20,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	6,27
Жиры (г):	10,87
Углеводы (г):	33,83
Эн. ценность (ккал)	258

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа рисовая	30	30	3,0	3,0
Вода	20	20	2,0	2,0
Молоко	150	150	15,0	15,0
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масса каши		193		19,3
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Выход с маслом		200		20,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	6,27
------------	------

Жиры (г):	10,87
Углеводы (г):	33,83
Эн. ценность (ккал)	258

### **Технология приготовления**

В кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая 20 мин. После этого добавляют горячее молоко, соль, сахар и продолжают варку до готовности. Горячую кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи не ниже 65° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* зерна крупы набухшие, полностью разварившиеся, каша заправлена сливочным маслом.

*Консистенция:* однородная, вязкая, зерна - мягкие.

*Цвет:* свойственный виду каши.

*Вкус:* умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

*Запах:* свойственный виду каши в сочетании с молоком и маслом.



**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 29****Наименование кулинарного изделия (блюда):** чай с сахаром**Номер рецептуры:** 376**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	50	50	5,0	5,0
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	15	15	1,5	1,5
Вода	135	135	13,5	13,5
Выход с сахаром		200		20,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	0
Жиры (г):	0
Углеводы (г):	14,97
Эн. ценность (ккал)	57

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Чай высшего или 1-го сорта	0,5	0,5	0,05	0,05
Вода	54	54	5,4	5,4
Чай-заварка		50		5,0
Сахар	15	15	1,5	1,5
Вода	135	135	13,5	13,5
Выход с сахаром		200		20,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	0
Жиры (г):	0
Углеводы (г):	14,97

Эн. ценность (ккал)	57
------------------------	----

### **Технология приготовления**

В стакан или чашку заливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан или чашку или подают отдельно.

Температура подачи не ниже 75° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* жидкость – золотисто - коричневого цвета, налита в стакан.

*Консистенция:* жидкая.

*Цвет:* золотисто-коричневый

*Вкус:* сладкий, чуть терпкий.

*Запах:* свойственный чаю.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 30

Наименование кулинарного изделия (блюда): батон с маслом

Номер рецептуры: 1

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Батон	35	35	3,5	3,5
Выход		35/4		

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	2,69
Жиры (г):	3,14
Углеводы (г):	17,27
Эн. ценность (ккал)	108

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масло сливочное	5	5	0,5	0,5
Батон	40	40	4,0	4,0
Выход		40/5		

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	3,08
Жиры (г):	3,89
Углеводы (г):	19,74
Эн. ценность (ккал)	126

#### Технология приготовления

Батон сверху намазывают маслом.

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* ровные ломтики батона, намазанные маслом.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* батона, масла.

*Вкус:* батона, масла.

*Запах:* масла в сочетании со свежим батоном.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 31

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** яйцо отварное

**Номер рецептуры:** 209

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца (в шт.)	1 шт.	40	100 шт.	4
Выход		1 шт.		100 шт.

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	5,1
Жиры (г):	4,6
Углеводы (г):	0,3
Эн. ценность (ккал)	63

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Яйца (в шт.)	1 шт.	40	100 шт.	4
Выход		1 шт.		100 шт.

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	5,1
Жиры (г):	4,6
Углеводы (г):	0,3
Эн. ценность (ккал)	63

### Технология приготовления

Яйца предварительно обрабатывают.

Обработку яиц перед использованием проводят в следующем порядке: I – мытье в воде с температурой 40-45°C и добавлением 1-2 % растворе кальцинированной соды; II – замачивание в воде с температурой 40-45°C и добавлением хлорамина (0,5% раствор); III – ополаскивание проточной водой с температурой 40-45°C до удаления остатков дезинфицирующего средства, с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду. Обработанные яйца хранению не подлежат.

Яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50 г. соли на 10 яиц) и варят вкрутую 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:* слабовыраженный сероводорода.



### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 32

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** кукуруза консервированная отварная

**Номер рецептуры:** 133

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Кукуруза консервированная	100	1010	10,0	10,0
Масса отварной кукурузы (без жидкой части)		60		60,0
Выход		60		60,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	1,32
Жиры (г):	0,24
Углеводы (г):	6,72
Эн. ценность (ккал)	34,80

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Кукуруза консервированная	168	168	16,8	16,8
Масса отварной кукурузы (без жидкой части)		100		10,0
Выход		100		10,0

## Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	2,2
Жиры (г):	0,4
Углеводы (г):	11,2
Эн. ценность (ккал)	58

### **Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Кукурузу консервированную кипятят в собственном соку с момента закипания в течение 5 минут. Охлаждают, отвар сливают и порционируют.

Температура подачи не выше 14° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* форма сохранена.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* желтый.

*Вкус:* отварной кукурузы.

*Запах:* кукурузы.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 33

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** суп картофельный с мясными фрикадельками

**Номер рецептуры:** 104,105

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	122	92	12,2	9,2
С 1-ноября-31 декабря	132	92	13,2	9,2
С 1 января-28-29 февраля	142	92	14,2	9,2
С 1 марта	154	92	15,4	9,2
Морковь				
До 1 января	11	9	1,1	0,9
С 1 января	12	9	1,2	0,9
Лук репчатый	11	9	1,1	0,9
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Бульон или вода	161	161	16,1	16,1
Выход		230		23
Масса полуфабриката промышленного производства		40		4
Фрикадельки мясные готовые		20		2
Выход с мясными фрикадельками		250		25

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	6,15
Жиры (г):	5,96
Углеводы (г):	14,09
Эн. ценность (ккал)	153

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	122	92	12,2	9,2
С 1-ноября-31 декабря	132	92	13,2	9,2
С 1 января-28-29 февраля	142	92	14,2	9,2
С 1 марта	154	92	15,4	9,2
Морковь				
До 1 января	11	9	1,1	0,9
С 1 января	12	9	1,2	0,9
Лук репчатый	11	9	1,1	0,9
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Бульон или вода	161	161	16,1	16,1
Выход		230		23
Масса полуфабриката промышленного производства		40		4
Фрикадельки мясные готовые		20		2
Выход с мясными фрикадельками		250		25

#### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	6,15
Жиры (г):	5,96
Углеводы (г):	14,09
Эн. ценность (ккал)	153

#### **Технология приготовления**

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассерованное томатное пюре, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре.

Температура подачи не ниже 75° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* в жидкой части супа картофель и овощи, нарезанные кубиками, сохранившие форму нарезки (не разрезаны и не помяты). Фрикадельки одинакового размера

*Консистенция:* картофель и овощи мягкие; фрикадельки упругие, сочные, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

*Цвет:* супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый.

*Вкус:* умеренно соленый, картофеля и пассерованных овощей.

*Запах:* мясных экстрактивных веществ, пассерованных овощей и картофеля.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 34

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** мясные фрикадельки

**Номер рецептуры:** 105

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масса полуфабриката промышленного производства		40		4
Фрикадельки мясные готовые		20		2

### Технология приготовления

Фрикадельки промышленного производства припускают в бульоне до готовности.

Хранят фрикадельки на мармите в бульоне.

### Требования к качеству

*Внешний вид:* изделия в форме шариков одинакового размера.

*Консистенция:* мягкая, нежная.

*Цвет:* фрикаделек – серый.

*Вкус:* свойственный свежеприготовленному изделию из котлетной массы.

*Запах:* соответствующий изделию из котлетной массы.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 35

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** котлеты или биточки рыбные

**Номер рецептуры:** 234

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников» /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масса полуфабриката промышленного производства		100*2		20,0
Масло растительное	12	12	1,2	1,2
Выход		85*2		85*2

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	23,73
Жиры (г):	11,31
Углеводы (г):	96,61
Эн. ценность (ккал)	278,8

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масса полуфабриката промышленного производства		100*2		20,0
Масло растительное	12	12	1,2	1,2
Выход		85*2		85*2

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	23,73
Жиры (г):	11,31
Углеводы (г):	96,61
Эн. ценность (ккал)	278,8

#### **Технология приготовления**

Полуфабрикаты промышленного производства запекают в жарочном шкафу до готовности при температуре 250 °С 20-25 минут.

Температура подачи не ниже 75°С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* котлеты - овально-приплюснутой формы с заостренным концом или биточки - овально-приплюснутой формы.



*Консистенция:* сочная, рыхлая, однородная.

*Цвет:* корочки - золотистый, на разрезе - светло-серый.

*Вкус:* жареной рыбной котлетной массы, умеренно соленый.

*Запах:* приятный, рыбы.

### Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 36

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** соус сметанный с луком

**Номер рецептуры:** 330, 332

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сметана	12	12	1,2	1,2
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Вода или отвар	35	35	3,5	3,5
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	1	1	0,1	0,1
Выход		50		5,0

#### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	0,7
Жиры (г):	2,19
Углеводы (г):	3,15
Эн. ценность (ккал)	33

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сметана	12	12	1,2	1,2
Мука пшеничная	3	3	0,3	0,3
Вода или отвар	35	35	3,5	3,5
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Масло сливочное	1	1	0,1	0,1
Выход		50		5,0

## Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	0,7
Жиры (г):	2,19
Углеводы (г):	3,15
Эн. ценность (ккал)	33

### **Технология приготовления**

Для белого соуса пассеруют муку при непрерывном помешивании до образования светло-кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70° С выливают ¼ часть горячей воды или отвара и вымешивают.

Для приготовления соуса сметанного с луком: лук репчатый шинкуют, пассеруют до готовности, не изменяя цвета, кладут в готовый соус сметанный и доводят до готовности.

Температура подачи не ниже 75° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* однородная не расслоившаяся масса с луком.

*Консистенция:* вязкая, полужидкая, эластичная.

*Цвет:* светло-кремовый.

*Вкус:* умеренно соленый, свежей сметаны и пассерованного лука.

*Запах:* свежей сметаны и пассерованного лука.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 37

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** рагу овощное

**Номер рецептуры:** 143

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	77	58	7,7	5,8
С 1-ноября-31 декабря	83	58	8,3	5,8
С 1 января-28-29 февраля	89	58	8,9	5,8
С 1 марта	97	58	9,7	5,8
Морковь				
До 1 января	36	29	3,6	2,9
С 1 января	39	29	3,9	2,9
Лук репчатый	19	16	1,9	1,6
Капуста свежая белокочанная	95	76	9,5	7,6
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Вода		45		4,5
Лавровый лист	0,0144	0,0144	0,00144	0,00144
Масса рагу		180		18,0
Выход		180		18,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	3,0
Жиры (г):	4,92
Углеводы (г):	15,12
Эн. ценность (ккал)	119

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Картофель				

С 1 сентября-31 октября	77	58	7,7	5,8
С 1-ноября-31 декабря	83	58	8,3	5,8
С 1 января-28-29 февраля	89	58	8,9	5,8
С 1 марта	97	58	9,7	5,8
Морковь				
До 1 января	36	29	3,6	2,9
С 1 января	39	29	3,9	2,9
Лук репчатый	19	16	1,9	1,6
Капуста свежая белокочанная	95	76	9,5	7,6
Масло сливочное	6	6	0,6	0,6
Вода		45		4,5
Лавровый лист	0,0144	0,0144	0,00144	0,00144
Масса рагу		180		18,0
Выход		180		18,0

### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	3,0
Жиры (г):	4,92
Углеводы (г):	15,12
Эн. ценность (ккал)	119

#### **Технология приготовления**

Нарезанные дольками или кубиками картофель и коренья слегка пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют и тушат 10- 15 минут. После этого добавляют белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20 минут. За 5-10 минут до готовности кладут лавровый лист.

Температура подачи не ниже 65° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* овощи и картофель нарезаны кубиками или дольками, овощи сохранили первоначальную форму нарезки.

*Консистенция:* сочная, мягкая, плотная.

*Цвет:* светло - оранжевый.

*Вкус:* умеренно соленый, овощей.

*Запах:* овощей, не допускается запах подгорелых овощей.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 38****Наименование кулинарного изделия (блюда):** капуста тушеная с куриным филе**Номер рецептуры:**423, 404**Наименование сборника рецептур:**\_\_Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации, под общ. ред. проф. А. Я. Первалова, Уральский региональный центр питания, 2013 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 6-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Филе куриное охлажденное	70	68	70	68
Масса отварного куриного филе		50		50
Капуста свежая	199	159	199	159
Масло сливочное	7	7	7	7
Томатное пюре	12	12	12	12
Или томатная паста	4,8	4,8	4,8	4,8
Морковь				
До 1 января	11	9	11	9
С 1 января	12	9	12	9
Лук репчатый	11	9	11	9
Мука пшеничная	1,7	1,7	1,7	1,7
Сахар	4	4	4	4
Выход капусты тушеной		150		150
Выход капусты тушеной мясом говядины		200		200

## Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 6-11 лет			
11,89	10,69	11,96	204
дети с 12 лет и старше			
11,89	10,69	11,96	204

### Технология приготовления

При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), добавляют растопленное сливочное масло и тушат до полуготовности при помешивании. Затем добавляют пассерованные, нарезанные соломкой морковь, репчатый лук, предварительно бланшированный, томатно пюре (пасту) и тушат до готовности 40-45 минут. За 10 минут до конца тушения капусту заправляют солью, сахаром, подсушенной мукой, растертой со сливочным маслом и разведенной в небольшом количестве воды.

Филе куриное отваривают. Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куска на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Капусту тушеную отпускают с куриным филе.

Температура подачи не ниже 65° С.

### Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами с мясом птицы.

Консистенция: сочная, слабо хрустящая.

Цвет: светло-коричневый.

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый.

Запах: тушеной капусты с ароматом томата, овощей и мяса птицы.



## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 39

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** птица отварная или тушеная

**Номер рецептуры:** 288

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М. П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Масса			
	(дети с 6-11 лет)		(дети с 12 лет и старше)	
	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
Цыплята-бройлеры потрошенные охлажденные	166	144	166	144
Или филе куриное охлажденное	140	136	140	136
Лук репчатый	5	4	5	4
Морковь				
До 1 января	2,5	2	2,5	2
С 1 января	2,7	2	2,7	2
Выход		100		100

### Химический состав на 1 порцию

Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн.ценность, ккал
дети с 6-11 лет			
21,10	13,60	0,00	211,00
дети с 12 лет и старше			
21,10	13,60	0,00	211,00

### Технология приготовления

Подготовленные тушки птицы кладут в горячую воду (2-2,5 л на 1 кг. продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют соль, морковь, лук и варят до готовности при слабом кипении в закрытой посуде. Сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порцию.

Хранят в бульоне на мармите в закрытой посуде, предварительно прокипятив.

Также птицу можно тушить. Порционные кусочки цыплят кладут в посуду, добавляют горячую воду и тушат до готовности, за 10-15 минут до готовности добавляют пассерованные морковь и лук репчатый.

Температура подачи не ниже 65° С.

### Требования к качеству

Внешний вид: порционные кусочки птицы.

Консистенция: мягкая, сочная.

Цвет: серый - ножки, белый - филе.

Вкус: умеренно соленый, отварной или тушеной птицы.

Запах: отварной или тушеной птицы.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 40

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** какао с молоком

**Номер рецептуры:** 269, 270

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Какао	5	5	0,5	0,5
Молоко	150	150	15,0	15,0
Вода	65	65	6,5	6,5
Сахар	15	15	1,5	1,5
Выход		200		20,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	5,56
Жиры (г):	5,55
Углеводы (г):	22,53
Эн. ценность (ккал)	164

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Какао	5	5	0,5	0,5
Молоко	130	130	13,0	13,0
Вода	80	80	8,0	8,0
Сахар	20	20	2,0	2,0
Выход		200		20,0

## Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	4,98
Жиры (г):	4,91
Углеводы (г):	26,58
Эн. ценность (ккал)	172

### **Технология приготовления**

Какао кладут в посуду, смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают до однородной массы, затем вливают при постоянном помешивании кипяченое горячее молоко и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 75° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан.

*Консистенция:* жидкая.

*Цвет:* светло-шоколадный.

*Вкус:* сладкий, с привкусом какао и молока.

*Запах:* свойственный какао.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 41

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** сельдь с луком репчатым и зеленым горошком

**Номер рецептуры:** 76

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сельдь соленая	52	25	5,2	2,5
Лук репчатый	10	8	1,0	0,8
Зеленый горошек	31	31	3,1	3,1
Масса отварного зеленого горошка (без жидкой части)		20		2,0
Масло растительное	8	8	0,8	0,8
Выход		60		6,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	,98
Жиры (г):	10,17
Углеводы (г):	1,96
Эн. ценность (ккал)	119

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Сельдь соленая	179	86	17,9	8,6
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Зеленый горошек	39	39	3,9	3,9
Масса отварного зеленого горошка (без жидкой части)		25		2,5
Масло растительное	10	10	1,0	1,0
Выход		130		13,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	15,53
Жиры (г):	17,37
Углеводы (г):	2,44
Эн. ценность (ккал)	229

### **Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Филе сельди (мякоть) нарезают тонкими кусочками, добавляют предварительно бланшированный репчатый лук, кипяченный в собственном соку зеленый горошек (зеленый горошек кипятят с момента закипания в течении 5 минут) и заправляют растительным маслом.

Температура подачи не выше 14° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* салат уложен горкой, заправлен маслом растительным.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* соответствующих продуктов.

*Вкус и запах:* сельди соленой в сочетании с зеленым горошком и луком репчатым.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 42**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** щи с мясом и со сметаной

**Номер рецептуры:** 88

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
<b>Варка бульона</b>				
Говядина на кости 1 категории	50	37	5,0	3,7
Или говядина жилованная 1 категории	41	37	4,1	3,7
Или говядина тушеная (консервы)	37	37	3,7	3,7
Морковь				
До 1 января	8,8	7	0,88	0,7
С 1 января	9,3	7	0,93	0,7
Лук репчатый	5	4	0,5	0,4
Вода	250	250	25	25
<b>Варка супа</b>				
Капуста белокочанная свежая	63	50	6,3	5,0
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	40	30	4,0	3,0
С 1-ноября-31 декабря	43	30	4,3	3,0
С 1 января-28-29 февраля	46	30	4,6	3,0
С 1 марта	50	30	5,0	3,0
Морковь				
До 1 января	16	13	1,6	1,3
С 1 января	17	13	1,7	1,3
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Или заправка консервированная для щей	40	38	4,0	3,8

Бульон или вода	200	200	20	20
Выход супа		240		24,0
Говядина отварная		122		2,2
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа с мясом и со сметаной		240/22/5 (267)		26,7

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	6,36
Жиры (г):	9,72
Углеводы (г):	8,33
Эн. ценность (ккал)	151

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Варка бульона				
Говядина на кости 1 категории	50	37	5,0	3,7
Или говядина жилованная 1 категории	41	37	4,1	3,7
Или говядина тушеная (консервы)	37	37	3,7	3,7
Морковь				
До 1 января	8,8	7	0,88	0,7
С 1 января	9,3	7	0,93	0,7
Лук репчатый	5	4	0,5	0,4
Вода	250	250	25	25
Варка супа				
Капуста белокочанная свежая	63	50	6,3	5,0
Картофель				
С 1 сентября-31 октября	40	30	4,0	3,0
С 1-ноября-31 декабря	43	30	4,3	3,0
С 1 января-28-29 февраля	46	30	4,6	3,0



С 1 марта	50	30	5,0	3,0
Морковь				
До 1 января	16	13	1,6	1,3
С 1 января	17	13	1,7	1,3
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Томатное пюре	3	3	0,3	0,3
Масло сливочное	4	4	0,4	0,4
Или заправка консервированная для щей	40	38	4,0	3,8
Бульон или вода	200	200	20	20
Выход супа		240		24,0
Говядина отварная		122		2,2
Сметана	5	5	0,5	0,5
Выход супа с мясом и со сметаной		240/22/5 (267)		26,7

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	4,55
Жиры (г):	8,54
Углеводы (г):	8,33
Эн. ценность (ккал)	133

## **Технология приготовления**

Говядину тушеную (консервы) можно использовать в виде исключения при отсутствии мяса для приготовления первых блюд. Банки с консервами обмывают, вытирают, вскрывают, содержимое выкладывают в суп за 10-15 минут до готовности супа.

**Варка бульона:** подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. За 30-40 мин до окончания варки в бульон добавляют петрушку (корень), лук репчатый и морковь, соль. Готовый бульон процеживают. Готовность мяса определяют поварской иглой. В сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куса на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичному кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч.

Капусту нарезают шашками, картофель - дольками.

В кипящий бульон или воду закладывают капусту, доводят до кипения, затем кладут картофель, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют пассерованное томатное пюре, затем сметану и кипятят. При приготовлении щей из ранней капусты, ее закладывают после картофеля.

При приготовлении щей из консервированной заправки: в кипящий бульон или воду кладут нашинкованный картофель и варят до полготовности (15-20 минут). Затем добавляют консервированную заправку для щей, доводят до кипения и варят еще 10-12 минут при слабом кипении. За 5-10 мин до окончания варки добавляют сметану и кипятят.

Отпускают суп с мясом.

Температура подачи не ниже 75° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* в жидкой части щей - капуста, нарезанная шашками, морковь, лук, картофель - дольками.

*Консистенция:* капуста упругая, овощи мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

*Цвет:* желтый, жира на поверхности - оранжевый; овощей - натуральный.

*Вкус:* капусты в сочетании с входящими в состав овощами, умеренно соленый.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 43

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** капуста тушеная

**Номер рецептуры:** 139

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников/Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста свежая	214	171	21,4	17,1
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Томатное пюре	6	6	0,6	0,6
Морковь				
До 1 января	5	4	0,5	0,4
С 1 января	5,3	4	0,53	0,4
Лук репчатый	7	6	0,7	0,6
Лавровый лист	0,012	0,012	0,0012	0,0012
Мука пшеничная	1	1	0,1	0,1
Сахар	0,7	0,7	0,07	0,07
Выход		150		15,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	8,13
Жиры (г):	10,31
Углеводы (г):	13,0
Эн. ценность (ккал)	185

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Капуста свежая	256	205	25,6	20,5
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Томатное пюре	7	7	0,7	0,7
Морковь				
До 1 января	6	5	0,6	0,5
С 1 января	7	5	0,7	0,5
Лук репчатый	8	7	0,8	0,7

Лавровый лист	0,0144	0,0144	0,00144	0,00144
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Сахар	0,8	0,8	0,08	0,08
Выход		180		18,0

### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	9,76
Жиры (г):	12,38
Углеводы (г):	15,6
Эн. ценность (ккал)	222

#### **Технология приготовления**

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду (20-30% к массе сырой капусты), пассерованное томатное пюре и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин. При отпуске можно посыпать мелко нарубленной зеленью.

Температура подачи не ниже 65° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* смесь тушеной капусты с овощами. Капуста, лук, морковь в виде соломки.

*Консистенция:* сочная, слабо хрустящая.

*Цвет:* светло-коричневый.

*Вкус:* кисло-сладкий, умеренно соленый.

*Запах:* тушеной капусты с ароматом томата, овощей.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 44****Наименование кулинарного изделия (блюда): суп молочный с крупой****Номер рецептуры: 121****Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	190	190	19,0	19,0
Вода	20	20	2,0	2,0
Крупа рисовая	12	12	1,2	1,2
Или манная, кукурузная, хлопья «Геркулес»	12	12	1,2	1,2
Крупа ячневая, гречневая, перловая, пшено	16	16	1,6	1,6
Масло сливочное	1,6	1,6	0,16	0,16
Сахар	2	2	0,2	0,2
Выход		200		20,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	6,17
Жиры (г):	7,52
Углеводы (г):	19,51
Эн. ценность (ккал)	170

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Молоко	190	190	19,0	19,0
Вода	20	20	2,0	2,0
Крупа рисовая	12	12	1,2	1,2
Или манная, кукурузная, хлопья «Геркулес»	12	12	1,2	1,2
Крупа ячневая, гречневая, перловая, пшено	16	16	1,6	1,6
Масло сливочное	1,6	1,6	0,16	0,16

Сахар	2	2	0,2	0,2
Выход		200		20,0

### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	6,17
Жиры (г):	7,52
Углеводы (г):	19,51
Эн. ценность (ккал)	170

#### **Технология приготовления**

Рисовую, кукурузную, гречневую, ячневую, перловую крупы, пшено, хлопья «Герклес» варят в подсоленной воде до полуготовности 10-15 минут. Затем добавляют горячее молоко, кладут соль, сахар и варят до готовности

Кукурузную, перловую крупы можно варить в воде до готовности, затем сливают воду и закладывают крупу в смесь молока и воды, доводят до кипения, кладут соль, сахар.

Манную крупу предварительно просеивают, всыпают тонкой струйкой в кипящую смесь молока и воды, кладут соль, сахар и варят 5-7 минут до готовности.

При отпуске суп заправляют масло сливочное растопленное и доведенное до кипения.

Температура подачи не ниже 65° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* в жидкой части супа крупа разваренная, на поверхности масло сливочное.

*Консистенция:* с меру вязкая, крупа мягкая, набухшая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части.

*Цвет:* белый с кремовым оттенком.

*Вкус:* сладковатый, слабосоленый, с привкусом сливочного масла.

*Запах:* кипяченого молока; выражен аромат свежего молока.

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 45****Наименование кулинарного изделия (блюда):** фасоль консервированная отварная**Номер рецептуры:** 132**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Фасоль консервированная	100	100	10,0	10,0
Масса фасоли консервированной (без жидкой части)		60		6,0
Выход		60		6,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	2,1
Жиры (г):	0,12
Углеводы (г):	4,5
Эн. ценность (ккал)	34,80

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Фасоль консервированная	168	168	16,8	16,8
Масса фасоли консервированной (без жидкой части)		100		10,0
Выход		100		10,0

## Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	4
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	7,5
Эн. ценность (ккал)	58

### **Технология приготовления**

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Фасоль консервированную кипятят в собственном соку с момента закипания в течение 5 минут. Охлаждают, отвар сливают и порционируют.

Температура подачи не выше 14° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* форма сохранена.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* белый - белой фасоли, красный - красной фасоли.

*Вкус:* отварной фасоли.

*Запах:* фасоли.



## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 46

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** консервы овощные закусочные порциями (морская капуста)

**Номер рецептуры:** 101

**Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделия для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общ. ред. В.Т. Лапшиной, издательство «Хлебпродинформ», Москва, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морская капуста	64	60	6,4	6,0
Выход		60		6,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	0,54
Жиры (г):	0,12
Углеводы (г):	1,80
Эн. ценность (ккал)	14,94

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Морская капуста	106	100	10,6	10,0
Выход		100		10,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	0,9
Жиры (г):	0,2
Углеводы (г):	3
Эн. ценность (ккал)	24,9

#### Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Морскую капусту (промышленного производства) порционируют непосредственно перед раздачей.

Температура подачи не выше 14° С.

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* форма сохранена.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* зеленый.

*Вкус:* солоноватый, морской капусты.

*Запах:* морской капусты.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 47

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** плов из отварной птицы

**Номер рецептуры:** 211

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Куриное филе	42	41	4,2	4,1
Масса отварного куриного филе		30		3,0
Масло растительное	12	12	1,2	1,2
Лук репчатый	14	12	1,4	1,2
Морковь				
До 1 января	14	11	1,4	1,1
С 1 января	15	11	1,5	1,1
Крупа рисовая	53	53	5,3	5,3
Бульон для риса	111	111	11,1	11,1
Масса готового риса с овощами		150		15,0
<b>Выход</b>		<b>180</b>		<b>18,0</b>

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	9,94
Жиры (г):	16,46
Углеводы (г):	36,04
Эн. ценность (ккал)	331

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Куриное филе	84	82	8,4	8,2
Масса отварного куриного филе Масса отварной мякоти птицы		60		6,0
Масло растительное	14	14	1,4	1,4
Лук репчатый	17	14	1,7	1,4
Морковь				

До 1 января	16	13	1,6	1,3
С 1 января	17	13	1,7	1,3
Крупа рисовая	60	60	6,0	6,0
Бульон для риса	126	126	12,6	12,6
Масса готового риса с овощами		170		17,0
Выход		230		23,0

### **Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	16,54
Жиры (г):	22,56
Углеводы (г):	40,88
Эн. ценность (ккал)	432

#### **Технология приготовления**

Куриное филе отваривают целиком, нарезают кубиками, заливают бульоном и кипятят 3-5 минут. Оставляют в бульоне.

Морковь нарезают кубиками, припускают с маслом, добавляют бланшированный репчатый лук, бульон по рецептуре, соль и доводят до кипения. Всыпают подготовленную рисовую крупу и варят до загустения. Посуду плотно закрывают крышкой и плов доводят до готовности при умеренном нагреве в течение 35-40 минут (на водяной бане).

При отпуске плов укладывают на тарелочку горкой, так чтобы сверху было куриное филе.

Температура подачи не ниже 65° С.

#### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* плов уложен горкой вместе с куриным филе.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* натуральный, соответствует ингредиентам, входящим в блюдо.

*Вкус:* отварной птицы, риса и овощей, солоноватый.

*Запах:* отварной птицы, риса и овощей.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 48

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** консервы овощные закусочные порциями (томаты в собственном соку)

**Номер рецептуры:** 101

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделия для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общ. ред. В.Т. Лапшиной, издательство «Хлебпродинформ», Москва, 2004 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Томаты в собственном соку	64	60	6,4	6,0
Выход		60		6,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	0,47
Жиры (г):	0,08
Углеводы (г):	2,40
Эн. ценность (ккал)	10,2

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Томаты в собственном соку	106	100	10,6	10,0
Выход		100		10,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)

Белки (г):	0,78
Жиры (г):	0,13
Углеводы (г):	4
Эн. ценность (ккал)	17

### Технология приготовления

Индивидуальную упаковку консервированных продуктов промывают проточной водой и протирают ветошью.

Томаты в собственном соку (промышленного производства) порционируют непосредственно перед раздачей

Температура подачи не выше 14° С.

### **Требования к качеству**

*Внешний вид:* форма сохранена.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* красный.

*Вкус:* солоноватый, томатов в собственном соку.

*Запах:* томатов в собственном соку.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 49

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** рыба, тушенная в сметанном соусе

**Номер рецептуры:** 171,263

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью:				
Рыба-филе	64	61	6,4	6,1
Или горбуша потрошенная без головы	78	61	7,8	6,1
Или минтай потрошенный без головы	94	61	9,4	6,1
Лук репчатый	12	10	1,2	1,0
Морковь				
До 1 января	21	17	2,1	1,7
С 1 января	23	17	2,3	1,7
Масло растительное	4	4	0,4	0,4
Соус сметанный		29		2,9
Мука пшеничная	1	1	0,1	0,1
Масло сливочное	1	1	0,1	0,1
Вода	16	16	1,6	1,6
Масса соуса		15		1,5
Сметана	15	15	1,5	1,5
Масса тушеной рыбы		50		5,0
Масса готовой рыбы с овощами и соусом		100		10,0
Выход		100		10,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	16,04
Жиры (г):	8,65
Углеводы (г):	49,47
Эн. ценность (ккал)	161

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Из филе, выпускаемого промышленностью:				
Рыба-филе	76	73	7,6	7,3
Или горбуша потрошенная без головы	93	73	9,3	7,3
Или минтай потрошенный без головы	112	73	11,2	7,3
Лук репчатый	14	12	1,4	1,2
Морковь				
До 1 января	25	20	2,5	2,0
С 1 января	27	20	2,7	2,0
Масло растительное	5	5	0,5	0,5
Соус сметанный		35		3,5
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Вода	19	19	1,9	1,9
Масса соуса		18		1,8
Сметана	18	18	1,8	1,8
Масса тушеной рыбы		60		6,0
Масса готовой рыбы с овощами и соусом		120		12,0
Выход		120		12,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	13,04
Жиры (г):	13,67
Углеводы (г):	3,85
Эн. ценность (ккал)	192

**Технология приготовления**

Рыбу разделяют на чистое филе (без кожи и костей), нарезают порционными кусочками под углом 90°С, укладывают на лоток или противень, смазанный маслом, на слой шинкованных овощей, добавляют горячий рыбный бульон или воду на 1/3 высоты занимаемой рыбой, соль и припускают при закрытой крышке 10-15 минут, затем бульон сливают, на его основе (или воде) готовят соус сметанный.



Заливают рыбу сметанным соусом, тушат 10 минут, за 3 минуты до готовности кладут лавровый лист.

Для приготовления соуса сметанного: муку подсушивают при температуре 10-120°C, охлаждают до 60-70°C, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно  $\frac{1}{4}$  горячего бульона или воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшийся бульон или воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, процеживают и доводят до кипения.

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* рыба с овощами в сметанном соусе уложена на тарелочку.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* рыбы на разрезе - белый. Соуса сметанного, лука репчатого-белый, моркови-оранжевый.

*Вкус и запах:* рыбы в сочетании с овощами в сметанном соусе, умеренно соленый.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 50

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** каша жидкая молочная из манной крупы

**Номер рецептуры:** 181

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников /Под ред. М.П. Могильного. – М.: ДеЛи принт, 2005 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Крупа манная	30	30	3,0	3,0
Молоко	150	150	15,0	15,0
Вода	20	20	2,0	2,0
Сахар	6	6	0,6	0,6
Масса каши		193		19,3
Масло сливочное	7	7	0,7	0,7
Выход		200		20,0

### Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)

Белки (г):	7,25
Жиры (г):	10,87
Углеводы (г):	32,74
Эн. ценность (ккал)	257

### 12 лет и старше Технология приготовления

В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют соль, сахар и перемешивают. Затем тонкой струйкой всыпают подготовленную манную крупу при непрерывном помешивании и варят 20 мин.

Кашу отпускают с растопленным и доведенным до кипения маслом сливочным.

Температура подачи 65° С

#### Требования к качеству

*Внешний вид:* зерна крупы полностью разварившиеся, утратили форму.

*Консистенция:* жидкая, на тарелке расплывается, но ложка, положенная выпуклой стороной на поверхность каши, не тонет.

*Цвет:* белый или светло-кремовый.

*Вкус:* умеренно сладкий и соленый, с выраженным вкусом молока и привкусом сливочного масла.

*Запах:* манной каши в сочетании с молоком и маслом.

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда) № 51

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** фрикадельки из говядины тушеные в соусе

**Номер рецептуры:** 204,257

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, г. Пермь, 2008 г.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 6-11 лет)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масса полуфабриката промышленного производства		120		12,0
Выход готовых тефтелей		100		10,0
Соус молочный		30		3,0
Молоко	23	23	2,3	2,3
Вода	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2
Выход с соусом		130		13,0

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (6-11 лет)**

Белки (г):	12,73
Жиры (г):	10,24
Углеводы (г):	9,67
Эн. ценность (ккал)	183,08

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов (дети 12 лет и старше)			
	1 порц		100 порц	
	брутто, г	нетто, г	брутто, кг	нетто, кг
Масса полуфабриката промышленного производства		120		12,0
Выход готовых тефтелей		100		10,0
Соус молочный		30		3,0
Молоко	23	23	2,3	2,3
Вода	8	8	0,8	0,8
Мука пшеничная	2	2	0,2	0,2
Масло сливочное	2	2	0,2	0,2

Выход с соусом		130		13,0
----------------	--	-----	--	------

**Химический состав, витамины и микроэлементы на 1 порцию (12 лет и старше)**

Белки (г):	12,73
Жиры (г):	10,24
Углеводы (г):	9,67
Эн. ценность (ккал)	183,08

**Технология приготовления**

Готовые фрикадельки промышленного производства заливают горячим соусом и тушат 15-20 минут.

Для приготовления соуса молочного: горячей смесью молока и воды разводят подсушенную без изменения цвета и растертую со сливочным маслом муку. Варят при слабом кипении 7-10 минут. Добавляют соль, процеживают и доводят до кипения, заправляют растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом.

Температура подачи не ниже 65° С.

**Требования к качеству**

*Внешний вид:* форма изделий сохранена, без трещин. Фрикадельки поданы вместе с соусом.

*Консистенция:* мягкая.

*Цвет:* мяса – светло – коричневый, соуса – оранжевый с матовым оттенком.

*Вкус:* жареного мяса, умеренно соленый.

*Запах:* мяса.