

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 47

ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ

Номер рецептуры: 54-Згн-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

(от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------------|--|------------|-------------|----------|-------------|---|-----------|------------|----------|------------|-------------|----------|-------------|------------|
| | брутто | нетто | | | | | | | | | | | | |
| сахар-песок | 5,2 | 5,2 | 0 | 0 | 4,8 | 19,1 | | | | | | | | |
| лимон | 5,6 | 5,2 | 0 | 0 | 0,1 | 0,8 | | | | | | | | |
| чай черный байховый | 0,4 | 0,4 | 0,1 | 0 | 0 | 0,5 | | | | | | | | |
| вода | 146,2 | 146,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 150 | 0,1 | 0 | 4,9 | 20,4 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,13 | 0,1 | 0 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| лимон | 0 | 0 | 0,06 | 0 | 0,84 | 0,4 | 7,1 | 1,9 | 0,6 | 1 | 0,03 | 0 | 0,02 | 0,5 |
| чай черный байховый | 0 | 0 | 0,11 | 0 | 0,01 | 0,2 | 7,72 | 1,6 | 1,4 | 2,7 | 0,27 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0 | 0 | 0,17 | 0 | 0,85 | 0,7 | 15 | 3,6 | 2 | 3,7 | 0,31 | 0 | 0,02 | 0,5 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------------|--|-------------|-------------|----------|-------------|---|-----------|------------|------------|------------|-------------|----------|-------------|------------|
| | брутто | нетто | | | | | | | | | | | | |
| сахар-песок | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,4 | | | | | | | | |
| лимон | 7,5 | 7 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,1 | | | | | | | | |
| чай черный байховый | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,1 | 1,4 | | | | | | | | |
| вода | 195 | 195 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 200 | 0,3 | 0 | 6,7 | 27,9 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| лимон | 0 | 0 | 0,08 | 0 | 1,12 | 0,6 | 9,5 | 2,5 | 0,7 | 1,3 | 0,04 | 0 | 0,02 | 0,7 |
| чай черный байховый | 0 | 0,01 | 0,3 | 0 | 0,04 | 0,6 | 21 | 4,4 | 3,8 | 7,2 | 0,71 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0 | 0,01 | 0,38 | 0 | 1,16 | 1,3 | 30 | 6,9 | 4,6 | 8,5 | 0,77 | 0 | 0,02 | 0,7 |

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар.

Чай разливают по стаканам и добавляют предварительно ошпаренный и нарезанный кружочками лимон.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром и лимоном.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №48

Номер рецептуры: 54-4гн-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ**(от 1 до 3 лет)**

| Продукты | Расход сырья(г.) | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | |
|---------------------|--|-------------|-------------|----------|-------------|---|-------------|------------|--------------|-----------|-------------|------------|-------------|------------|
| | | | | | | | | | | | | | | |
| молоко | 37,5 | 37,5 | | | | 1 | 0,8 | 1,6 | 18,1 | | | | | |
| сахар-песок | 5,2 | 5,2 | | | | 0 | 0 | 4,8 | 19,1 | | | | | |
| чай черный байховый | 0,4 | 0,4 | | | | 0,1 | 0 | 0 | 0,5 | | | | | |
| вода | 112,5 | 112,5 | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | |
| Выход: | | 150 | | | | 1,1 | 0,8 | 6,4 | 37,7 | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| молоко | 0,01 | 0,04 | 4,95 | 0 | 0,2 | 14 | 45,4 | 40 | 4,6 | 29 | 0,03 | 3,4 | 0,66 | 7,5 |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,13 | 0,1 | 0 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| чай черный байховый | 0 | 0 | 0,11 | 0 | 0,01 | 0,2 | 7,72 | 1,6 | 1,4 | 2,7 | 0,27 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,01 | 0,04 | 5,06 | 0 | 0,21 | 15 | 53,3 | 41 | 6 | 32 | 0,31 | 3,4 | 0,66 | 7,5 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | |
|---------------------|--|-------------|------------|----------|------------|---|------------|------------|--------------|-----------|-------------|------------|-------------|-----------|
| | брутто | | нетто | | | | | | | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | |
| молоко | 50 | 50 | | | | 1,4 | 1,1 | 2,2 | 24,1 | | | | | |
| сахар-песок | 7 | 7 | | | | 0 | 0 | 6,4 | 25,4 | | | | | |
| чай черный байховый | 1 | 1 | | | | 0,2 | 0 | 0,1 | 1,4 | | | | | |
| вода | 150 | 150 | | | | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | |
| Выход: | | 200 | | | | 1,6 | 1,1 | 8,7 | 50,9 | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | Д | С | Na | К | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| молоко | 0,01 | 0,06 | 6,6 | 0 | 0,26 | 19 | 60,6 | 52,8 | 6,09 | 39,2 | 0,04 | 4,5 | 0,88 | 10 |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,05 | 0,17 | 0,12 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| чай черный байховый | 0 | 0,01 | 0,3 | 0 | 0,04 | 0,62 | 20,6 | 4,36 | 3,83 | 7,18 | 0,71 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,01 | 0,07 | 6,9 | 0 | 0,3 | 20 | 81 | 57 | 9,9 | 46 | 0,77 | 4,5 | 0,88 | 10 |

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар и горячее кипяченое молоко.

Чай разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с молоком и сахаром

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №50

Номер рецептуры: 54-21гн-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

КАКАО С МОЛОКОМ; (от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|-------------------|---|-------------|-------------|----------|-------------|--|------------|-----------|-----------|-----------|-------------|------------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| какао-порошок | 2,2 | 2,2 | 0,5 | 0,3 | 0,2 | 5,6 | | | | | | | | |
| молоко 2.5% м.д.ж | 75 | 75 | 2 | 1,7 | 3,3 | 36,1 | | | | | | | | |
| сахар-песок | 5,2 | 5,2 | 0 | 0 | 4,8 | 19,1 | | | | | | | | |
| вода | 82,5 | 82,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 150 | 2,5 | 2 | 8,3 | 60,8 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| какао-порошок | 0 | 0 | 0,04 | 0 | 0 | 0,2 | 28,2 | 2,5 | 8,3 | 13 | 0,43 | 0 | 0 | 5,5 |
| молоко 2.5% м.д.ж | 0,02 | 0,09 | 9,9 | 0 | 0,39 | 29 | 90,9 | 79 | 9,1 | 59 | 0,07 | 6,8 | 1,32 | 15 |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,13 | 0,1 | 0 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,02 | 0,09 | 9,94 | 0 | 0,39 | 29 | 119 | 82 | 17 | 72 | 0,51 | 6,8 | 1,32 | 21 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------|---|-------------|-------------|------------|-------------|--|------------|------------|-----------|------------|-------------|-----------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| какао-порошок | 5 | 5 | 1,1 | 0,7 | 0,5 | 12,4 | | | | | | | | |
| молоко | 130 | 130 | 3,5 | 2,9 | 5,7 | 62,6 | | | | | | | | |
| сахар-песок | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,4 | | | | | | | | |
| вода | 80 | 80 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 200 | 4,6 | 3,6 | 12,6 | 100,4 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| какао-порошок | 0 | 0,01 | 0,09 | 0 | 0 | 0,5 | 63 | 5,6 | 18 | 28 | 0,96 | 0 | 0 | 12 |
| молоко | 0,04 | 0,16 | 17,2 | 0 | 0,68 | 49 | 158 | 137 | 16 | 102 | 0,11 | 12 | 2,29 | 26 |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,04 | 0,17 | 17,3 | 0 | 0,68 | 50 | 220 | 143 | 34 | 130 | 1,09 | 12 | 2,29 | 38 |

Технология приготовления:

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные какао с сахаром.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 46\1

ЧАЙ С САХАРОМ

Номер рецептуры: 54-2гн-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

(от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------------|---|------------|-------------|----------|-------------|--|-------------|------------|------------|------------|-------------|----------|----------|----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| сахар-песок | 5,2 | 5,2 | 0 | 0 | 4,8 | 19,1 | | | | | | | | |
| чай черный байховый | 0,4 | 0,4 | 0,1 | 0 | 0 | 0,5 | | | | | | | | |
| вода | 150 | 150 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 150 | 0,1 | 0 | 4,8 | 19,6 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,13 | 0,1 | 0 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| чай черный байховый | 0 | 0 | 0,11 | 0 | 0,01 | 0,2 | 7,72 | 1,6 | 1,4 | 2,7 | 0,27 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0 | 0 | 0,11 | 0 | 0,01 | 0,3 | 7,85 | 1,7 | 1,4 | 2,7 | 0,28 | 0 | 0 | 0 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------------|---|-------------|------------|----------|-------------|--|-----------|------------|------------|------------|-------------|----------|----------|----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| сахар-песок | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,4 | | | | | | | | |
| чай черный байховый | 1 | 1 | 0,2 | 0 | 0,1 | 1,4 | | | | | | | | |
| вода | 200 | 200 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| чай черный байховый | 0 | 0,01 | 0,3 | 0 | 0,04 | 0,6 | 21 | 4,4 | 3,8 | 7,2 | 0,71 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0 | 0,01 | 0,3 | 0 | 0,04 | 0,7 | 21 | 4,5 | 3,8 | 7,2 | 0,73 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления:

Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар.

Чай разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №53

Номер рецептуры: 54-4ХН-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------|---|-------------|-------------|------------|-------------|--|------------|-----------|------------|-----------|------------|------------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| сахар-песок | 5,2 | 5,2 | 0 | 0 | 4,8 | 19,1 | | | | | | | | |
| изюм | 15,3 | 15 | 0,3 | 0,1 | 9 | 37,8 | | | | | | | | |
| вода | 151,5 | 151,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 150 | 0,3 | 0,1 | 13,8 | 56,9 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,13 | 0,1 | 0 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| изюм | 0,02 | 0,01 | 0,54 | 0 | 0 | 13 | 103 | 11 | 5,5 | 17 | 0,39 | 0,1 | 0,08 | 35 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,02 | 0,01 | 0,54 | 0 | 0 | 13 | 103 | 11 | 5,5 | 17 | 0,4 | 0,1 | 0,08 | 35 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------|---|-------------|-------------|------------|-------------|--|------------|-----------|------------|-----------|-------------|------------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| сахар-песок | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,4 | | | | | | | | |
| изюм | 20,4 | 20 | 0,4 | 0,1 | 12 | 50,4 | | | | | | | | |
| вода | 202 | 202 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 200 | 0,4 | 0,1 | 18,4 | 75,8 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| изюм | 0,02 | 0,01 | 0,72 | 0 | 0 | 18 | 138 | 14 | 7,3 | 22 | 0,52 | 0,2 | 0,11 | 47 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,02 | 0,01 | 0,72 | 0 | 0 | 18 | 138 | 14 | 7,3 | 22 | 0,54 | 0,2 | 0,11 | 47 |

Технология приготовления:

Изюм перебирают, удаляя плодоножки, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз.

Изюм заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят 10 минут до готовности.

Готовый компот разливают по стаканам.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - сладкий, с выраженным привкусом изюма.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №54

Номер рецептуры: 54-5ХН-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД

(от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------|--|------------|------------|------------|------------|---|-------------|------------|------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| сахар-песок | 5,2 | 5,2 | 0 | 0 | 4,8 | 19,1 | | | | | | | | |
| вишня | 15 | 13,5 | 0,1 | 0 | 1,3 | 5,8 | | | | | | | | |
| яблоко | 18,5 | 17,2 | 0,1 | 0,1 | 1,5 | 7 | | | | | | | | |
| вода | 135 | 135 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 150 | 0,2 | 0,1 | 7,6 | 31,9 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,13 | 0,1 | 0 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| вишня | 0 | 0 | 1,38 | 0 | 0,81 | 2,1 | 28,7 | 4,4 | 3,1 | 3,5 | 0,06 | 0,3 | 0,01 | 1,8 |
| яблоко | 0 | 0 | 0,52 | 0 | 0,69 | 3,4 | 39,8 | 2,4 | 1,4 | 1,7 | 0,33 | 0,3 | 0,05 | 1,4 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0 | 0 | 1,9 | 0 | 1,5 | 5,5 | 68,6 | 6,9 | 4,4 | 5,2 | 0,4 | 0,6 | 0,06 | 3,1 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------|--|------------|-------------|------------|-------------|---|-----------|------------|------------|------------|-------------|------------|-------------|------------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| сахар-песок | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,4 | | | | | | | | |
| вишня | 20 | 18 | 0,1 | 0 | 1,7 | 7,8 | | | | | | | | |
| яблоко | 24,6 | 23 | 0,1 | 0,1 | 2,1 | 9,3 | | | | | | | | |
| вода | 180 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 200 | 0,2 | 0,1 | 10,2 | 42,5 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| вишня | 0 | 0 | 1,84 | 0 | 1,08 | 2,7 | 38 | 5,9 | 4,1 | 4,7 | 0,08 | 0,4 | 0,02 | 2,3 |
| яблоко | 0 | 0 | 0,69 | 0 | 0,92 | 4,5 | 53 | 3,2 | 1,8 | 2,2 | 0,44 | 0,5 | 0,06 | 1,8 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0 | 0 | 2,53 | 0 | 2 | 7,3 | 91 | 9,2 | 5,9 | 6,9 | 0,54 | 0,8 | 0,08 | 4,2 |

Технология приготовления:

Вишню (свежую или свежемороженую) перебирают удаляют плодоножки, промывают.

Яблоки моют проточной водой, режут на дольки удаляют семена, измельчают.

Варят яблоки при слабом кипении 5-6 минут, добавляют сахар, лимонную кислоту и вишню, доводят до кипения и варят 10-12 минут. Готовый компот охлаждают, процеживают и разливают в стаканы, предварительно разложив туда ягоды и яблоки.

Характеристика блюда на выходе:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 55

Номер рецептуры: 54-13ХН-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

**НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА;
(от 1 до 3 лет)**

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность |
|------------------|------------------|------------|------------|------------|-------------|--------------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) |
| сахар-песок | 5,2 | 5,2 | 0 | 0 | 4,8 | 19,1 |
| шиповник (сухой) | 16,1 | 15 | 0,5 | 0,2 | 6,6 | 30 |
| вода | 172,5 | 172,5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | | 150 | 0,5 | 0,2 | 11,4 | 49,1 |

| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
|------------------|---|-------------|-------------|----------|-----------|---|-------------|----------|------------|------------|------------|----------|----------|----------|
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,13 | 0,1 | 0 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| шиповник (сухой) | 0,01 | 0,04 | 73,5 | 0 | 60 | 1,3 | 6,22 | 7,9 | 2,2 | 2,2 | 0,39 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,01 | 0,04 | 73,5 | 0 | 60 | 1,3 | 6,35 | 8 | 2,2 | 2,2 | 0,4 | 0 | 0 | 0 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность |
|------------------|------------------|------------|------------|------------|-------------|--------------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) |
| сахар-песок | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,4 |
| шиповник (сухой) | 21,4 | 20 | 0,6 | 0,2 | 8,8 | 39,9 |
| вода | 230 | 230 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | | 200 | 0,6 | 0,2 | 15,2 | 65,3 |

| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
|------------------|---|-------------|-----------|----------|-----------|---|------------|-----------|----------|----------|-------------|----------|----------|----------|
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| шиповник (сухой) | 0,01 | 0,05 | 98 | 0 | 80 | 1,7 | 8,3 | 11 | 3 | 3 | 0,52 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,01 | 0,05 | 98 | 0 | 80 | 1,7 | 8,5 | 11 | 3 | 3 | 0,54 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления:

Целье сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 мин. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Охлаждают разливают в стаканы.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус, цвет и запах: сладкий, с выраженным вкусом шиповника

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 52

КОМПОТ ИЗ КУРАГИ

Номер рецептуры: 54-2хн-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

(от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------|---|-------------|-------------|----------|-------------|--|------------|-----------|-----------|-----------|-------------|----------|----------|----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| сахар-песок | 5,2 | 5,2 | 0 | 0 | 4,8 | 19,1 | | | | | | | | |
| курага | 16,1 | 15 | 0,7 | 0 | 7 | 31,1 | | | | | | | | |
| вода | 151,5 | 151,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 150 | 0,7 | 0 | 11,8 | 50,2 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,13 | 0,1 | 0 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| курага | 0,01 | 0,02 | 52,5 | 0 | 0,24 | 1,9 | 214 | 21 | 14 | 19 | 0,42 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,01 | 0,02 | 52,5 | 0 | 0,24 | 2 | 214 | 21 | 14 | 19 | 0,43 | 0 | 0 | 0 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------|---|-------------|-----------|------------|-------------|--|------------|-----------|-----------|-----------|-------------|----------|----------|----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| сахар-песок | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,4 | | | | | | | | |
| курага | 21,4 | 20 | 1 | 0,1 | 9,3 | 41,5 | | | | | | | | |
| вода | 202 | 202 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 200 | 1 | 0,1 | 15,7 | 66,9 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| курага | 0,01 | 0,03 | 70 | 0 | 0,32 | 2,6 | 285 | 28 | 18 | 25 | 0,56 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,01 | 0,03 | 70 | 0 | 0,32 | 2,6 | 285 | 28 | 18 | 25 | 0,58 | 0 | 0 | 0 |

Технология приготовления:

Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду.

Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Для приготовления сахарного сиропа сахар растворяют в горячей воде, доводят воду до кипения. Курагу варят 10-20 минут. Компот охлаждают, процеживают.

При отпуске в стакан раскладывают фрукты и заливают отваром.

Характеристика блюда на выходе:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 49

КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ

Номер рецептуры: 54-23гн-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

(от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------|---|-------------|-------------|------------|-------------|--|------------|-----------|-----------|-----------|-------------|------------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| кофейный напиток | 1,5 | 1,5 | 0,3 | 0,2 | 0,1 | 3,7 | | | | | | | | |
| молоко | 75 | 75 | 2 | 1,7 | 3,3 | 36,1 | | | | | | | | |
| сахар-песок | 5,2 | 5,2 | 0 | 0 | 4,8 | 19,1 | | | | | | | | |
| вода | 90 | 90 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 150 | 2,3 | 1,9 | 8,2 | 58,9 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| кофейный напиток | 0 | 0 | 0,03 | 0 | 0 | 0,2 | 18,8 | 1,7 | 5,6 | 8,6 | 0,29 | 0 | 0 | 0 |
| молоко | 0,02 | 0,09 | 9,9 | 0 | 0,39 | 29 | 90,9 | 79 | 9,1 | 59 | 0,07 | 6,8 | 1,32 | 15 |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,13 | 0,1 | 0 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,02 | 0,09 | 9,93 | 0 | 0,39 | 29 | 110 | 81 | 15 | 67 | 0,37 | 6,8 | 1,32 | 15 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------|---|-------------|-------------|------------|-------------|--|------------|------------|-----------|------------|-------------|----------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| кофейный напиток | 5 | 5 | 1,1 | 0,7 | 0,5 | 12,4 | | | | | | | | |
| молоко | 100 | 100 | 2,7 | 2,2 | 4,4 | 48,2 | | | | | | | | |
| сахар-песок | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,4 | | | | | | | | |
| вода | 120 | 120 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 200 | 3,8 | 2,9 | 11,3 | 86 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| кофейный напиток | 0 | 0,01 | 0,09 | 0 | 0 | 0,5 | 63 | 5,6 | 18 | 28 | 0,96 | 0 | 0 | 0 |
| молоко | 0,03 | 0,12 | 13,2 | 0 | 0,52 | 38 | 121 | 106 | 12 | 78 | 0,09 | 9 | 1,76 | 20 |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,03 | 0,13 | 13,3 | 0 | 0,52 | 39 | 184 | 111 | 31 | 107 | 1,07 | 9 | 1,76 | 20 |

Технология приготовления:

Воду доводят до кипения, добавляют кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные кофейному напитку с молоком и сахаром.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №58

Номер рецептуры: 54-2в-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ

(от 1 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|----------------------------|--------------------------|-------------|------------|-------------|-------------|--|-------------|-----------|------------|-----------|-------------|------------|-------------|----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| сахар-песок | 7 | 7 | 0 | 0 | 6,4 | 25,4 | | | | | | | | |
| яйцо куриное | 2,2 | 2 | 0,2 | 0,2 | 0 | 2,8 | | | | | | | | |
| молоко | 4 | 4 | 0,1 | 0,1 | 0,2 | 1,9 | | | | | | | | |
| мука пшеничная высший сорт | 22,5 | 22,5 | 2,3 | 0,3 | 14,3 | 68,8 | | | | | | | | |
| масло сливочное | 5,3 | 5,3 | 0 | 3,4 | 0,1 | 31 | | | | | | | | |
| ванилин | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| натрий двууглекислый | 0,3 | 0,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| масса полуфабриката: | | 41,1 | | | | | | | | | | | | |
| Выход: | | 40 | 2,6 | 4 | 21 | 129,9 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,17 | 0,1 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| яйцо куриное | 0 | 0,01 | 3,12 | 0,04 | 0 | 2 | 2,32 | 1 | 0,2 | 3,3 | 0,04 | 0,4 | 0,54 | 1,1 |
| молоко | 0 | 0 | 0,53 | 0 | 0,02 | 1,5 | 4,85 | 4,2 | 0,5 | 3,1 | 0 | 0,4 | 0,07 | 0,8 |
| мука пшеничная высший сорт | 0,03 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,5 | 22,8 | 3,6 | 3,1 | 17 | 0,24 | 0,3 | 1,19 | 5 |
| масло сливочное | 0 | 0,01 | 14,4 | 0,07 | 0 | 0,6 | 1,33 | 1,1 | 0 | 1,4 | 0,01 | 0 | 0,05 | 0,2 |
| ванилин | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| натрий двууглекислый | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 62 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,03 | 0,03 | 18 | 0,11 | 0,02 | 67 | 31,5 | 10 | 3,8 | 25 | 0,31 | 1,1 | 1,85 | 7 |

Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость.

Размягченное масло взбивают с сахаром до полного его растворения, добавляют яйца и молоко, растворенные разрыхлитель и ванилин, а затем всыпают муку и замешивают тесто 1-4 минут.

Приготовленное тесто раскатывают в виде пласта толщиной 6-7 мм, наносят рисунок рифленой скалкой, вырезают изделия круглой формы диаметром 95 мм, укладывают на листы, смазывают яйцом и выпекают при температуре 200-220 градусов в течение 10-12 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделия круглой формы с узорчатой поверхностью, края с зубчиками. Цвет светло-желтый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 32\2

Номер рецептуры: 54-6о-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

ЯЙЦО ВАРЕНОЕ; (от 1 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки (г.) | Жиры (г.) | Углеводы (г.) | Эн. ценность (ккал.) | | | | | | | | |
|--------------|--------------------------|-------|---------------|--------------|------------------|--|----|----|-----|----|------|---|------|----|
| | брутто | нетто | | | | | | | | | | | | |
| яйцо куриное | 44 | 40 | 4,8 | 4 | 0,3 | 56,6 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| яйцо куриное | 0,02 | 0,14 | 62,4 | 0,88 | 0 | 41 | 46 | 19 | 4,2 | 67 | 0,87 | 8 | 10,8 | 22 |

Технология приготовления:

Яйца обрабатывают, погружают в кипящую подсоленную воду и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. После варки яйца погружают в холодную воду. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - круглоовальной формы, без трещин на поверхности; вкус свежего вареного яйца, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №35/2

Номер рецептуры: 54-16г-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ

(от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|------------|-------------|-------------|--|-----------|-----------|-----------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| крупа пшеничная | 46,8 | 46,8 | 5,0 | 1,4 | 28,3 | 145,8 | | | | | | | | |
| масло сливочное | 6 | 6 | 0,1 | 3,8 | 0,1 | 34,9 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 0,4 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| вода | 82,8 | 82,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 120 | 5,1 | 5,2 | 28,4 | 180,6 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| крупа пшеничная | 0,14 | 0,02 | 0,84 | 0 | 0 | 3,6 | 82 | 11 | 34 | 95 | 1,1 | 2,1 | 1,11 | 13 |
| масло сливочное | 0 | 0,01 | 16,2 | 0,08 | 0 | 0,7 | 1,5 | 1,3 | 0 | 1,6 | 0,01 | 0 | 0,06 | 0,2 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 118 | 0 | 1,3 | 0,1 | 0,3 | 0,01 | 16 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,14 | 0,02 | 17 | 0,08 | 0 | 122 | 83 | 14 | 34 | 97 | 1,11 | 18 | 1,17 | 13 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|-------------|------------|-------------|--|------------|-----------|-----------|------------|-------------|-----------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| крупа пшеничная | 58,5 | 58,5 | 6,3 | 1,7 | 35,4 | 182,2 | | | | | | | | |
| масло сливочное | 7,5 | 7,5 | 0,1 | 4,8 | 0,1 | 43,6 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 0,5 | 0,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| вода | 103,5 | 103,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 150 | 6,4 | 6,5 | 35,5 | 225,8 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| крупа пшеничная | 0,18 | 0,02 | 1,05 | 0 | 0 | 4,5 | 102 | 14 | 42 | 119 | 1,37 | 2,6 | 1,39 | 16 |
| масло сливочное | 0 | 0,01 | 20,3 | 0,1 | 0 | 0,9 | 1,9 | 1,6 | 0 | 2 | 0,01 | 0 | 0,07 | 0,2 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 147 | 0 | 1,6 | 0,1 | 0,3 | 0,01 | 20 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,18 | 0,03 | 21,3 | 0,1 | 0 | 152 | 104 | 17 | 42 | 121 | 1,39 | 23 | 1,46 | 17 |

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, варят 30 минут, после чего воду сливают, добавляют кипящую воду и варят до загустения при слабом кипении. Добавляют половину растопленного масла, перемешивают, закрывают крышкой и уваривают до готовности на водяной бане при температуре 100° С или в жарочном шкафу при температуре 140 градусов Цельсия, затем взрыхляют, добавляют оставшееся растопленное сливочное масло, проваривают еще 5 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - крупинки легко отделяются друг от друга, полностью проварены, но не деформированы; консистенция - рассыпчатая; цвет, вкус и запах - соответствует наименованию блюда.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №19\1

Номер рецептуры: 54-18к-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ;

(от 1 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|--|------------|------------|------------|------------|-------------|------------|-----------|------------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| крупа рисовая | 80 | 80 | 5,3 | 0,7 | 53,9 | 242,9 | | | | | | | | |
| молоко | 700 | 700 | 19,1 | 15,4 | 30,6 | 337,2 | | | | | | | | |
| сахар-песок | 8 | 8 | 0 | 0 | 7,3 | 29,1 | | | | | | | | |
| масло сливочное | 10 | 10 | 0,1 | 6,4 | 0,1 | 58,2 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| вода | 300 | 300 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 1000 | 24,5 | 22,5 | 91,9 | 667,4 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | B1 | B2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| крупа рисовая | 0,05 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 7,3 | 66 | 5,6 | 35 | 104 | 0,7 | 1,1 | 10,6 | 40 |
| молоко | 0,2 | 0,84 | 92,4 | 0 | 3,64 | 266 | 848 | 739 | 85 | 548 | 0,61 | 63 | 12,3 | 140 |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| масло сливочное | 0 | 0,01 | 27 | 0,13 | 0 | 1,1 | 2,5 | 2,1 | 0 | 2,6 | 0,02 | 0 | 0,09 | 0,3 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 294 | 0,1 | 3,2 | 0,2 | 0,7 | 0,03 | 40 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,25 | 0,88 | 119 | 0,13 | 3,64 | 569 | 917 | 750 | 120 | 656 | 1,38 | 104 | 23 | 180 |

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Крупу варят в подсоленной воде 10-15 минут до полуготовности, затем добавляют горячее молоко, растопленное сливочное масло, сахар, соль и варят до готовности.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - крупа хорошо набухла, но не разварилась; консистенция, цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию супа.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №12\1

Номер рецептуры: 54-19к-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ; (от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|-------------|-------------|-------------|--|------------|------------|-----------|------------|-------------|------------|-------------|------------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| макаронные изделия | 80 | 80 | 8,3 | 0,9 | 51,3 | 246,6 | | | | | | | | |
| молоко | 700 | 700 | 19,1 | 15,4 | 30,6 | 337,2 | | | | | | | | |
| сахар-песок | 8 | 8 | 0 | 0 | 7,3 | 29,1 | | | | | | | | |
| масло сливочное | 10 | 10 | 0,1 | 6,4 | 0,1 | 58,2 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| вода | 300 | 300 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 1000 | 27,5 | 22,7 | 89,3 | 671,1 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | B1 | B2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| макаронные изделия | 0,1 | 0,03 | 0 | 0 | 0 | 1,8 | 82 | 13 | 11 | 61 | 1,11 | 1,2 | 0 | 18 |
| молоко | 0,2 | 0,84 | 92,4 | 0 | 3,64 | 266 | 848 | 739 | 85 | 548 | 0,61 | 63 | 12,3 | 140 |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| масло сливочное | 0 | 0,01 | 27 | 0,13 | 0 | 1,1 | 2,5 | 2,1 | 0 | 2,6 | 0,02 | 0 | 0,09 | 0,3 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 294 | 0,1 | 3,2 | 0,2 | 0,7 | 0,03 | 40 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,3 | 0,88 | 119 | 0,13 | 3,64 | 563 | 933 | 758 | 97 | 612 | 1,79 | 104 | 12,4 | 159 |

Технология приготовления:

Макаронные варят в подсоленной воде 10-15 минут до полуготовности, воду сливают.

Полуготовые макаронные изделия закладывают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар, растопленное сливочное масло и варят до готовности помешивая.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - макаронные изделия сохранили форму; консистенция, цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию супа.

ТТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 4

Номер рецептуры: 54-213-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

КУКУРУЗА САХАРНАЯ

(от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------------------|--|-------------|-------------|------------|-------------|---|-----------|-----------|------------|-----------|-------------|----------|-------------|------------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| кукуруза консервированная | 46,5 | 30 | 0,6 | 0,1 | 3,1 | 15,7 | | | | | | | | |
| Выход: | | 30 | 0,6 | 0,1 | 3,1 | 15,7 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| кукуруза консервированная | 0 | 0,01 | 0,36 | 0 | 0,58 | 91 | 34 | 11 | 3,4 | 11 | 0,09 | 0 | 0,13 | 5,4 |
| Выход: | 0 | 0,01 | 0,36 | 0 | 0,58 | 91 | 34 | 11 | 3,4 | 11 | 0,09 | 0 | 0,13 | 5,4 |

Номер рецептуры: 54-213-2020 (от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|---------------------------|--|-------------|-------------|------------|-------------|---|-----------|-----------|------------|-----------|-------------|----------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| кукуруза консервированная | 93 | 60 | 1,2 | 0,2 | 6,1 | 31,3 | | | | | | | | |
| Выход: | | 60 | 1,2 | 0,2 | 6,1 | 31,3 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| кукуруза консервированная | 0,01 | 0,02 | 0,72 | 0 | 1,15 | 182 | 68 | 22 | 6,8 | 21 | 0,19 | 0 | 0,26 | 11 |
| Выход: | 0,01 | 0,02 | 0,72 | 0 | 1,15 | 182 | 68 | 22 | 6,8 | 21 | 0,19 | 0 | 0,26 | 11 |

Технология приготовления:

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

Характеристика блюда на выходе:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 5\1

Номер рецептуры: 54-113-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК;
(от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|------------|----------|-------------|---|-----------|------------|------------|-----------|-------------|------------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| морковь | 22,9 | 18,3 | 0,2 | 0 | 1,3 | 6,2 | | | | | | | | |
| яблоко | 10,2 | 9 | 0 | 0 | 0,9 | 4 | | | | | | | | |
| масло подсолнечное | 3 | 3 | 0 | 3 | 0 | 27 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 30 | 0,2 | 3 | 2,2 | 37,2 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| морковь | 0,01 | 0,01 | 366 | 0 | 0,92 | 3,8 | 37 | 4,9 | 7 | 10 | 0,13 | 0,9 | 0,02 | 10 |
| яблоко | 0 | 0 | 0,45 | 0 | 0,9 | 2,3 | 25 | 1,4 | 0,8 | 1 | 0,2 | 0,2 | 0,03 | 0,7 |
| масло подсолнечное | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 39 | 0 | 0,4 | 0 | 0,1 | 0 | 4 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,01 | 0,01 | 366 | 0 | 1,82 | 45 | 62 | 6,8 | 7,8 | 11 | 0,33 | 5,1 | 0,05 | 11 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|------------|------------|-------------|---|------------|-----------|-----------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| морковь | 45,8 | 36,6 | 0,5 | 0 | 2,5 | 12,3 | | | | | | | | |
| яблоко | 20,3 | 18 | 0,1 | 0,1 | 1,8 | 8 | | | | | | | | |
| масло подсолнечное | 6 | 6 | 0 | 6 | 0 | 53,9 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 60 | 0,6 | 6,1 | 4,3 | 74,2 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| морковь | 0,02 | 0,03 | 732 | 0 | 1,83 | 7,7 | 73 | 9,9 | 14 | 20 | 0,26 | 1,8 | 0,04 | 20 |
| яблоко | 0,01 | 0 | 0,9 | 0 | 1,8 | 4,7 | 50 | 2,9 | 1,6 | 2 | 0,4 | 0,4 | 0,05 | 1,4 |
| масло подсолнечное | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 77 | 0 | 0,7 | 0 | 0,2 | 0,01 | 8 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,03 | 0,03 | 733 | 0 | 3,63 | 90 | 123 | 14 | 16 | 22 | 0,67 | 10 | 0,09 | 22 |

Технология приготовления:

Яблоки моют проточной водой, очищают от кожуры и сердцевин, нарезают мелкой соломкой.

Морковь перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Морковь и яблоки смешивают в одной емкости, добавляют соль и заправляют растительным маслом.

Температура подачи: не более 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №5\2

Номер рецептуры: 54-14з-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КУРАГОЙ И ИЗЮМОМ; (от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|-------------|------------|-------------|--|------------|-----------|------------|-----------|-------------|------------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| свекла | 28,1 | 22,5 | 0,3 | 0 | 1,8 | 8,7 | | | | | | | | |
| курага | 3,2 | 3 | 0,1 | 0 | 1,4 | 6,2 | | | | | | | | |
| изюм | 3,1 | 3 | 0,1 | 0 | 1,8 | 7,6 | | | | | | | | |
| масло подсолнечное | 1,8 | 1,8 | 0 | 1,6 | 0 | 14,2 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 30 | 0,5 | 1,6 | 5 | 36,7 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| свекла | 0 | 0,01 | 0,27 | 0 | 0,9 | 7,9 | 54 | 7,3 | 4,3 | 8,4 | 0,27 | 1,6 | 0,14 | 4,5 |
| курага | 0 | 0 | 10,5 | 0 | 0,05 | 0,4 | 43 | 4,2 | 2,7 | 3,8 | 0,08 | 0 | 0 | 0 |
| изюм | 0 | 0 | 0,11 | 0 | 0 | 2,7 | 21 | 2,1 | 1,1 | 3,4 | 0,08 | 0 | 0,02 | 7 |
| масло подсолнечное | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 29 | 0 | 0,3 | 0 | 0,1 | 0 | 4 | 0 | 0 |
| Выход: | 0 | 0,01 | 10,9 | 0 | 0,95 | 40 | 117 | 14 | 8,2 | 16 | 0,43 | 5,6 | 0,16 | 12 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|-------------|------------|------------|--|------------|-----------|-----------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| свекла | 56,2 | 45 | 0,6 | 0 | 3,6 | 17,3 | | | | | | | | |
| курага | 6,4 | 6 | 0,3 | 0 | 2,8 | 12,5 | | | | | | | | |
| изюм | 6,1 | 6 | 0,1 | 0 | 3,6 | 15,1 | | | | | | | | |
| масло подсолнечное | 3,6 | 3,6 | 0 | 3,2 | 0 | 28,5 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 60 | 1 | 3,2 | 10 | 73,4 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| свекла | 0,01 | 0,01 | 0,54 | 0 | 1,8 | 16 | 108 | 15 | 8,6 | 17 | 0,55 | 3,2 | 0,28 | 9 |
| курага | 0 | 0,01 | 21 | 0 | 0,1 | 0,8 | 86 | 8,5 | 5,5 | 7,6 | 0,17 | 0 | 0 | 0 |
| изюм | 0,01 | 0 | 0,22 | 0 | 0 | 5,3 | 41 | 4,2 | 2,2 | 6,7 | 0,16 | 0,1 | 0,03 | 14 |
| масло подсолнечное | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 59 | 0 | 0,7 | 0 | 0,1 | 0,01 | 8 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,02 | 0,02 | 21,8 | 0 | 1,9 | 81 | 234 | 28 | 16 | 31 | 0,89 | 11 | 0,31 | 23 |

Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают или запекают в духовом шкафу до готовности, очищают от кожицы, измельчают на овощерезке.

Курагу замачивают, промывают проточной водой, измельчают.

Изюм перебирают, очищая от плодоножек, замачивают, просушивают.

В измельченную свеклу добавляют мелко нарезанную курагу и изюм, заправляют растительным маслом и солью. Салат укладывают горкой.

Температура подачи: не более 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Цвет - свекольный; вкус и запах - соответствуют продуктам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №7\1

Номер рецептуры: 54-7з-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ;
(от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|-------------|----------|-------------|--|------------|-----------|------------|-----------|-------------|------------|-------------|------------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| капуста белокочанная | 46,9 | 37,5 | 0,7 | 0 | 1,8 | 10,1 | | | | | | | | |
| лук репчатый | 3,8 | 3 | 0 | 0 | 0,2 | 1,2 | | | | | | | | |
| морковь | 3,8 | 3 | 0 | 0 | 0,2 | 1 | | | | | | | | |
| сахар-песок | 0,9 | 0,9 | 0 | 0 | 0,9 | 3,6 | | | | | | | | |
| масло подсолнечное | 3 | 3 | 0 | 3 | 0 | 27 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| кислота лимонная | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 30 | 0,7 | 3 | 3,1 | 42,9 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| капуста белокочанная | 0,01 | 0,01 | 1,12 | 0 | 16,9 | 4,9 | 113 | 18 | 6 | 12 | 0,22 | 1,1 | 0,11 | 3,8 |
| лук репчатый | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,3 | 0,1 | 5,3 | 0,9 | 0,4 | 1,7 | 0,02 | 0,1 | 0,01 | 0,9 |
| морковь | 0 | 0 | 60 | 0 | 0,15 | 0,6 | 6 | 0,8 | 1,1 | 1,7 | 0,02 | 0,2 | 0 | 1,7 |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| масло подсолнечное | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 39 | 0 | 0,4 | 0 | 0,1 | 0 | 4 | 0 | 0 |
| кислота лимонная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,06 | 0 | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,01 | 0,01 | 61,1 | 0 | 17,4 | 44 | 124 | 20 | 7,6 | 15 | 0,26 | 5,4 | 0,12 | 6,3 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|------------|------------|-------------|--|------------|-----------|-----------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| капуста белокочанная | 93,8 | 75 | 1,4 | 0,1 | 3,5 | 20,2 | | | | | | | | |
| лук репчатый | 7,5 | 6 | 0,1 | 0 | 0,5 | 2,4 | | | | | | | | |
| морковь | 7,5 | 6 | 0,1 | 0 | 0,4 | 2 | | | | | | | | |
| сахар-песок | 1,8 | 1,8 | 0 | 0 | 1,8 | 7,2 | | | | | | | | |
| масло подсолнечное | 6 | 6 | 0 | 6 | 0 | 53,9 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| кислота лимонная | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 60 | 1,6 | 6,1 | 6,2 | 85,7 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.эquiv; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| капуста белокочанная | 0,02 | 0,03 | 2,25 | 0 | 33,8 | 9,8 | 225 | 36 | 12 | 23 | 0,45 | 2,3 | 0,22 | 7,5 |
| лук репчатый | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,6 | 0,2 | 11 | 1,9 | 0,8 | 3,5 | 0,05 | 0,2 | 0,03 | 1,9 |
| морковь | 0 | 0 | 120 | 0 | 0,3 | 1,3 | 12 | 1,6 | 2,3 | 3,3 | 0,04 | 0,3 | 0,01 | 3,3 |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| масло подсолнечное | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 77 | 0 | 0,7 | 0 | 0,2 | 0,01 | 8 | 0 | 0 |
| кислота лимонная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,13 | 0 | 0,2 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,02 | 0,03 | 122 | 0 | 34,8 | 89 | 248 | 40 | 15 | 30 | 0,56 | 11 | 0,26 | 13 |

Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, замачивают в 10% растворе поваренной

соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины, кладут в эмалированную посуду, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком, выделившийся сок отжимают.

Морковь перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой или натирают на терке.

Лук репчатый перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают и мелко шинкуют.

Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают.

Подготовленные овощи соединяют, добавляют сахар, раствор лимонной кислоты, масло растительное и перемешивают. Температура подачи: не более 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №8\2

Номер рецептуры: 54-2з-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ;

(от 1 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|----------|---|-------|-------|------|----------|--|----|-----|-----|----|------|-----|------|-----|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| огурец | 33,9 | 30 | 0,2 | 0 | 0,8 | 4,2 | | | | | | | | |
| огурец | 67,8 | 60 | 0,4 | 0 | 1,6 | 8,4 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| огурец | 0,01 | 0,01 | 3 | 0 | 3 | 2,4 | 42 | 6,9 | 4,2 | 13 | 0,18 | 0,9 | 0,09 | 5,1 |
| огурец | 0,02 | 0,02 | 6 | 0 | 6 | 4,8 | 85 | 14 | 8,4 | 25 | 0,36 | 1,8 | 0,18 | 10 |

Технология приготовления:

Огурцы перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуришлагов, сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, затем нарезают кружочками или дольками, раскладывают на тарелки. Температура подачи: не более 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе: Внешний вид - огурцы нарезаны кружочками или дольками; вкус и запах - свойственный огурцам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №6\2

Номер рецептуры: 54-5з-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ;
(от 1 до 3 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|-------------|------------|-------------|--|-----------|------------|----------|------------|-------------|------------|-------------|------------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| лук зеленый | 4,1 | 3,6 | 0 | 0 | 0,1 | 0,7 | | | | | | | | |
| огурец | 11,9 | 10,5 | 0,1 | 0 | 0,3 | 1,5 | | | | | | | | |
| томат | 16,3 | 14,4 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3,1 | | | | | | | | |
| масло подсолнечное | 1,5 | 1,5 | 0 | 1,5 | 0 | 13,5 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 0,1 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 30 | 0,3 | 1,5 | 0,9 | 18,8 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| лук зеленый | 0 | 0 | 12 | 0 | 1,08 | 0,4 | 9,3 | 3,6 | 0,7 | 0,9 | 0,04 | 0,1 | 0,02 | 2,5 |
| огурец | 0 | 0 | 1,05 | 0 | 1,05 | 0,8 | 15 | 2,4 | 1,5 | 4,4 | 0,06 | 0,3 | 0,03 | 1,8 |
| томат | 0,01 | 0,01 | 19,2 | 0 | 3,6 | 0,4 | 42 | 2 | 2,9 | 3,7 | 0,13 | 0,3 | 0,06 | 2,9 |
| масло подсолнечное | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 39 | 0 | 0,4 | 0 | 0,1 | 0 | 4 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,01 | 0,01 | 32,2 | 0 | 5,73 | 40 | 66 | 8,4 | 5 | 9,2 | 0,23 | 4,7 | 0,11 | 7,2 |

(от 3 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|---|-------------|-------------|------------|-------------|--|------------|-----------|-----------|-----------|-------------|------------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| лук зеленый | 8,1 | 7,2 | 0,1 | 0 | 0,2 | 1,4 | | | | | | | | |
| огурец | 23,7 | 21 | 0,2 | 0 | 0,5 | 3 | | | | | | | | |
| томат | 32,5 | 28,8 | 0,3 | 0,1 | 1,1 | 6,2 | | | | | | | | |
| масло подсолнечное | 3 | 3 | 0 | 3 | 0 | 27 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Выход: | | 60 | 0,6 | 3,1 | 1,8 | 37,6 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; А - мкг рет.экв; D - мкг) | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг) | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | А | D | С | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| лук зеленый | 0 | 0,01 | 24 | 0 | 2,16 | 0,7 | 19 | 7,2 | 1,3 | 1,9 | 0,07 | 0,1 | 0,04 | 5 |
| огурец | 0,01 | 0,01 | 2,1 | 0 | 2,1 | 1,7 | 30 | 4,8 | 2,9 | 8,8 | 0,13 | 0,6 | 0,06 | 3,6 |
| томат | 0,02 | 0,01 | 38,3 | 0 | 7,2 | 0,9 | 84 | 4 | 5,8 | 7,5 | 0,26 | 0,6 | 0,12 | 5,8 |
| масло подсолнечное | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 77 | 0 | 0,7 | 0 | 0,2 | 0,01 | 8 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,03 | 0,03 | 64,4 | 0 | 11,5 | 81 | 132 | 17 | 10 | 18 | 0,47 | 9,3 | 0,22 | 14 |

Технология приготовления:

Огурцы перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, затем нарезают тонкими ломтиками.

Помидоры перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками.

Лук перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, очищают, промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Овощи смешивают, заправляют солью и растительным маслом. Температура подачи: не более 14 градусов С.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №57

Номер рецептуры: 54-10в-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ

(от 1 до 7 лет)

| Продукты | Расход сырья(г.) | | Белки | Жиры | Углеводы | Эн. ценность | | | | | | | | |
|------------------------------|--------------------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--|-------------|-----------|------------|-----------|-------------|-----------|-------------|-----------|
| | брутто | нетто | (г.) | (г.) | (г.) | (ккал.) | | | | | | | | |
| сахар-песок | 5 | 5 | 0 | 0 | 4,5 | 18,2 | | | | | | | | |
| яйцо куриное | 4 | 3,6 | 0,4 | 0,4 | 0 | 5,1 | | | | | | | | |
| дрожжи прессованные | 0,8 | 0,8 | 0,1 | 0 | 0,1 | 0,8 | | | | | | | | |
| мука пшеничная высший сорт | 40,5 | 40,5 | 4,1 | 0,5 | 25,8 | 123,7 | | | | | | | | |
| масло сливочное | 5 | 5 | 0 | 3,2 | 0,1 | 29,1 | | | | | | | | |
| соль поваренная йодированная | 0,8 | 0,8 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| вода | 18 | 18 | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | | | | | |
| ванилин | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | | | | | | | | |
| масса полуфабриката: | | 73,7 | | | | | | | | | | | | |
| Выход: | | 60 | 4,6 | 4,1 | 30,5 | 177 | | | | | | | | |
| Продукты | Витамины(В1,В2,С - в мг; | | | | | Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, | | | | | | | | |
| | В1 | В2 | A | D | C | Na | K | Ca | Mg | P | Fe | I | Se | F |
| сахар-песок | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,12 | 0,1 | 0 | 0 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| яйцо куриное | 0 | 0,01 | 5,62 | 0,08 | 0 | 3,7 | 4,18 | 1,7 | 0,4 | 6 | 0,08 | 0,7 | 0,97 | 2 |
| дрожжи прессованные | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,1 | 3,92 | 0,2 | 0,4 | 2,8 | 0,02 | 0 | 0 | 0 |
| мука пшеничная высший сорт | 0,05 | 0,01 | 0 | 0 | 0 | 0,9 | 41 | 6,4 | 5,6 | 30 | 0,42 | 0,6 | 2,14 | 8,9 |
| масло сливочное | 0 | 0 | 13,5 | 0,07 | 0 | 0,6 | 1,25 | 1,1 | 0 | 1,3 | 0,01 | 0 | 0,04 | 0,1 |
| соль поваренная йодированная | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 235 | 0,06 | 2,6 | 0,2 | 0,5 | 0,02 | 32 | 0 | 0 |
| вода | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| ванилин | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Выход: | 0,05 | 0,02 | 19,1 | 0,15 | 0 | 241 | 50,5 | 12 | 6,5 | 41 | 0,56 | 33 | 3,15 | 11 |

Технология приготовления:

Из дрожжевого теста формируют шарики массой 70 г., кладут их швом вниз на смазанные маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 мин. Поверхность шариков смазывают яйцами (1/3 от общей массы) и выпекают 8-10 минут при температуре 230-240 градусов Цельсия. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Булочка круглой формы, поверхность блестящая, светло-коричневого цвета. Мякиш ровный, хорошо пропечен. Вкус приятный, с ароматом ванилина.

