

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №1

## МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)

**Номер рецептуры: 53-19з-2020** (от 1 до 7 лет) Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
масло сливочное	5	5	0,05	3,6	0,05	33,05								
масло сливочное	10	10	0,1	7,2	0,1	66,1								
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
масло сливочное	0	0,01	22,5	0,07	0	0,8	1,5	1,2	0	1,5	0,01	0	0,05	0,1
масло сливочное	0	0,01	45	0,13	0	1,5	3	2,4	0	3	0,02	0	0,1	0,3

**Технология приготовления:**

*Масло нарезают на кусочки.*

*Перед раздачей порционированное масло хранят в холодильнике.*

*Температура подачи: не более 14 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:** *Консистенция – твердая; масса однородная; вкус и запах – сливочного масла.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №3

### ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ

Номер рецептуры: 54-20з-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.)								
горошек зеленый консерв.	46,5	30	0,9	0,1	1,8	11,1								
<b>Выход:</b>		<b>30</b>	<b>0,9</b>	<b>0,1</b>	<b>1,8</b>	<b>11,1</b>								
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
горошек зеленый консерв.	0,02	0,01	9	0	1,2	82	25	5,3	5,5	16	0,18	0	0,34	0
<b>Выход:</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>1,2</b>	<b>82</b>	<b>25</b>	<b>5,3</b>	<b>5,5</b>	<b>16</b>	<b>0,18</b>	<b>0</b>	<b>0,34</b>	<b>0</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
горошек зеленый консерв.	93	60	1,7	0,1	3,5	22,1								
<b>Выход:</b>		<b>60</b>	<b>1,7</b>	<b>0,1</b>	<b>3,5</b>	<b>22,1</b>								
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
горошек зеленый консерв.	0,05	0,02	18	0	2,4	164	49	11	11	32	0,37	0	0,69	0
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>2,4</b>	<b>164</b>	<b>49</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>32</b>	<b>0,37</b>	<b>0</b>	<b>0,69</b>	<b>0</b>

#### Технология приготовления:

Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку 3-5 минут, затем отвар сливают. Охлажденный горошек 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. Температура подачи: не более 14 градусов С.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 6

### ВИНЕГРЕТ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ

Номер рецептуры: 54-16з-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.)								
картофель	9	6,6	0,1	0	1	4,6								
лук репчатый	5,6	4,5	0,1	0	0,3	1,7								
морковь	3,8	3	0	0	0,2	0,9								
свекла	5,6	4,5	0,1	0	0,4	1,7								
огурец соленый	11,2	9	0,1	0	0,1	0,9								
масло подсолнечное	3	3	0	2,6	0	23,7								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>30</b>	<b>0,4</b>	<b>2,6</b>	<b>2</b>	<b>33,5</b>								
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
картофель	0,01	0	0,12	0	0,53	0,3	31	0,6	1,3	3,3	0,05	0,3	0,02	2
лук репчатый	0	0	0	0	0,18	0,1	6,5	1,2	0,6	2,3	0,03	0,1	0,02	1,4
морковь	0	0	36	0	0,06	0,5	5	0,7	1	1,4	0,02	0,2	0	1,7
свекла	0	0	0,05	0	0,18	1,6	11	1,5	0,9	1,7	0,05	0,3	0,03	0,9
огурец соленый	0	0	0,27	0	0,18	76	11	1,8	1,1	1,9	0,05	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	22	0	0,2	0	0,1	0	3	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0</b>	<b>36,4</b>	<b>0</b>	<b>1,13</b>	<b>100</b>	<b>64</b>	<b>6,1</b>	<b>4,8</b>	<b>11</b>	<b>0,2</b>	<b>3,9</b>	<b>0,07</b>	<b>5,9</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)
картофель	18	13,2	0,2	0	2	9,2
лук репчатый	11,2	9	0,1	0	0,7	3,3
морковь	7,5	6	0,1	0	0,4	1,8
свекла	11,2	9	0,1	0	0,7	3,5
огурец соленый	22,5	18	0,1	0	0,3	1,8
масло подсолнечное	6	6	0	5,3	0	47,5
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0
<b>Выход:</b>		<b>60</b>	<b>0,6</b>	<b>5,3</b>	<b>4,1</b>	<b>67,1</b>

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
картофель	0,01	0,01	0,24	0	1,06	0,5	62	1,2	2,6	6,7	0,1	0,7	0,03	4
лук репчатый	0	0	0	0	0,36	0,3	13	2,5	1,1	4,5	0,06	0,3	0,04	2,8
морковь	0	0	72	0	0,12	1	10	1,4	2	2,9	0,04	0,3	0,01	3,3
свекла	0	0	0,11	0	0,36	3,2	22	2,9	1,7	3,4	0,11	0,6	0,06	1,8
огурец соленый	0	0	0,54	0	0,36	152	21	3,6	2,2	3,8	0,09	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	44	0	0,5	0	0,1	0	6	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>72,9</b>	<b>0</b>	<b>2,26</b>	<b>201</b>	<b>128</b>	<b>12</b>	<b>9,7</b>	<b>21</b>	<b>0,4</b>	<b>7,9</b>	<b>0,14</b>	<b>12</b>

#### **Технология приготовления:**

*Свеклу перебирают, промывают проточной водой, обрезают, запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают, нарезают на овощерезке на кубики.*

*Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками.*

*Морковь перебирают, моют, чистят, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками.*

*Огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками 1 x 6 мм, отжимают.*

*Лук репчатый перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и нарезают на мелкие кубики, бланшируют.*

*Все овощи, за исключением свеклы, соединяют, заправляют растительным маслом и солью.*

*Свеклу заправляют растительным маслом отдельно, затем соединяют с остальными овощами, хорошо перемешивают. Температура подачи: не более 14 градусов С.*

#### **Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - овощи аккуратно нарезаны; консистенция: вареные овощи - мягкие, сырые - слегка хрустящие; цвет - соответствует виду овощей; вкус и запах - соответствуют виду овощей.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2

### СЫР ТВЕРДЫХ СОРТОВ В НАРЕЗКЕ

**Номер рецептуры: 54-1з-2020** Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

**(от 1 до 7 лет)**

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
сыр российский	10,4	10	2,3	3	0	35,8								
сыр российский	15,6	15	3,45	4,5	0	53,7								
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
сыр российский	0	0,03	26	0,1	0,07	81	8,8	88	3,5	50	0,1	0	1,45	0
сыр российский	0	0,05	39	0,15	0,11	122	13	132	5,3	75	0,15	0	2,18	0

#### **Технология приготовления:**

*Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2-3 мм.*

*Сыр нарезают не ранее чем за 30-40 мин до отпуска.*

*Перед раздачей порционированный сыр хранят в холодильнике.*

*Температура подачи: не более 14 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:** *Внешний вид - форма нарезки сохранена; вкус, цвет и запах - соответствуют используемому продукту.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 30

### КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ;

**Номер рецептуры: 54-4г-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.)								
крупа гречневая ядрица	55,2	55,2	6,6	1,6	28,7	155,3								
масло сливочное	5,4	5,4	0,1	3,4	0,1	31,7								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	81,6	81,6	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>6,6</b>	<b>5,0</b>	<b>28,8</b>	<b>187,0</b>								
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 гречневая ядрица	0,17	0,09	0,66	0	0	1,3	174	9,7	96	143	3,22	1,8	2,77	13
масло сливочное	0	0,01	14,7	0,07	0	0,6	1,4	1,2	0	1,4	0,01	0	0,05	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
<b>Выход:</b>	<b>0,17</b>	<b>0,1</b>	<b>15,4</b>	<b>0,07</b>	<b>0</b>	<b>120</b>	<b>175</b>	<b>12</b>	<b>96</b>	<b>145</b>	<b>3,23</b>	<b>18</b>	<b>2,82</b>	<b>13</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)
крупа гречневая ядрица	69	69	8,2	2	35,9	194,1
масло сливочное	6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0
вода	102	102	0	0	0	0
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>8,3</b>	<b>6,3</b>	<b>36</b>	<b>233,7</b>

#### Технология приготовления:

*Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывающие пустые зерна удаляют (ситечком) и варят до загустения, помешивая.*

*Когда каша делается густой, помешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или водяной бане (температура 100 С) или в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия. Затем вливают растопленное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой, уваривают еще 3-4 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С. Характеристика блюда на выходе:*

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

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 40

### БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ;

Номер рецептуры: 54-6м-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.)
говядина I категории	58,3	51,6	9,04	7,3	0,0	101,4
хлеб пшеничный	11,4	11,4	0,8	0,1	5,1	24,5
молоко	13,8	13,8	0,4	0,3	0,6	6,6
сухари панировочные	6,6	6,6	0,7	0,1	4,1	19,8
масло сливочное	4,2	4,2	0	2,7	0,1	24,6
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Масса полуфабриката		<b>87,9</b>				
<b>Выход:</b>		<b>60</b>	<b>11</b>	<b>10,5</b>	<b>9,9</b>	<b>177</b>

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
говядина I категории	0,02	0,06	0	0	0	25	140	4,1	9,9	84	1,22	3,7	0	33
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	43	8,83	2	1,4	6,5	0,11	0,4	0,61	1,7
молоко	0	0,02	1,82	0	0,07	5,3	16,8	15	1,7	11	0,02	1,2	0,24	2,8
сухари панировочные	0,01	0,01	0	0	0	27	10,5	1,8	2,7	7,2	0,19	0	1,47	0
масло сливочное	0	0,01	11,4	0,06	0	0,5	1,06	0,9	0	1,1	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	47	0,01	0,5	0	0,1	0,01	6,4	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,04</b>	<b>0,1</b>	<b>13,3</b>	<b>0,06</b>	<b>0,07</b>	<b>149</b>	<b>177</b>	<b>24</b>	<b>16</b>	<b>110</b>	<b>1,55</b>	<b>12</b>	<b>2,36</b>	<b>37</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)
говядина I категории	72,9	64,5	11,3	9,1	0	126,8
хлеб пшеничный	14,3	14,3	1	0,1	6,4	30,6
молоко	17,3	17,3	0,5	0,4	0,8	8,3
сухари панировочные	8,3	8,3	0,9	0,1	5,1	24,8
масло сливочное	5,3	5,3	0	3,4	0,1	30,8
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
Масса полуфабриката		<b>109,9</b>				
<b>Выход:</b>		<b>75</b>	<b>13,7</b>	<b>13,1</b>	<b>12,4</b>	<b>221,3</b>

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
говядина I категории	0,03	0,08	0	0	0	32	175	5,1	12	106	1,52	4,6	0	41
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	54	11	2,5	1,7	8,1	0,14	0,5	0,76	2,1
молоко	0	0,02	2,28	0	0,09	6,6	21	18	2,1	14	0,02	1,6	0,3	3,5
сухари панировочные	0,01	0,01	0	0	0	34	13,1	2,3	3,4	9	0,24	0	1,84	0
масло сливочное	0	0,01	14,3	0,07	0	0,6	1,32	1,1	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0,01	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,12</b>	<b>16,6</b>	<b>0,07</b>	<b>0,09</b>	<b>186</b>	<b>221</b>	<b>30</b>	<b>20</b>	<b>138</b>	<b>1,94</b>	<b>15</b>	<b>2,95</b>	<b>46</b>

#### Технология приготовления:

Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченном в молоке, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку.

*Массу перемешивают, формируют биточки. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока. Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.*



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №51

### КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ;

Номер рецептуры: 54-1хн-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								
смесь сухофруктов	20,1	18,8	0,4	0	10,1	41,7								
вода	142,5	142,5	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>14,9</b>	<b>60,8</b>								
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
смесь сухофруктов	0	0	11,3	0	0,02	0	0	37	1,6	3,2	0,05	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11,3</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>0</b>	<b>0,13</b>	<b>37</b>	<b>1,6</b>	<b>3,2</b>	<b>0,06</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

(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								
смесь сухофруктов	26,8	25	0,5	0	13,4	55,6								
вода	190	190	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>19,8</b>	<b>81</b>								
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
смесь сухофруктов	0	0	15	0	0,02	0	0	49	2,1	4,3	0,07	0	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>0,1</b>	<b>0,2</b>	<b>50</b>	<b>2,1</b>	<b>4,3</b>	<b>0,09</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

#### Технология приготовления:

*Сухофрукты перебирают, промывают в теплой воде.*

*Подготовленные сухофрукты закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5-2 часа; яблоки 20-30 минут; урюк 18-20 минут; изюм 5-10 минут.*

*Компот охлаждают, процеживают.*

*Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром.*

#### Характеристика блюда на выходе:

*Внешний вид - компот прозрачный; цвет - коричневатый; вкус - сладкий; запах и вкус - характерный для компота из сухофруктов.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №8

### САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ;

Номер рецептуры: 54-13з-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.)								
свекла	35,6	28,5	0,4	0	2,3	11								
масло подсолнечное	1,5	1,5	0	1,3	0	11,9								
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>30</b>	<b>0,4</b>	<b>1,3</b>	<b>2,3</b>	<b>22,9</b>								
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	0,34	0	1,14	10	68	9,3	5,5	11	0,35	2	0,18	5,7
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
<b>Выход:</b>	<b>0</b>	<b>0,01</b>	<b>0,34</b>	<b>0</b>	<b>1,14</b>	<b>39</b>	<b>68</b>	<b>9,6</b>	<b>5,5</b>	<b>11</b>	<b>0,35</b>	<b>6</b>	<b>0,18</b>	<b>5,7</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
свекла	71,2	57	0,8	0,1	4,6	21,9								
масло подсолнечное	3	3	0	2,6	0	23,7								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>60</b>	<b>0,8</b>	<b>2,7</b>	<b>4,6</b>	<b>45,6</b>								
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	0,02	0,68	0	2,28	20	136	19	11	21	0,69	4	0,35	11
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
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,02</b>	<b>0,68</b>	<b>0</b>	<b>2,28</b>	<b>79</b>	<b>136</b>	<b>19</b>	<b>11</b>	<b>22</b>	<b>0,7</b>	<b>12</b>	<b>0,35</b>	<b>11</b>

#### Технология приготовления:

Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают, очищают от кожицы, измельчают на овощерезке. При отпуске заправляют солью, растительным маслом.

**Характеристика блюда на выходе:** Внешний вид - свекла мелко измельчена; консистенция: мягкая, сочная; цвет - темно-малиновый; вкус и запах - свойственные свекле.

Температура подачи: не более 14 градусов С.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 18

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

### СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ; (от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
картофель	108	80	1,5	0,2	11,8	56								
макаронные изделия	8	8	0,8	0,1	5,1	24,6								
лук репчатый	10	8	0,1	0	0,6	2,9								
морковь	10	8	0,1	0	0,5	2,4								
масло подсолнечное	3	3	0	1,8	0	15,8								
лавровый лист	0	0	0	0	0,1	0,1								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
бульон	140	140	2,6	0,6	0,3	17,6								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>5,16</b>	<b>2,6</b>	<b>18,5</b>	<b>119,6</b>								
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
картофель	0,35	0,22	7,2	0	32	15,2	1886	35	80	202	3,13	20	0,94	120
макаронные изделия	0,05	0,01	0	0	0	0,91	40,8	6,7	5,6	30	0,56	0,6	0	9,2
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,2	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,43</b>	<b>0,26</b>	<b>488</b>	<b>0</b>	<b>34,4</b>	<b>465</b>	<b>2052</b>	<b>69</b>	<b>104</b>	<b>273</b>	<b>4,32</b>	<b>84</b>	<b>1,16</b>	<b>164</b>

#### Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла.

В кипящий бульон кладут картофель, и варят 5-10 минут, затем добавляют макаронные изделия варят ещё 10-15 минут, за 10 минут до окончания варки добавляют бланшированные морковь

луком. Можно макаронные изделия отваривать до полуготовности отдельно, тогда бульон будет прозрачнее.

За 5 минут до готовности суп заправляют солью.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – картофель, макаронные изделия и овощи сохранили форму нарезки; консистенция – картофель, макаронные изделия и овощи – мягкие; цвет бульона - желтоватый; вкус свойственный картофельному супу; запах – овощей, картофеля и макаронных изделий.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 9

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

### СУП СЛИВОЧНЫЙ С РЫБОЙ (ГОРБУША);

(от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
картофель	374	275	5,2	1	40,8	192,6								
молоко	75	75	2	1,7	3,3	36,1								
лук репчатый	31,2	25	0,3	0	1,9	9,2								
морковь	31,2	25	0,3	0	1,6	7,7								
горбуша (филе)	169,5	150	28,9	8,6	0	192,8								
масло сливочное	25	25	0,2	15,9	0,3	145,5								
лавровый лист	0,1	0,1	0	0	0	0,3								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
вода	825	825	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>1000</b>	<b>36,9</b>	<b>27,2</b>	<b>47,9</b>	<b>584,2</b>								
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
картофель	0,24	0,15	4,95	0	22	10,5	1296	24	55	139	2,15	14	0,65	83
молоко	0,02	0,09	9,9	0	0,39	28,5	90,9	79	9,1	59	0,07	6,8	1,32	15
лук репчатый	0,01	0	0	0	1	0,76	36,3	6,8	3	13	0,17	0,8	0,11	7,8
морковь	0,01	0,01	300	0	0,5	3,99	41,5	5,9	8,3	12	0,15	1,3	0,02	14
горбуша (филе)	0,22	0,19	27	0,01	0,54	79,8	417	26	39	261	0,78	75	58,9	645
масло сливочное	0	0,02	67,5	0,33	0	2,85	6,22	5,3	0	6,5	0,04	0	0,22	0,7
лавровый лист	0	0	0,19	0	0,02	0,02	0,44	0,7	0,1	0,1	0,04	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,5</b>	<b>0,46</b>	<b>410</b>	<b>0,34</b>	<b>24,5</b>	<b>568</b>	<b>1889</b>	<b>153</b>	<b>115</b>	<b>491</b>	<b>3,44</b>	<b>158</b>	<b>61,2</b>	<b>765</b>

#### Технология приготовления:

*Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки.*

*Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают брусочками (кубиками).*

*Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.*

*Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют.*

*Морковь и лук пассеруют. Рыбное филе припускают с добавлением соли. Готовое филе вынимают.*

*В процеженный рыбный бульон кладут нарезанный картофель, пассерованные лук и морковь и варят. В конце варки кладут отварное филе горбуши, соль и лавровый лист вводят молоко и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.*

#### Характеристика блюда на выходе:

*Внешний вид – картофель порезан брусочками или кубиками; консистенция овощей - мягкая; вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат молока, рыбы и овощей.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10

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

### БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ; (от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)
свекла	200	160	2,3	0,1	12,8	61,5
картофель	108,8	80	1,5	0,3	11,9	56
сахар-песок	10	10	0	0	9,1	36,3
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8
томатное пюре	30	30	1	0	3,2	16,9
капуста белокочанная	100	80	1,4	0,1	3,4	19,7
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7
морковь	62,5	50	0,6	0	3,1	15,4
петрушка (корень)	2,5	2	0	0	0,2	0,9
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0
кислота лимонная	1	1	0	0	0	0,3
бульон	800	800	15	3,5	2,2	100,6
<b>Выход:</b>		<b>1000</b>	<b>23,5</b>	<b>28,3</b>	<b>50,6</b>	<b>551,8</b>

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	0,02	0,05	1,92	0	6,4	55,9	382	52	31	60	1,95	11	0,99
картофель	0,07	0,04	1,44	0	6,4	3,04	377	7	16	40	0,63	4	0,19	24
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,08	0,25	0,2	0	0	0,03	0	0	0
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
томатное пюре	0,01	0,01	36	0	3,12	2,28	167	5,3	12	18	0,52	0	0,18	0
капуста белокочанная	0,02	0,03	1,44	0	14,4	7,9	199	34	11	22	0,42	2,4	0,21	8
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12
морковь	0,02	0,03	600	0	1	7,98	83	12	17	24	0,3	2,5	0,04	28
петрушка (корень)	0	0	0,02	0	0,28	0,12	5,68	1	0,4	1,3	0,01	0	0	2,2
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
кислота лимонная	0	0	0,02	0	0,52	0,05	1,33	1,2	0,1	0,1	0,01	0	0,01	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,16</b>	<b>0,21</b>	<b>673</b>	<b>0</b>	<b>33,8</b>	<b>535</b>	<b>1323</b>	<b>168</b>	<b>96</b>	<b>213</b>	<b>4,35</b>	<b>86</b>	<b>1,98</b>	<b>113</b>

#### Технология приготовления:

*Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).*

*Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.*

*Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой.*

*Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.*

*Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.*

*Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.*

*В кипящий бульон закладывают нашинкованную капусту, доводят до кипения, варят 10 мин., затем закладывают картофель, вареную свеклу, коренья, пассерованный лук с морковью, томатную пасту, варят до готовности овощей.*

*За 5 минут до готовности борщ заправляют солью, сахаром, лимонной кислотой.*

*За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.*

*Температура подачи: не менее 75 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 11

### ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ;

Номер рецептуры: 54-1с-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

#### Номер рецептуры: 54-1с-2020 (от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
мука пшеничная высший сорт	10	10	1	0,1	6,4	30,5								
томатное пюре	6	6	0,2	0	0,6	3,4								
капуста белокочанная	350	280	4,7	0,2	12	69,1								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
петрушка (корень)	2,5	2	0	0	0,2	0,9								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон	800	800	15	3,5	2,2	100,6								
<b>Выход:</b>		<b>1000</b>	<b>23,1</b>	<b>28,1</b>	<b>28,6</b>	<b>461</b>								
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
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,23	10,1	1,6	1,4	7,5	0,1	0,2	0,53	2,2
томатное пюре	0	0	7,2	0	0,62	0,46	33,4	1,1	2,4	3,7	0,1	0	0,04	0
капуста белокочанная	0,06	0,09	5,04	0	50,4	27,7	697	118	39	76	1,46	8,4	0,74	28
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
петрушка (корень)	0	0	0,02	0	0,28	0,12	5,68	1	0,4	1,3	0,01	0	0	2,2
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,11</b>	<b>0,16</b>	<b>525</b>	<b>0</b>	<b>53,8</b>	<b>493</b>	<b>920</b>	<b>187</b>	<b>66</b>	<b>155</b>	<b>2,39</b>	<b>76</b>	<b>1,71</b>	<b>74</b>

#### Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Морковь припускают с маслом и небольшим количеством бульона до полуготовности.

Нашинкованный лук слегка бланшируют и пассируют на масле.

В кипящий бульон кладут капусту, доводят до кипения, добавляют припущенные коренья, лук и варят 20-30 минут. За 5 минут до готовности добавляют соль, бланшированное томатное пюре, подсушенную муку, разведенную водой, и варят до готовности.

За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Вкус - капусты в сочетании с овощами; запах - приятный, свойственный вареным овощам

*Характеристика блюда на выходе: Внешний вид – картофель и овощи сохранили форму нарезки, горох разваренный; консистенция – картофель, горох и овощи – мягкие; цвет бульона - желтоватый; вкус - свойственный гороху; запах – гороха.*



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 13

Номер рецептуры: 54-8с-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

### СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ; (от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
картофель	340	250	4,7	0,9	37,1	175,1								
горох	80	80	15,4	1,4	36	218,5								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
петрушка (корень)	12,5	10	0,1	0,1	0,9	4,7								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон	650	650	12,2	2,9	1,8	81,7								
<b>Выход:</b>		<b>1000</b>	<b>33,4</b>	<b>23</b>	<b>81,4</b>	<b>665,7</b>								
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
картофель	0,22	0,14	4,5	0	20	9,5	1179	22	50	126	1,96	13	0,59	75
горох	0,47	0,1	0,96	0	0	20,1	580	81	74	229	4,73	4,1	9,22	24
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
петрушка (корень)	0,01	0,01	0,12	0	1,4	0,61	28,4	5	1,9	6,4	0,06	0	0,01	11
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,73</b>	<b>0,28</b>	<b>486</b>	<b>0</b>	<b>23,8</b>	<b>479</b>	<b>1912</b>	<b>135</b>	<b>145</b>	<b>402</b>	<b>7,38</b>	<b>80</b>	<b>10</b>	<b>144</b>

#### Технология приготовления:

*Горох перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа.*

*Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).*

*Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.*

*Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.*

*Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.*

*Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой на масле.*

*Подготовленный горох кладут в бульон доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, пассерованные с маслом морковь и петрушку, лук и варят до готовности.*

*За 5 минут до готовности суп заправляют солью.*

*За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист.*

*Температура подачи: не менее 75 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:** Внешний вид – картофель и овощи сохранили форму нарезки, горох разваренный; консистенция – картофель, горох и овощи – мягкие; цвет бульона – желтоватый; вкус – свойственный гороху; запах – гороха.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 14

### СУП ИЗ ОВОЩЕЙ;

Номер рецептуры: 54-17с-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

(от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
картофель	272	200	3,8	0,7	29,7	140								
горошек зеленый консерв.	46,5	30	0,9	0,1	1,8	11,1								
капуста белокочанная	100	80	1,4	0,1	3,4	19,7								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
соль поваренная йодированная	5	5	0	0	0	0								
вода	750	750	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>1000</b>	<b>7,1</b>	<b>18,6</b>	<b>40,4</b>	<b>356</b>								
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
картофель	0,17	0,11	3,6	0	16	7,6	943	18	40	101	1,57	10	0,47	60
горошек зеленый консерв.	0,02	0,01	9	0	1,2	82,1	24,7	5,3	5,5	16	0,18	0	0,34	0
капуста белокочанная	0,02	0,03	1,44	0	14,4	7,9	199	34	11	22	0,42	2,4	0,21	8
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	1471	0,37	16	1	3,3	0,13	200	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,24</b>	<b>0,18</b>	<b>494</b>	<b>0</b>	<b>34</b>	<b>1576</b>	<b>1292</b>	<b>93</b>	<b>76</b>	<b>182</b>	<b>2,82</b>	<b>216</b>	<b>1,24</b>	<b>102</b>

#### Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла. В кипящий воду кладут нарезанную капусту, доводят до кипения и варят 10 мин, затем закладывают картофель, нарезанный брусочками. Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассированный репчатый лук, зеленый горошек, томатную пасту. Варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – бульон прозрачный, форма овощей сохранена, консистенция мягкая; вкус – соответствует наименованию блюда; запах - аромат овощей.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 15

### СВЕКОЛЬНИК;

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

(от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
картофель	265,4	195,1	3,7	0,7	28,9	136,6								
томатное пюре	36,1	36,1	1,2	0	3,9	20,4								
лук репчатый	48,8	39	0,5	0,1	2,9	14,3								
морковь	24,4	19,5	0,2	0	1,2	6								
свекла	243,9	195,1	2,8	0,2	15,6	75,1								
сметана	24,4	24,4	0,6	3,2	0,8	34,6								
масло подсолнечное	19,5	19,5	0	17,2	0	154,4								
лавровый лист	0	0	0	0	0	0,1								
соль поваренная йодированная	4,9	4,9	0	0	0	0								
вода	682,9	682,9	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>1000</b>	<b>9</b>	<b>21,4</b>	<b>53,3</b>	<b>441,5</b>								
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
картофель	0,17	0,11	3,51	0	15,6	7,41	920	17	39	98	1,53	9,8	0,46	59
томатное пюре	0,01	0,01	43,3	0	3,75	2,74	201	6,4	14	22	0,63	0	0,22	0
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,56	1,19	56,7	11	4,8	20	0,27	1,2	0,17	12
морковь	0,01	0,01	234	0	0,39	3,11	32,4	4,6	6,5	9,3	0,12	1	0,02	11
свекла	0,03	0,06	2,34	0	7,8	68,2	466	64	37	73	2,38	14	1,2	39
сметана	0,01	0,02	15,7	0	0,04	7,41	23,5	19	1,9	13	0,04	2,2	0,09	3,4
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,3	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,09	0	0,01	0,01	0,21	0,4	0,1	0,1	0,02	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	1435	0,36	16	0,9	3,2	0,12	195	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,24</b>	<b>0,22</b>	<b>299</b>	<b>0</b>	<b>29,2</b>	<b>1525</b>	<b>1700</b>	<b>137</b>	<b>105</b>	<b>239</b>	<b>5,11</b>	<b>223</b>	<b>2,16</b>	<b>124</b>

#### Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают брусочками (кубиками). Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Морковь и лук пассеруют. В кипящий бульон закладывают картофель, вареную свеклу, пассерованный лук с морковью, томатную пасту, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – бульон темно-розового цвета, на поверхности жидкой части сметана, форма овощей сохранена, консистенция мягкая; вкус – соответствует наименованию блюда; запах - аромат овощей.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 16\2

### СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ;

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

(от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)
картофель	408	300	5,6	1,1	44,5	210,1
крупа рисовая	20	20	1,3	0,2	13,5	60,7
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7
говядина I категории	128,8	114	19,9	16,1	0	224,2
яйцо куриное	8,8	8	1	0,8	0,1	11,3
томатное пюре	10	10	0,3	0	1,1	5,6
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3
петрушка (корень)	12,5	10	0,1	0,1	0,9	4,7
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5
соль поваренная йодированная	2,4	2,4	0	0	0	0
вода	10	10	0	0	0	0
бульон	700	700	13,2	3,1	1,9	88
<b>Выход:</b>		<b>1000</b>	<b>43,2</b>	<b>21,6</b>	<b>69,6</b>	<b>645</b>

Продукты	Витамины(B1,B2,C - в мг; A - 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
	картофель	0,26	0,17	5,4	0	24	11,4	1414	26	60	151	2,35	15	0,71
крупа рисовая	0,01	0,01	0	0	0	1,82	16,6	1,4	8,7	26	0,17	0,3	2,66	10
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12
говядина I категории	0,05	0,14	0	0	0	56,3	308	9	22	186	2,68	8,2	0	72
яйцо куриное	0	0,03	12,5	0,18	0	8,15	9,3	3,9	0,8	13	0,17	1,6	2,16	4,4
томатное пюре	0	0	12	0	1,04	0,76	55,6	1,8	4	6,1	0,17	0	0,06	0
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
петрушка (корень)	0,01	0,01	0,12	0	1,4	0,61	28,4	5	1,9	6,4	0,06	0	0,01	11
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	706	0,18	7,8	0,5	1,6	0,06	96	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,45</b>	<b>0,43</b>	<b>512</b>	<b>0,18</b>	<b>37,3</b>	<b>795</b>	<b>2428</b>	<b>87</b>	<b>129</b>	<b>460</b>	<b>6,93</b>	<b>129</b>	<b>3,43</b>	<b>245</b>

#### Технология приготовления:

*Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).*

*Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.*

*Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют, делят на две части.*

*Одну часть лука бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой, вторую часть лука бланшируют отдельно для добавления в мясо.*

*Мясо дефростируют, промывают проточной водой при помощи щетки, нарезают на куски и пропускают через мясорубку (2-3 раза), добавляют мелко рубленый бланшированный лук, яйцо, соль и воду, перемешивают и выбивают, затем разделяют на шарики по 7-10 г, укладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и готовят на пару 15-20 минут, или варят в кастрюле – 15-20 минут. Готовые фрикадельки хранят в бульоне*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 16\1

### СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (КРУПА пшённая);

Номер рецептуры: 54-11с-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021 (от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
картофель	136	100	1,9	0,4	14,8	70								
крупа пшённая	40	40	2,6	0,4	26,9	121,4								
капуста белокочанная	150	120	2	0,1	5,1	29,6								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон	850	850	16	3,7	2,3	106,9								
<b>Выход:</b>		<b>1000</b>	<b>24,7</b>	<b>28,9</b>	<b>56,3</b>	<b>584,4</b>								
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
картофель	0,09	0,06	1,8	0	8	3,8	471	8,8	20	50	0,78	5	0,24	30
крупа пшеничная	0,02	0,01	0	0	0	3,65	33,2	2,8	17	52	0,35	0,6	5,32	20
капуста белокочанная	0,03	0,04	2,16	0	21,6	11,9	299	51	17	32	0,63	3,6	0,32	12
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,18</b>	<b>0,18</b>	<b>516</b>	<b>0</b>	<b>32,1</b>	<b>483</b>	<b>977</b>	<b>128</b>	<b>77</b>	<b>202</b>	<b>2,48</b>	<b>77</b>	<b>6,28</b>	<b>103</b>

#### Технология приготовления:

Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины.

Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).

Крупу рисовую перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.

Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.

Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла.

Крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают.

В кипящий бульон кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем добавляют капусту, картофель. За 10 минут до окончания варки добавляют пассерованные морковь и лук, варят суп до готовности.

За 5 минут до готовности суп заправляют солью.

За 1-2 минуты до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 17

### РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИ

Номер рецептуры: 54-3с-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

(от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
картофель	408	300	5,6	1,1	44,5	210,1								
крупа рисовая	20	20	1,3	0,2	13,5	60,7								
лук репчатый	50	40	0,5	0,1	3	14,7								
морковь	50	40	0,5	0	2,5	12,3								
огурец соленый	75	60	0,5	0,1	0,9	6								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
масло подсолнечное	20	20	0	17,6	0	158,2								
лавровый лист	0,2	0,2	0	0	0,1	0,5								
соль поваренная йодированная	1,5	1,5	0	0	0	0								
бульон	750	750	14,1	3,3	2	94,3								
<b>Выход:</b>		<b>1000</b>	<b>23,7</b>	<b>29</b>	<b>68,1</b>	<b>627,6</b>								
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
картофель	0,26	0,17	5,4	0	24	11,4	1414	26	60	151	2,35	15	0,71	90
крупа рисовая	0,01	0,01	0	0	0	1,82	16,6	1,4	8,7	26	0,17	0,3	2,66	10
лук репчатый	0,01	0,01	0	0	1,6	1,22	58,1	11	4,9	20	0,28	1,2	0,18	12
морковь	0,02	0,02	480	0	0,8	6,38	66,4	9,5	13	19	0,24	2	0,04	22
огурец соленый	0,01	0,01	1,8	0	1,2	507	70,2	12	7,3	13	0,31	0	0	0
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15,2	48,1	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0	0	0	0
лавровый лист	0	0	0,37	0	0,04	0,03	0,88	1,5	0,2	0,2	0,07	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	441	0,11	4,9	0,3	1	0,04	60	0	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,32</b>	<b>0,26</b>	<b>520</b>	<b>0</b>	<b>27,7</b>	<b>984</b>	<b>1675</b>	<b>105</b>	<b>99</b>	<b>257</b>	<b>3,55</b>	<b>83</b>	<b>3,77</b>	<b>141</b>

#### Технология приготовления:

*Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками).*

*Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.*

*Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.*

*Морковь и лук пассеруют с добавлением масла.*

*Соленые огурцы очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ромбиками. Соленые огурцы припускают в небольшом количестве бульона 10-15 мин.*

*Крупу рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду.*

*Крупу закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают.*

*В кипящий бульон кладут полупроваренную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, пассерованные репчатый лук и морковь, через 5-10 мин добавляют припущенные огурцы.*

*За 5 минут до готовности рассольник заправляют солью.*

*За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения.*

*Температура подачи: не менее 75 градусов С.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 26\2

### КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ;

Номер рецептуры: 54-13к-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.)								
крупа пшеничная	30	30	3,1	0,3	18,7	90,1								
молоко	100	100	1,7	1,4	2,8	30,6								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	6	6	0	3,8	0,1	34,9								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	32,4	32,4	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>6</b>	<b>7,2</b>	<b>21</b>	<b>202,8</b>								
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	0,06	0,02	0	0	0	3,9	57	11	16	72	1,23	0	18,7	0
молоко	0,02	0,08	8,4	0	0,33	24	77	67	7,8	50	0,06	5,7	1,12	13
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,5	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,08</b>	<b>0,11</b>	<b>24,6</b>	<b>0,08</b>	<b>0,33</b>	<b>205</b>	<b>136</b>	<b>81</b>	<b>24</b>	<b>124</b>	<b>1,32</b>	<b>30</b>	<b>19,8</b>	<b>13</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
крупа пшеничная	37,5	37,5	3,9	0,4	23,4	112,6								
молоко	130	130	2,2	1,7	3,5	38,3								
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	8,2								
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,6								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	40,5	40,5	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>6,2</b>	<b>6,9</b>	<b>29</b>	<b>270,5</b>								
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	0,08	0,03	0	0	0	4,8	72	13	20	90	1,53	0	23,3	0
молоко	0,02	0,1	10,5	0	0,41	30	96	84	9,7	62	0,07	7,2	1,4	16
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
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	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,1</b>	<b>0,14</b>	<b>30,7</b>	<b>0,1</b>	<b>0,41</b>	<b>257</b>	<b>170</b>	<b>101</b>	<b>29</b>	<b>155</b>	<b>1,64</b>	<b>37</b>	<b>24,8</b>	<b>16</b>

#### Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40-50 С), затем горячей водой (60-70 С), после промывания ошпаривают. В кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20

### КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ

Номер рецептуры: 54-6к-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.)								
крупа пшеничная	30	30	3,2	0,9	18,2	93,4								
молоко	100	100	1,7	1,4	2,7	30,1								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	6	6	0	3,8	0,1	34,9								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	31,2	31,2	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>6,1</b>	<b>7,6</b>	<b>28,2</b>	<b>206,1</b>								
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
крупа пшеничная	0,09	0,01	0,54	0	0	2,3	53	7,1	22	61	0,7	1,4	0,71	8,4
молоко	0,02	0,07	8,24	0	0,32	24	76	66	7,6	49	0,05	5,6	1,1	12
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,5	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,11</b>	<b>0,09</b>	<b>25</b>	<b>0,08</b>	<b>0,32</b>	<b>203</b>	<b>130</b>	<b>76</b>	<b>29</b>	<b>112</b>	<b>0,78</b>	<b>31</b>	<b>1,86</b>	<b>21</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
крупа пшеничная	37,5	37,5	4,1	1,1	22,7	116,8								
молоко	130	130	2,1	1,7	3,4	37,6								
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	8,2								
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,6								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	39	39	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>8,4</b>	<b>10,1</b>	<b>37,6</b>	<b>275,0</b>								
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
крупа пшеничная	0,11	0,01	0,67	0	0	2,9	66	8,9	27	76	0,88	1,7	0,89	11
молоко	0,02	0,09	10,3	0	0,41	30	95	82	9,5	61	0,07	7	1,37	16
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
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	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,13</b>	<b>0,11</b>	<b>31,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,41</b>	<b>254</b>	<b>162</b>	<b>95</b>	<b>37</b>	<b>140</b>	<b>0,99</b>	<b>39</b>	<b>2,33</b>	<b>26</b>

#### Технология приготовления:

*Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40-50 С), затем горячей водой (60-70 С), пшено после промывания ошпаривают.*

*В кипящую воду с молоком, добавляют соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу при слабом кипении.*



*За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке.*

*Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - каша мягкая, однородная; консистенция - мягкая, однородная; цвет - желтоватый; вкус и запах - соответствуют наименованию каши.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 21

### КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ;

Номер рецептуры: 54-9к-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.)								
крупа овсяная	30	30	3,5	1,6	16,2	93,3								
молоко	100	100	1,6	1,3	2,6	28,9								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	6	6	0	3,8	0,1	34,9								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	36	36	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>6,3</b>	<b>8,3</b>	<b>25,6</b>	<b>204,5</b>								
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
крупа овсяная	0,11	0,03	0	0	0	8	90	17	30	91	1,02	1,4	7,63	25
молоко	0,02	0,07	7,92	0	0,31	23	73	63	7,3	47	0,05	5,4	1,06	12
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,5	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,13</b>	<b>0,11</b>	<b>24,1</b>	<b>0,08</b>	<b>0,31</b>	<b>208</b>	<b>164</b>	<b>84</b>	<b>38</b>	<b>140</b>	<b>1,1</b>	<b>31</b>	<b>8,74</b>	<b>37</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
крупа овсяная	37,5	37,5	4,3	2	20,3	116,7								
молоко	130	130	2	1,7	3,3	36,1								
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	8,2								
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,6								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	45	45	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>8,5</b>	<b>4,6</b>	<b>34,2</b>	<b>272,8</b>								
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
крупа овсяная	0,13	0,03	0	0	0	10	113	21	38	114	1,27	1,7	9,54	32
молоко	0,02	0,09	9,9	0	0,39	29	91	79	9,1	59	0,07	6,8	1,32	15
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
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	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,15</b>	<b>0,13</b>	<b>30,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0,39</b>	<b>260</b>	<b>206</b>	<b>104</b>	<b>47</b>	<b>175</b>	<b>1,38</b>	<b>38</b>	<b>10,9</b>	<b>47</b>

#### Технология приготовления:

*Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.*

*Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, помешивая, пока каша не загустеет, добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке.*

*Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 23

### КАША "ДРУЖБА";

Номер рецептуры: 5416к-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.)								
крупа рисовая	9	9	0,6	0,1	6,1	27,3								
крупа пшеничная	6,6	6,6	0,7	0,2	4	20,6								
молоко	100	100	1,7	1,3	2,7	29,5								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,5								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	42	42	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>3,7</b>	<b>4,5</b>	<b>18</b>	<b>126,7</b>								
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
крупа рисовая	0,01	0	0	0	0	0,8	7,5	0,6	3,9	12	0,08	0,1	1,2	4,5
крупа пшеничная	0,02	0	0,12	0	0	0,5	12	1,6	4,8	13	0,16	0,3	0,16	1,9
молоко	0,02	0,07	8,08	0	0,32	23	74	65	7,5	48	0,05	5,5	1,08	12
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,07</b>	<b>16,3</b>	<b>0,04</b>	<b>0,32</b>	<b>201</b>	<b>94</b>	<b>69</b>	<b>16</b>	<b>74</b>	<b>0,32</b>	<b>30</b>	<b>2,47</b>	<b>19</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
крупа рисовая	15	15	0,7	0,1	7,6	34,2								
крупа пшеничная	11	11	0,9	0,2	5	25,7								
молоко	130	130	2,1	1,7	3,3	36,9								
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	8,2								
масло сливочное	3,8	3,8	0	2,4	0	21,8								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	52,5	52,5	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>3,7</b>	<b>4,4</b>	<b>23,8</b>	<b>169,0</b>								
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
крупа рисовая	0,01	0	0	0	0	1	9,3	0,8	4,9	15	0,1	0,2	1,49	5,6
крупа пшеничная	0,02	0	0,15	0	0	0,6	14	2	6	17	0,19	0,4	0,2	2,3
молоко	0,02	0,09	10,1	0	0,4	29	93	81	9,3	60	0,07	6,9	1,35	15
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
масло сливочное	0	0	10,1	0,05	0	0,4	0,9	0,8	0	1	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,09</b>	<b>20,4</b>	<b>0,05</b>	<b>0,4</b>	<b>252</b>	<b>118</b>	<b>87</b>	<b>20</b>	<b>93</b>	<b>0,4</b>	<b>37</b>	<b>3,07</b>	<b>23</b>

**Технология приготовления:**

*Пшено перебирают, промывают сначала теплой водой (40-50 С), затем горячей водой (60-70 С), пшено после промывания ошпаривают.*

*Рис перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.*

*Пшеничную крупу промывают, несколько раз меняя воду.*

*Крупы сначала варят отдельно, закладывая в кипящую воду до полуготовности.*

*Крупы соединяют, заливают теплым молоком, добавляют сахар, соль, доводят до кипения, варят при слабом кипении до поглощения жидкости над поверхностью крупы.*

*За 10 минут до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают, упаривают при закрытой крышке.*

*Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - зерна полностью набухшие, мягкие; консистенция - однородная; цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию каши.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 24

### КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ;

Номер рецептуры: 54-20к-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.)								
крупа гречневая ядрица	22,8	22,8	2,7	0,7	11,8	64,1								
молоко	100	100	1,6	1,3	2,5	27,7								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,5	0	14								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	38,4	38,4	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>5,3</b>	<b>4,3</b>	<b>19,8</b>	<b>140,3</b>								
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
крупа гречневая ядрица	0,07	0,04	0,27	0	0	0,5	72	4	40	59	1,33	0,8	1,14	5,2
молоко	0,02	0,07	7,6	0	0,3	22	70	61	7	45	0,05	5,2	1,01	12
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	6,48	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,09</b>	<b>0,11</b>	<b>14,4</b>	<b>0,03</b>	<b>0,3</b>	<b>199</b>	<b>142</b>	<b>67</b>	<b>47</b>	<b>105</b>	<b>1,4</b>	<b>30</b>	<b>2,17</b>	<b>17</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
крупа гречневая ядрица	28,5	28,5	3,4	0,8	14,8	80,2								
молоко	130	130	2	1,6	3,1	34,7								
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	8,2								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,5								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	48	48	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>7,2</b>	<b>5,7</b>	<b>26,5</b>	<b>187,4</b>								
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
крупа гречневая ядрица	0,09	0,05	0,34	0	0	0,7	90	5	50	74	1,66	0,9	1,43	6,6
молоко	0,02	0,09	9,5	0	0,37	27	87	76	8,8	56	0,06	6,5	1,27	14
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,11</b>	<b>0,14</b>	<b>17,9</b>	<b>0,04</b>	<b>0,37</b>	<b>249</b>	<b>178</b>	<b>84</b>	<b>59</b>	<b>132</b>	<b>1,76</b>	<b>37</b>	<b>2,73</b>	<b>21</b>

#### Технология приготовления:

*Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.*

*Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении помешивая, через 20-30 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар.*

*За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке.*

*Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 25

### КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ;

Номер рецептуры: 54-21к-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.)								
крупа рисовая	18,5	18,5	1,2	0,2	12,4	56,1								
молоко	100	100	1,9	1,6	3,1	34,1								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,5	0	14								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	34,8	34,8	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>3,1</b>	<b>4,1</b>	<b>21,3</b>	<b>138,3</b>								
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 рисовая	0,01	0,01	0	0	0	1,7	15	1,3	8	24	0,16	0,3	2,46	9,2
молоко	0,02	0,08	9,35	0	0,37	27	86	75	8,6	55	0,06	6,4	1,25	14
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0	6,48	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>15,8</b>	<b>0,03</b>	<b>0,37</b>	<b>205</b>	<b>102</b>	<b>79</b>	<b>17</b>	<b>81</b>	<b>0,24</b>	<b>31</b>	<b>3,73</b>	<b>23</b>

**(от 3 до 7 лет)**

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
крупа рисовая	23,1	23,1	1,5	0,2	15,6	70,1								
молоко	130	130	2,4	1,9	3,9	42,6								
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	8,2								
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,5								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	43,5	43,5	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>5,2</b>	<b>5,3</b>	<b>28,6</b>	<b>184,5</b>								
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 рисовая	0,01	0,01	0	0	0	2,1	19	1,6	10	30	0,2	0,3	3,07	12
молоко	0,03	0,11	11,7	0	0,46	34	107	93	11	69	0,08	8	1,56	18
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,04</b>	<b>0,12</b>	<b>19,8</b>	<b>0,04</b>	<b>0,46</b>	<b>257</b>	<b>127</b>	<b>98</b>	<b>21</b>	<b>101</b>	<b>0,32</b>	<b>38</b>	<b>4,66</b>	<b>29</b>

#### Технология приготовления:

*Рисовую крупу перебрать, промыть под проточной водой, засыпать в кипящее молоко с водой, варить при периодическом помешивании пока зерна крупы не набухнут, затем добавить соль,*

*перемешать и продолжать варить под закрытой крышкой при слабом кипении до готовности, в конце варки добавить сливочное масло и довести до кипения.*

*Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - каша однородная, текучая, зерна мягкие, без комков; консистенция – жидкая,*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 29

### МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ;

Номер рецептуры: 54-3г-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021

Номер рецептуры: 54-3г-2020 (от 1 до 3 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
макаронные изделия	35,7	35,7	3,7	0,4	22,9	110								
сыр российский	12,5	12	2,6	3,1	0	38,5								
масло сливочное	3,0	3,0	0	1,9	0	17,7								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	78,6	78,6	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>7,8</b>	<b>6,7</b>	<b>28,6</b>	<b>207,7</b>								
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
макаронные изделия	0,04	0,01	0	0	0	0,8	36	6	5	27	0,5	0,5	0	8,2
сыр российский	0	0,03	18,7	0,11	0,03	74	8,8	93	3,7	52	0,1	0	1,53	0
масло сливочное	0	0	8,21	0,04	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0,01	0	0,02	0,1
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
<b>Выход:</b>	<b>0,04</b>	<b>0,04</b>	<b>26,9</b>	<b>0,15</b>	<b>0,03</b>	<b>193</b>	<b>46</b>	<b>101</b>	<b>8,7</b>	<b>80</b>	<b>0,62</b>	<b>17</b>	<b>1,55</b>	<b>8,3</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
макаронные изделия	44,6	44,6	4,6	0,5	28,6	137,5								
сыр российский	15,6	15	3,3	3,9	0	48,1								
масло сливочное	3,8	3,8	0	2,4	0	22,1								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	98,2	98,2	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>9,1</b>	<b>8,1</b>	<b>34,7</b>	<b>249,2</b>								
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
макаронные изделия	0,05	0,01	0	0	0	1	45,5	7,5	6,2	34	0,62	0,7	0	10
сыр российский	0	0,04	23,4	0,14	0,04	92	11	116	4,6	65	0,13	0	1,91	0
масло сливочное	0	0	10,3	0,05	0	0,4	0,95	0,8	0	1	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	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
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,05</b>	<b>33,7</b>	<b>0,19</b>	<b>0,04</b>	<b>241</b>	<b>57,5</b>	<b>126</b>	<b>11</b>	<b>100</b>	<b>0,77</b>	<b>21</b>	<b>1,94</b>	<b>10</b>

#### Технология приготовления:

Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия, натирают на терке. Макароны варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (лапшу - 20-25 минут, вермишель - 10-12 минут); проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослоек не проваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют растопленным сливочным маслом и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия 5 минут, блюдо готово к раздаче, перед подачей посыпают сыром. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - макаронные изделия должны сохранить форму, увеличиться в объеме в 2-3 раза, хорошо отделяться друг от друга; цвет, вкус и запах - присущий макаронным изделиям .



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 26

### КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ;

Номер рецептуры: 54-2к-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.)								
крупа кукурузная	34,2	34,2	2,7	0,4	22,1	102,3								
молоко	100	100	1,6	1,3	2,6	28,9								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	6	6	0	3,8	0,1	34,9								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	39	39	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>4,3</b>	<b>5,5</b>	<b>26,4</b>	<b>215,8</b>								
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 кукурузная	0,03	0,02	6,77	0	0	1,8	42	6	8,9	32	0,8	0	5,12	0
молоко	0,02	0,07	7,92	0	0,31	23	73	63	7,3	47	0,05	5,4	1,06	12
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,5	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,1</b>	<b>30,9</b>	<b>0,08</b>	<b>0,31</b>	<b>202</b>	<b>116</b>	<b>73</b>	<b>16</b>	<b>81</b>	<b>0,88</b>	<b>29</b>	<b>6,23</b>	<b>12</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
крупа кукурузная	42,8	42,8	3,3	0,5	27,6	127,9								
молоко	130	130	2	1,7	3,3	36,1								
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	8,2								
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,6								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	48,8	48,8	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>7,2</b>	<b>9,3</b>	<b>44</b>	<b>287,7</b>								
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 кукурузная	0,04	0,02	8,46	0	0	2,3	52	7,5	11	41	1	0	6,4	0
молоко	0,02	0,09	9,9	0	0,39	29	91	79	9,1	59	0,07	6,8	1,32	15
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
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	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,06</b>	<b>0,12</b>	<b>38,6</b>	<b>0,1</b>	<b>0,39</b>	<b>252</b>	<b>145</b>	<b>91</b>	<b>20</b>	<b>102</b>	<b>1,11</b>	<b>37</b>	<b>7,79</b>	<b>15</b>

#### Технология приготовления:

*Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду.*

*Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении, помешивая, через 15-20 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар.*

*За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке.*

*Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 22

### КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ;

Номер рецептуры: 54-21к-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.)								
крупа манная	25	25	2,7	0,4	22,1	102,3								
молоко	110	11	1,6	1,3	2,6	28,9								
сахар-песок	4	4	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	4	4	0	3,8	0,1	34,9								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	20	20	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>4,3</b>	<b>5,5</b>	<b>26,4</b>	<b>172,6</b>								
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 манная	0,03	0,02	6,77	0	0	1,8	42	6	8,9	32	0,8	0	5,12	0
молоко	0,02	0,07	7,92	0	0,31	23	73	63	7,3	47	0,05	5,4	1,06	12
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,5	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,1</b>	<b>30,9</b>	<b>0,08</b>	<b>0,31</b>	<b>202</b>	<b>116</b>	<b>73</b>	<b>16</b>	<b>81</b>	<b>0,88</b>	<b>29</b>	<b>6,23</b>	<b>12</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
крупа манная	30	30	3,3	0,5	27,6	127,9								
молоко	140	14	2	1,7	3,3	36,1								
сахар-песок	5	5	0	0	2	8,2								
масло сливочное	5	5	0,1	4,8	0,1	43,6								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	25	25	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>6,2</b>	<b>7</b>	<b>33</b>	<b>222,0</b>								
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 манная	0,04	0,02	8,46	0	0	2,3	52	7,5	11	41	1	0	6,4	0
молоко	0,02	0,09	9,9	0	0,39	29	91	79	9,1	59	0,07	6,8	1,32	15
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
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	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,06</b>	<b>0,12</b>	<b>38,6</b>	<b>0,1</b>	<b>0,39</b>	<b>252</b>	<b>145</b>	<b>91</b>	<b>20</b>	<b>102</b>	<b>1,11</b>	<b>37</b>	<b>7,79</b>	<b>15</b>

#### Технология приготовления:

*В кипящее молоко с водой добавляют сахар, соль, и всыпают тонкой струйкой при помешивании манную крупу, варят 5-10 минут.*

*За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают.*

*Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 31\1

### РИС ОТВАРНОЙ;

Номер рецептуры: 54-6г-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.)								
крупа рисовая	43,2	43,2	2,9	0,4	29,1	131,1								
масло сливочное	5,4	5,4	0,1	3,4	0,1	31,7								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	259,2	259,2	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>3,0</b>	<b>3,8</b>	<b>29,2</b>	<b>162,8</b>								
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
крупа рисовая	0,02	0,02	0	0	0	3,9	36	3	19	56	0,38	0,6	5,74	22
масло сливочное	0	0,01	14,7	0,07	0	0,6	1,4	1,2	0	1,4	0,01	0	0,05	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
<b>Выход:</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>14,7</b>	<b>0,07</b>	<b>0</b>	<b>122</b>	<b>37</b>	<b>5,5</b>	<b>19</b>	<b>58</b>	<b>0,39</b>	<b>17</b>	<b>5,79</b>	<b>22</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
крупа рисовая	54	54	3,6	0,5	36,4	163,9								
масло сливочное	6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	324	324	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>3,7</b>	<b>4,8</b>	<b>36,5</b>	<b>203,5</b>								
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
крупа рисовая	0,03	0,02	0	0	0	4,9	44,8	3,8	23	70	0,47	0,8	7,18	27
масло сливочное	0	0,01	18,4	0,09	0	0,8	1,69	1,4	0	1,8	0,01	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	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
<b>Выход:</b>	<b>0,03</b>	<b>0,03</b>	<b>18,4</b>	<b>0,09</b>	<b>0</b>	<b>153</b>	<b>46,6</b>	<b>6,9</b>	<b>24</b>	<b>73</b>	<b>0,49</b>	<b>21</b>	<b>7,24</b>	<b>27</b>

#### Технология приготовления:

*Рис перебирают, промывают в теплой воде несколько раз меняя воду.*

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

#### Характеристика блюда на выходе:

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

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28

### КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ;

Номер рецептуры: 54-11г-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.)								
картофель	137,1	100,8	1,9	0,3	15,0	70,6								
молоко	19,2	19,2	0,6	0,4	0,8	9,3								
масло сливочное	5,4	5,4	0,1	3,4	0,1	31,7								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>2,6</b>	<b>4,2</b>	<b>15,8</b>	<b>111,5</b>								
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
картофель	0,09	0,06	1,82	0	8,06	3,8	475	8,9	20	51	0,79	5	0,24	30
молоко	0,01	0,02	2,54	0	0,1	7,3	23	20	2,3	15	0,02	1,7	0,34	3,8
масло сливочное	0	0,01	14,7	0,07	0	0,6	1,4	1,2	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	118	0	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,10</b>	<b>0,09</b>	<b>19</b>	<b>0,07</b>	<b>8,16</b>	<b>129</b>	<b>500</b>	<b>32</b>	<b>23</b>	<b>68</b>	<b>0,82</b>	<b>23</b>	<b>0,62</b>	<b>34</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
картофель	171,4	126	2,4	0,4	18,7	88,2								
молоко	24	24	0,7	0,5	1	11,6								
масло сливочное	6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>3,2</b>	<b>5,2</b>	<b>19,8</b>	<b>139,4</b>								
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
картофель	0,11	0,07	2,27	0	10,1	4,8	594	11	25	64	0,99	6,3	0,3	38
молоко	0,01	0,03	3,17	0	0,12	9,1	29	25	2,9	19	0,02	2,2	0,42	4,8
масло сливочное	0	0,01	18,4	0,09	0	0,8	1,7	1,4	0	1,8	0,01	0	0,06	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,12</b>	<b>0,11</b>	<b>23,8</b>	<b>0,09</b>	<b>10,2</b>	<b>162</b>	<b>625</b>	<b>39</b>	<b>28</b>	<b>84</b>	<b>1,03</b>	<b>28</b>	<b>0,78</b>	<b>43</b>

#### Технология приготовления:

*Картофель перебирают, моют, чистят, крупные клубни нарезают дольками, мелкие - целиком укладывают в посуду (слоем 50 см), заливают горячей водой, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают, пропускают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 градусов Цельсия. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, растопленное сливочное масло. Пюре доводят до температуры 100 градусов Цельсия, постоянно помешивая, и прогревают 5-6 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:** Внешний вид - однородная масса без комочков не протертого картофеля; консистенция - густая, пышная; вкус, запах: соответствует наименованию блюда.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 27

### МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ;

Номер рецептуры: 54-1г-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.)								
макаронные изделия	40,8	40,8	4,2	0,5	26,2	125,8								
масло сливочное	5,4	5,4	0,1	3,4	0,1	31,7								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	244,8	244,8	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>4,3</b>	<b>3,9</b>	<b>26,2</b>	<b>157,4</b>								
Продукты	Витамины(B1,B2,C - в мг; A - 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
макаронные изделия	0,05	0,02	0	0	0	0,9	42	6,8	5,7	31	0,57	0,6	0	9,4
масло сливочное	0	0,01	14,7	0,07	0	0,6	1,4	1,2	0	1,4	0,01	0	0,05	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
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,02</b>	<b>14,7</b>	<b>0,07</b>	<b>0</b>	<b>119</b>	<b>43</b>	<b>9,3</b>	<b>5,8</b>	<b>33</b>	<b>0,58</b>	<b>17</b>	<b>0,05</b>	<b>9,5</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
макаронные изделия	51	51	5,3	0,6	32,7	157,2								
масло сливочное	6,8	6,8	0,1	4,3	0,1	39,6								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	306	306	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>5,4</b>	<b>4,9</b>	<b>32,8</b>	<b>196,8</b>								
Продукты	Витамины(B1,B2,C - в мг; A - 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
макаронные изделия	0,06	0,02	0	0	0	1,2	52	8,5	7,1	39	0,71	0,8	0	12
масло сливочное	0	0,01	18,4	0,09	0	0,8	1,7	1,4	0	1,8	0,01	0	0,06	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
<b>Выход:</b>	<b>0,06</b>	<b>0,03</b>	<b>18,4</b>	<b>0,09</b>	<b>0</b>	<b>149</b>	<b>54</b>	<b>12</b>	<b>7,2</b>	<b>41</b>	<b>0,73</b>	<b>21</b>	<b>0,06</b>	<b>12</b>

#### Технология приготовления:

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

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - макаронные изделия должны сохранить форму, увеличиться в объеме в 2-3 раза, хорошо отделяться друг от друга; цвет, вкус и запах - присущий макаронным изделиям со вкусом сливочного масла.

ым изделиям со вкусом сливочного масла.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 35\2

### КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: 54-16г-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.)								
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								
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>5,1</b>	<b>5,2</b>	<b>28,4</b>	<b>180,6</b>								
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
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
<b>Выход:</b>	<b>0,14</b>	<b>0,02</b>	<b>17</b>	<b>0,08</b>	<b>0</b>	<b>122</b>	<b>83</b>	<b>14</b>	<b>34</b>	<b>97</b>	<b>1,11</b>	<b>18</b>	<b>1,17</b>	<b>13</b>

**(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								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>6,4</b>	<b>6,5</b>	<b>35,5</b>	<b>225,8</b>								
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
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
<b>Выход:</b>	<b>0,18</b>	<b>0,03</b>	<b>21,3</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>152</b>	<b>104</b>	<b>17</b>	<b>42</b>	<b>121</b>	<b>1,39</b>	<b>23</b>	<b>1,46</b>	<b>17</b>

#### 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 № 35

### ГОРОШНИЦА

Номер рецептуры: 54-21г-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.)								
горох	60	60	11,6	1,0	27,0	163,8								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	123,2	123,2	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>11,6</b>	<b>1,0</b>	<b>27,0</b>	<b>163,8</b>								
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
горох	0,35	0,07	0,72	0	0	15	435	61	56	172	3,55	3,1	6,92	18
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
<b>Выход:</b>	<b>0,35</b>	<b>0,07</b>	<b>0,72</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>133</b>	<b>435</b>	<b>62</b>	<b>56</b>	<b>172</b>	<b>3,56</b>	<b>19</b>	<b>6,92</b>	<b>18</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
горох	75	75	14,5	1,3	33,8	204,8								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	154	154	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>14,5</b>	<b>1,3</b>	<b>33,8</b>	<b>204,8</b>								
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
горох	0,44	0,09	0,9	0	0	19	543	76	70	215	4,44	3,8	8,65	23
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0,04	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
<b>Выход:</b>	<b>0,44</b>	<b>0,09</b>	<b>0,9</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>166</b>	<b>543</b>	<b>78</b>	<b>70</b>	<b>215</b>	<b>4,45</b>	<b>24</b>	<b>8,65</b>	<b>23</b>

#### Технология приготовления:

Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении 60-90 мин. Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того как горох станет целиком мягким (допускается разваривание гороха), варку прекращают, отвар сливают, добавляют йодированную соль. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: часть зерен разварена часть целая, не допускается в блюде содержание твердых зерен; консистенция: мягкая; цвет: желтый; вкус: не допускается вкус подгорелой каши; запах: не допускается запах подгорелой каши

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №

### КАРТОФЕЛЬНЫЙ ПУДИНГ

Номер рецептуры: 54-26г-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 (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Эн. ценность (ккал.)
	брутто	нетто				
картофель	140,4	103,2	2,0	0,3	15,3	72,2
мука пшеничная высший сорт	7,2	7,2	0,8	0,1	4,6	22,0
лук репчатый	16,5	13,2	0,2	0,0	1,0	4,8
яйцо куриное	13,2	12,0	1,4	1,2	0,1	17,0
масло сливочное	7,2	7,2	0,0	4,6	0,1	41,9
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>4,4</b>	<b>6,2</b>	<b>21,1</b>	<b>158,0</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Эн. ценность (ккал.)
	брутто	нетто				
картофель	175,5	129	2,5	0,4	19,1	90,3
мука пшеничная высший сорт	9	9	1,0	0,1	5,7	27,5
лук репчатый	20,6	16,5	0,3	0	1,2	6
яйцо куриное	16,5	15	1,8	1,5	0,1	21,3
масло сливочное	9	9	0	5,7	0,1	52,4
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>5,5</b>	<b>7,8</b>	<b>26,3</b>	<b>197,5</b>

Продукты	Витамины(B1,B2,C - в мг; A - 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
картофель	0,11	0,07	2,32	0	10,3	4,9	608	11	26	65	1,01	6,5	0,3	39
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,2	9,1	1,4	1,3	6,7	0,1	0,1	0,48	2
лук репчатый	0	0	0	0	0,65	0,5	24	4,5	2	8,3	0,11	0,5	0,07	5,1
яйцо куриное	0,01	0,05	23,4	0,33	0	15	17	7,3	1,6	25	0,33	3	4,05	8,3
масло сливочное	0	0,01	24,3	0,12	0	1	2,2	1,9	0	2,3	0,01	0	0,08	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	132	0	1,5	0,1	0,3	0,01	18	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,14</b>	<b>0,14</b>	<b>50</b>	<b>0,45</b>	<b>11</b>	<b>154</b>	<b>661</b>	<b>28</b>	<b>31</b>	<b>108</b>	<b>1,57</b>	<b>28</b>	<b>4,98</b>	<b>54</b>

#### Технология приготовления:

*Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.*

*Картофель перебирают, моют, чистят, протирают.*

*К протертой массе картофеля добавляют яичный желток, нарезанный репчатый лук, йодированную соль, просеянную и слегка просушенную муку, перемешивают. В перемешанную массу добавляют взбитый белок и выкладывают её в неглубокий противень, смазанный маслом, поверхность выравнивают, сбрызгивают растопленным маслом сливочным и запекают при температуре 250-280 градусов Цельсия .*



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 32

### ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ;

Номер рецептуры: 54-1о-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.)								
яйцо куриное	67,7	61,5	7,3	6,2	0,4	87								
молоко	38,5	38,5	1,1	0,9	1,7	18,5								
масло сливочное	7,7	7,7	0,1	4,9	0,1	44,6								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>100</b>	<b>8,5</b>	<b>11,9</b>	<b>2,1</b>	<b>150,1</b>								
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
яйцо куриное	0,03	0,21	96	1,35	0	63	72	30	6,4	103	1,34	12	16,6	34
молоко	0,01	0,05	5,08	0	0,2	15	47	41	4,7	30	0,03	3,5	0,68	7,7
масло сливочное	0	0,01	20,7	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	98	0	1,1	0,1	0,2	0,01	13	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,27</b>	<b>122</b>	<b>1,45</b>	<b>0,2</b>	<b>176</b>	<b>120</b>	<b>73</b>	<b>11</b>	<b>135</b>	<b>1,39</b>	<b>29</b>	<b>17,4</b>	<b>42</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
яйцо куриное	101,5	92,3	11	9,3	0,6	130,5								
молоко	57,7	57,7	1,6	1,3	2,5	27,8								
масло сливочное	11,5	11,5	0,1	7,3	0,1	66,9								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>12,7</b>	<b>17,9</b>	<b>3,2</b>	<b>225,2</b>								
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
яйцо куриное	0,05	0,32	144	2,03	0	94	107	45	9,6	154	2,01	18	24,9	51
молоко	0,02	0,07	7,62	0	0,3	22	70	61	7	45	0,05	5,2	1,02	12
масло сливочное	0	0,01	31,1	0,15	0	1,3	2,9	2,4	0	3	0,02	0	0,1	0,3
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,07</b>	<b>0,4</b>	<b>183</b>	<b>2,18</b>	<b>0,3</b>	<b>264</b>	<b>180</b>	<b>110</b>	<b>17</b>	<b>203</b>	<b>2,09</b>	<b>44</b>	<b>26,1</b>	<b>63</b>

#### Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Затем яичную массу выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки.

Омлет можно варить на пару 25-30 мин.

Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; цвет - золотисто-желтый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 34

### ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА;

Номер рецептуры: 54-1т-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.)								
творог	111,6	111,6	22	4,88	3,04	144,48								
сметана	4,16	4,16	0,08	0,56	0,16	5,92								
сухари панировочные	4,16	4,16	0,4	0,08	2,56	12,4								
яйцо куриное	3,52	3,2	0,4	0,32	0	4,56								
крупа манная	7,76	7,76	0,72	0,08	4,96	23,6								
сахар-песок	7,76	7,76	0	0	7,04	28,16								
масло сливочное	4,16	4,16	0	2,64	0,08	24,24								
соль поваренная йодированная	0,32	0,32	0	0	0	0								
вода	28,8	28,8	0	0	0	0								
ванилин	0	0	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>23,6</b>	<b>8,56</b>	<b>17,84</b>	<b>243,36</b>								
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
творог	0,03	0,23	22,1	0	0,22	35	104	161	22	214	0,39	10	29,5	36
сметана	0	0	2,67	0	0,01	1,3	4	3,2	0,3	2,2	0,01	0,4	0,02	0,6
сухари панировочные	0,01	0	0	0	0	17	6,6	1,1	1,7	4,5	0,12	0	0,92	0
яйцо куриное	0	0,01	4,99	0,07	0	3,3	3,7	1,6	0,3	5,3	0,07	0,6	0,86	1,8
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,2	8,4	1,4	1,2	5,7	0,06	0	0	1,6
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,1	0	0	0,02	0	0	0
масло сливочное	0	0	11,2	0,06	0	0,5	1	0,9	0	1,1	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	94	0	1	0,1	0,2	0,01	13	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
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,24</b>	<b>41</b>	<b>0,13</b>	<b>0,23</b>	<b>151</b>	<b>128</b>	<b>170</b>	<b>26</b>	<b>233</b>	<b>0,7</b>	<b>24</b>	<b>31,3</b>	<b>40</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
творог	139,5	139,5	27,5	6,1	3,8	180,6								
сметана	5,2	5,2	0,1	0,7	0,2	7,4								
сухари панировочные	5,2	5,2	0,5	0,1	3,2	15,5								
яйцо куриное	4,4	4	0,5	0,4	0	5,7								
крупа манная	9,7	9,7	0,9	0,1	6,2	29,5								
сахар-песок	9,7	9,7	0	0	8,8	35,2								
масло сливочное	5,2	5,2	0	3,3	0,1	30,3								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
вода	36	36	0	0	0	0								
ванилин	0	0	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>29,5</b>	<b>10,7</b>	<b>22,3</b>	<b>304,2</b>								
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
творог	0,04	0,29	27,6	0	0,28	43	130	201	28	267	0,49	13	36,8	45

сметана	0	0	3,34	0	0,01	1,6	5	4	0,4	2,7	0,01	0,5	0,02	0,7
сухари панировочные	0,01	0	0	0	0	21	8,2	1,4	2,1	5,6	0,15	0	1,15	0
яйцо куриное	0	0,01	6,24	0,09	0	4,1	4,7	1,9	0,4	6,7	0,09	0,8	1,08	2,2
крупа манная	0,01	0	0	0	0	0,2	10	1,7	1,5	7,2	0,08	0	0	1,9
сахар-песок	0	0	0	0	0	0,1	0,2	0,2	0	0	0,03	0	0	0
масло сливочное	0	0	14	0,07	0	0,6	1,3	1,1	0	1,4	0,01	0	0,05	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
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,06</b>	<b>0,3</b>	<b>51,2</b>	<b>0,16</b>	<b>0,29</b>	<b>189</b>	<b>160</b>	<b>213</b>	<b>32</b>	<b>291</b>	<b>0,87</b>	<b>30</b>	<b>39,1</b>	<b>50</b>

**Технология приготовления:**

*Творог перетирают.*

*В горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 минут, охлаждают.*

*Протертый творог смешивают с заваренной и охлажденной вязкой манной кашей.*

*Добавляют сырые яйца, сахар, соль.*

*Подготовленную массу выкладывают в смазанный сливочным маслом и посыпанный панировочными сухарями противень слоем 3-4 см.*

*Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия до образования корочки, затем при температуре 180-200 градусов Цельсия до готовности (суммарно не менее 15 минут).*

*Готовность блюда определяют по уплотнению структуры — запеканка легко отделяется от стенок противня.*

*Перед отпуском запеканку нарезают на порции.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - поверхность ровная, без трещин; консистенция - упругая; поверхность - ровная; на разрезе – белый; вкус и запах - творожный с ванилином. Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 33

### СЫРНИКИ

Номер рецептуры: 54-6т-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.)
творог	45	45	8,9	2	1,2	58,3
яйцо куриное	1,9	1,7	0,2	0,2	0	2,4
крупа манная	3,7	3,7	0,4	0	2,4	11,2
мука пшеничная высший сорт	3,3	3,3	0,3	0	2,1	10,1
сметана	1,7	1,7	0	0,2	0,1	2,4
сахар-песок	5	5	0	0	4,5	18,2
масло сливочное	0,7	0,7	0	0,4	0	4,1
соль поваренная йодированная	0,1	0,1	0	0	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		61,2				
<b>Выход:</b>		<b>50</b>	<b>9,8</b>	<b>2,8</b>	<b>10,3</b>	<b>106,7</b>

Продукты	Витамины(B1,B2,C - в мг; A - 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
творог	0,01	0,09	8,91	0	0,09	14	42	65	9	86	0,16	4,1	11,9	14
яйцо куриное	0	0,01	2,65	0,04	0	1,7	2	0,8	0,2	2,8	0,04	0,3	0,46	0,9
крупа манная	0	0	0	0	0	0,1	4	0,7	0,6	2,7	0,03	0	0	0,7
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	3,3	0,5	0,5	2,5	0,03	0,1	0,17	0,7
сметана	0	0	1,09	0	0	0,5	1,6	1,3	0,1	0,9	0	0,2	0,01	0,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0,1	0	0	0,01	0	0	0
масло сливочное	0	0	1,89	0,01	0	0,1	0,2	0,2	0	0,2	0	0	0,01	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	29	0	0,3	0	0,1	0	4	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,1</b>	<b>14,5</b>	<b>0,05</b>	<b>0,09</b>	<b>46</b>	<b>53</b>	<b>69</b>	<b>10</b>	<b>95</b>	<b>0,27</b>	<b>8,6</b>	<b>12,5</b>	<b>17</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)
творог	90	90	17,8	4	2,4	116,6
яйцо куриное	3,8	3,4	0,4	0,4	0	4,8
крупа манная	7,4	7,4	0,8	0	4,8	22,4
мука пшеничная высший сорт	6,6	6,6	0,6	0	4,2	20,2
сметана	3,4	3,4	0	0,4	0,2	4,8
сахар-песок	10	10	0	0	9	36,4
масло сливочное	1,4	1,4	0	0,8	0	8,2
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
ванилин	0	0	0	0	0	0
Масса полуфабриката:		61,2×2				
<b>Выход:</b>		<b>100</b>	<b>19,6</b>	<b>5,6</b>	<b>20,6</b>	<b>213,4</b>

#### Технология приготовления:

*Творог перетирают.*

*Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой.*

*Ванилин растворяют в горячей воде.*

*В протертый творог добавляют манную крупу, сырые яйца, ванилин, сахар, соль. Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика в диаметре 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке (1/2 нормы), формуют в виде круглых биточков толщиной 1,5 см, укладывают в смазанную сливочным маслом емкость. Сметану смешивают с оставшейся мукой. Полученной смесью смазывают поверхность сырников, и запекают в жарочном шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия 10-20 минут, до образования корочки, затем при температуре 180-200 градусов доводят до готовности (суммарно не менее 20-ти минут). Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - на поверхности нет трещин, держит форму; консистенция - нежная, однородно промешанная; вкус и запах - творожный.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 36

### КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (МИНТАЙ);

Номер рецептуры: 54-3р-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.)								
минтай (филе)	54,2	48	7,2	0,4	0	32,1								
хлеб пшеничный	11,4	11,4	0,8	0,1	5,1	24,4								
яйцо куриное	4	3,6	0,4	0,4	0	5,1								
масло сливочное	1,2	1,2	0	0,8	0	7								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
вода	8,4	8,4	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		72,8												
<b>Выход:</b>		<b>60</b>	<b>8,4</b>	<b>1,7</b>	<b>5,1</b>	<b>68,6</b>								
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
минтай (филе)	0,04	0,04	2,88	0,1	0,1	15	167	17	23	100	0,33	72	6,72	336
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	43	8,8	2	1,4	6,5	0,11	0,4	0,6	1,7
яйцо куриное	0	0,01	5,62	0,08	0	3,7	4,2	1,7	0,4	6	0,08	0,7	0,97	2
масло сливочное	0	0	3,24	0,02	0	0,1	0,3	0,3	0	0,3	0	0	0,01	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0	0,8	0,1	0,2	0,01	9,6	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,05</b>	<b>11,7</b>	<b>0,2</b>	<b>0,1</b>	<b>132</b>	<b>181</b>	<b>22</b>	<b>25</b>	<b>113</b>	<b>0,53</b>	<b>83</b>	<b>8,3</b>	<b>340</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
минтай (филе)	72,3	64	9,6	0,5	0	42,8								
хлеб пшеничный	15,2	15,2	1,1	0,1	6,8	32,5								
яйцо куриное	5,3	4,8	0,5	0,5	0	6,8								
масло сливочное	1,6	1,6	0	1,1	0	9,3								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
вода	11,2	11,2	0	0	0	0								
Масса полуфабриката:		97,1												
<b>Выход:</b>		<b>80</b>	<b>11,2</b>	<b>2,3</b>	<b>6,8</b>	<b>91,5</b>								
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
минтай (филе)	0,05	0,05	3,84	0,13	0,13	19	223	23	31	134	0,44	96	8,96	448
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	58	12	2,7	1,9	8,6	0,15	0,5	0,8	2,2
яйцо куриное	0	0,01	7,49	0,11	0	4,9	5,6	2,3	0,5	8	0,11	1	1,29	2,6
масло сливочное	0	0	4,32	0,03	0	0,2	0,4	0,3	0	0,4	0	0	0,01	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	94	0	1	0,1	0,2	0,01	13	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,07</b>	<b>0,07</b>	<b>15,7</b>	<b>0,27</b>	<b>0,13</b>	<b>176</b>	<b>241</b>	<b>29</b>	<b>33</b>	<b>151</b>	<b>0,71</b>	<b>110</b>	<b>11,1</b>	<b>453</b>

#### Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой.

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12

*градусов Цельсия из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г. на 1 литр.*

*Размороженную рыбу очищают от кожи, нарезают на куски и измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым пшеничным хлебом, добавляют соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают и выбивают.*

*Из рыбной котлетной массы формируют котлеты.*

*Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают до готовности (20-25 минут) в духовом шкафу или пароконвектомате. Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Консистенция - однородная, рыхлая, сочная; вкус и запах -рыбный.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 37

### СУФЛЕ РЫБНОЕ (МИНТАЙ);

Номер рецептуры: 54-8р-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.)								
минтай (филе)	61	54	8,1	0,4	0	36,1								
молоко	21	21	0,6	0,5	0,9	10,1								
мука пшеничная высший сорт	2,4	2,4	0,2	0	1,5	7,3								
яйцо куриное	13,2	12	1,4	1,2	0,1	17								
масло сливочное	3,6	3,6	0	2,3	0	20,9								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>60</b>	<b>10,3</b>	<b>4,4</b>	<b>2,5</b>	<b>91,4</b>								
Продукты	Витамины(B1,B2,C - в мг; A - 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
минтай (филе)	0,04	0,05	3,24	0,11	0,11	16	188	19	26	113	0,38	81	7,56	378
молоко	0,01	0,03	2,77	0	0,11	8	25	22	2,6	16	0,02	1,9	0,37	4,2
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	2,4	0,4	0,3	1,8	0,03	0	0,13	0,5
яйцо куриное	0,01	0,04	18,7	0,26	0	12	14	5,8	1,3	20	0,26	2,4	3,24	6,6
масло сливочное	0	0	9,72	0,05	0	0,4	0,9	0,8	0	0,9	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	147	0	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,06</b>	<b>0,12</b>	<b>34,5</b>	<b>0,42</b>	<b>0,22</b>	<b>184</b>	<b>231</b>	<b>50</b>	<b>30</b>	<b>152</b>	<b>0,71</b>	<b>105</b>	<b>11,3</b>	<b>389</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
минтай (филе)	81,3	72	10,8	0,5	0	48,1								
молоко	28	28	0,8	0,7	1,2	13,5								
мука пшеничная высший сорт	3,2	3,2	0,3	0	2	9,7								
яйцо куриное	17,6	16	1,9	1,6	0,1	22,7								
масло сливочное	4,8	4,8	0	3,1	0	27,9								
соль поваренная йодированная	0,7	0,7	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>80</b>	<b>13,7</b>	<b>5,9</b>	<b>3,3</b>	<b>121,9</b>								
Продукты	Витамины(B1,B2,C - в мг; A - 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
минтай (филе)	0,05	0,07	4,32	0,15	0,15	22	251	25	34	150	0,51	108	10,1	504
молоко	0,01	0,04	3,69	0	0,15	11	34	30	3,4	22	0,03	2,5	0,49	5,6
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	3,2	0,5	0,4	2,4	0,04	0,1	0,17	0,7
яйцо куриное	0,01	0,05	25	0,35	0	16	19	7,7	1,7	27	0,35	3,2	4,32	8,8
масло сливочное	0	0	13	0,07	0	0,5	1,2	1	0	1,3	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	196	0,1	2,2	0,1	0,4	0,01	27	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,08</b>	<b>0,16</b>	<b>45,9</b>	<b>0,56</b>	<b>0,29</b>	<b>246</b>	<b>308</b>	<b>66</b>	<b>40</b>	<b>203</b>	<b>0,95</b>	<b>140</b>	<b>15,1</b>	<b>519</b>

#### Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость, отделяя белки от желтков, яичные белки взбивают.

Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12



градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки массой 50-100 г., измельчают на мясорубке, добавляют соль (1/2 от указанной в рецептуре), перемешивают.

В полученную массу добавляют густой молочный соус и желтки яиц, затем вводят взбитые яичные белки. Полученную массу раскладывают в смазанную маслом емкость и запекают 15-20 мин при температуре 220 градусов Цельсия.

Для приготовления молочного соуса – муку со сливочным маслом (1/3 от указанного в рецептуре) подсушивают, добавляют горячее молоко и варят при слабом кипении 7-10 мин. помешивая, процеживают, заправляют солью (1/2 от указанной в рецептуре) и еще раз доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах – рыбный.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 43

### ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ;

Номер рецептуры: 54-2м-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.)								
говядина 1 категории	0,0	0,0	0,0	0	0	0,0								
лук репчатый	8,7	7,0	0,1	0	0,5	2,6								
мука пшеничная высший сорт	1,9	1,9	0,2	0	1,2	5,7								
томатное пюре	5,5	5,5	0,2	0	0,6	3,1								
масло сливочное	3,2	3,2	0	2,0	0,1	18,8								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
вода	80,3	80,3	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>60</b>	<b>10,1</b>	<b>9,8</b>	<b>2,4</b>	<b>139,2</b>								
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
говядина 1 категории	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
лук репчатый	0	0	0	0	0,28	0,2	10,1	1,9	0,8	3,5	0,05	0,2	0,03	2,2
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,9	0,3	0,3	1,4	0,02	0	0,1	0,4
томатное пюре	0	0	6,57	0	0,57	0,4	30,5	1	2,2	3,3	0,1	0	0,03	0
масло сливочное	0	0	8,71	0,05	0	0,4	0,8	0,7	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	44	0,01	0,5	0	0,1	0,01	6	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,02</b>	<b>0,07</b>	<b>15,3</b>	<b>0,05</b>	<b>0,85</b>	<b>73</b>	<b>193</b>	<b>8,7</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>1,49</b>	<b>10</b>	<b>0,19</b>	<b>38</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
говядина 1 категории	83,6	74	12,9	10,4	0	145,5								
лук репчатый	11,6	9,3	0,1	0	0,7	3,4								
мука пшеничная высший сорт	2,5	2,5	0,3	0	1,6	7,6								
томатное пюре	7,3	7,3	0,2	0	0,8	4,1								
масло сливочное	4,3	4,3	0	2,7	0,1	25								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
вода	107	107	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>80</b>	<b>13,5</b>	<b>13,1</b>	<b>3,2</b>	<b>185,6</b>								
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
говядина 1 категории	0,03	0,09	0	0	0	37	200	5,9	14	121	1,74	5,3	0	47
лук репчатый	0	0	0	0	0,37	0,3	13,5	2,5	1,1	4,7	0,06	0,3	0,04	2,9
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	2,53	0,4	0,4	1,9	0,03	0	0,13	0,6
томатное пюре	0	0	8,76	0	0,76	0,6	40,6	1,3	2,9	4,5	0,13	0	0,04	0
масло сливочное	0	0	11,6	0,06	0	0,5	1,07	0,9	0	1,1	0,01	0	0,04	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0,01	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>20,4</b>	<b>0,06</b>	<b>1,13</b>	<b>97</b>	<b>258</b>	<b>12</b>	<b>19</b>	<b>133</b>	<b>1,98</b>	<b>14</b>	<b>0,25</b>	<b>50</b>

#### Технология приготовления:

*Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, шинкуют, бланшируют,*

*пассеруют с томатным пюре.*

*Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, отваривают до полуготовности, очищают от пленок и соединительной ткани, нарезают кубиками по 20-30 г, заливают горячей водой, добавляют пассерованные лук с томатным пюре, соль и тушат в закрытой посуде около 1 часа. Затем бульон сливают.*

*Муку пассеруют без изменения цвета, разводят охлажденным до 55 градусов Цельсия бульоном, проваривают 7-10 минут. Процеживают. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 минут до полной готовности блюда. Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус - свойственный тушеному мясу с луком и томатом; запах вареного мяса и овощей.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 45

### ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ;

Номер рецептуры: 54-3м-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.)								
говядина 1 категории	27,1	24	4,2	3,4	0	47,2								
лук репчатый	4,5	3,6	0,0	0	0,3	1,3								
крупа рисовая	3	3	0,2	0	2	9,1								
капуста белокочанная	45	36	0,6	0	1,5	8,9								
масло сливочное	1,8	1,8	0	1,1	0	10,5								
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0								
вода	18	18	0	0	0	0								
Масса полуфабриката		<b>86,6</b>												
<b>Выход:</b>		<b>60</b>	<b>5</b>	<b>4,5</b>	<b>3,8</b>	<b>77</b>								
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
говядина 1 категории	0,01	0,03	0	0	0	12	64,9	1,9	4,6	39	0,56	1,7	0	15
лук репчатый	0	0	0	0	0,14	0,1	5,23	1	0,4	1,8	0,03	0,1	0,02	1,1
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,3	2,49	0,2	1,3	3,9	0,03	0	0,4	1,5
капуста белокочанная	0,01	0,01	0,65	0	6,48	3,6	89,6	15	5	9,7	0,19	1,1	0,1	3,6
масло сливочное	0	0	4,86	0,02	0	0,2	0,45	0,4	0	0,5	0	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	53	0,01	0,6	0	0,1	0	7,2	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,02</b>	<b>0,04</b>	<b>5,51</b>	<b>0,02</b>	<b>6,62</b>	<b>69</b>	<b>163</b>	<b>19</b>	<b>11</b>	<b>55</b>	<b>0,81</b>	<b>10</b>	<b>0,54</b>	<b>21</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
говядина 1 категории	36,1	32,0	5,6	4,5	0,0	62,9								
лук репчатый	6	4,8	0	0	0,4	1,7								
крупа рисовая	4	4	0,3	0	2,7	12,1								
капуста белокочанная	60	48	0,8	0	2	11,9								
масло сливочное	2,4	2,4	0	1,5	0	14								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
вода	24	24	0	0	0	0								
Масса полуфабриката		<b>115,5</b>												
<b>Выход:</b>		<b>80</b>	<b>6,7</b>	<b>6</b>	<b>5,1</b>	<b>102,7</b>								
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
говядина 1 категории	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	15,8	86,6	2,5	6,1	52,3	0,7	2,3	0,0	20
лук репчатый	0	0	0	0	0,19	0,1	6,97	1,3	0,6	2,4	0,04	0,1	0,03	1,5
крупа рисовая	0	0	0	0	0	0,4	3,32	0,3	1,7	5,2	0,04	0,1	0,53	2
капуста белокочанная	0,01	0,01	0,87	0	8,64	4,7	120	20	6,7	13	0,25	1,4	0,13	4,8
масло сливочное	0	0	6,48	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,6	0	0	0,03	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	71	0,01	0,8	0	0,2	0	9,6	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,03</b>	<b>0,05</b>	<b>7,35</b>	<b>0,03</b>	<b>8,83</b>	<b>92</b>	<b>217</b>	<b>26</b>	<b>15</b>	<b>74</b>	<b>1,08</b>	<b>14</b>	<b>0,72</b>	<b>29</b>

**Технология приготовления:**

*Рис промывают, варят рассыпчатую кашу.*

*Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, шинкуют, бланшируют и пассеруют в половинном количестве сливочного масла.*

*Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины, припускают в подсоленной кипящей воде до готовности, воду сливают.*

*Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, подготовленный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом и капустой. Хорошо вымешивают, формируют порционно, складывают на противень, добавляют воду, сливочное масло и тушат в духовом шкафу (пароконвектомате) 30 минут при температуре 250 градусов Цельсия. Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - изделие сохраняет форму; консистенция - сочная; вкус, запах соответствующий тушеному мясу с капустой.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 38

### КОТЛЕТЫ ИЗ КУРИЦЫ;

Номер рецептуры: 54-5м-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 (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Эн. ценность (ккал.)
	брутто	нетто				
куриная грудка (филе)	50,6	44,8	9,9	0,7	0,2	47,1
сухари панировочные	6,6	6,6	0,7	0,1	4,1	19,8
хлеб пшеничный	7,4	7,4	0,6	0,1	3,4	15,9
молоко	10,3	10,3	0,3	0,2	0,5	5,0
масло подсолнечное	1,7	1,7	0	1,4	0	13,3
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	6,8	6,8	0	0	0	0
Масса полуфабриката		<b>77,8</b>				
<b>Выход:</b>		<b>60</b>	<b>11,5</b>	<b>2,6</b>	<b>8,1</b>	<b>101,1</b>

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
куриная грудка (филе)	0,02	0,02	2,42	0	0,32	20	109	3,2	34	67	0,54	2,7	8,99	58
сухари панировочные	0,01	0,01	0	0	0	27	10,5	1,8	2,7	7,2	0,19	0	1,47	0
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	28	5,74	1,3	0,9	4,2	0,07	0,2	0,39	1,1
молоко	0	0,02	1,36	0	0,06	3,9	12,5	11	1,3	8,1	0,01	0,9	0,18	2,1
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	47	0,01	0,5	0	0,1	0,01	6,4	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,04</b>	<b>0,05</b>	<b>3,78</b>	<b>0</b>	<b>0,38</b>	<b>127</b>	<b>137</b>	<b>18</b>	<b>38</b>	<b>86</b>	<b>0,82</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>61</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Эн. ценность (ккал.)
	брутто	нетто				
куриная грудка (филе)	63,3	56	12,4	0,9	0,2	58,9
сухари панировочные	8,3	8,3	0,9	0,1	5,1	24,8
хлеб пшеничный	9,3	9,3	0,7	0,1	4,2	19,9
молоко	12,9	12,9	0,4	0,3	0,6	6,2
масло подсолнечное	2,1	2,1	0	1,8	0	16,6
соль поваренная йодированная	0,2	0,2	0	0	0	0
вода	8,5	8,5	0	0	0	0
Масса полуфабриката		<b>97,3</b>				
<b>Выход:</b>		<b>75</b>	<b>14,4</b>	<b>3,2</b>	<b>10,1</b>	<b>126,4</b>

  

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
куриная грудка (филе)	0,03	0,03	3,02	0	0,4	26	136	3,9	42	83	0,68	3,4	11,2	73
сухари панировочные	0,01	0,01	0	0	0	34	13,1	2,3	3,4	9	0,24	0	1,84	0
хлеб пшеничный	0,01	0	0	0	0	35	7,18	1,6	1,1	5,3	0,09	0,3	0,49	1,4
молоко	0	0,02	1,7	0	0,07	4,9	15,6	14	1,6	10	0,01	1,2	0,23	2,6
масло подсолнечное	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	59	0,01	0,7	0	0,1	0,01	8	0	0

вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,06</b>	<b>4,72</b>	<b>0</b>	<b>0,47</b>	<b>158</b>	<b>172</b>	<b>22</b>	<b>48</b>	<b>108</b>	<b>1,03</b>	<b>13</b>	<b>13,8</b>	<b>77</b>

**Технология приготовления:**

*Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченном в воде с молоком, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты овально-приплюснутой формы шириной 1,5-2 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока. Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 39

### ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ;

Номер рецептуры: 54-9м-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.)								
картофель	84,7	62,3	1,2	0,2	9,2	43,6								
говядина 1 категории	68,5	60,6	10,6	8,5	0	119,2								
томатное пюре	3,9	3,9	0,1	0	0,4	2,2								
лук репчатый	10,3	8,3	0,1	0	0,6	3								
масло сливочное	3,9	3,9	0	2,5	0	22,7								
лавровый лист	0	0	0	0	0	0								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>12</b>	<b>11,2</b>	<b>10,2</b>	<b>190,7</b>								
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	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,05	0,03	1,12	0	4,98	2,4	294	5,5	12	31	0,49	3,1	0,15	19
говядина 1 категории	0,03	0,07	0	0	0	30	164	4,8	12	99	1,42	4,4	0	38
томатное пюре	0	0	4,68	0	0,41	0,3	21,7	0,7	1,6	2,4	0,07	0	0,02	0
лук репчатый	0	0	0	0	0,33	0,3	12	2,3	1	4,2	0,06	0,3	0,04	2,6
масло сливочное	0	0	10,5	0,05	0	0,4	0,97	0,8	0	1	0,01	0	0,03	0,1
лавровый лист	0	0	0,03	0	0	0	0,07	0,1	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	141	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	19	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,08</b>	<b>0,1</b>	<b>16,4</b>	<b>0,05</b>	<b>5,72</b>	<b>175</b>	<b>492</b>	<b>16</b>	<b>27</b>	<b>138</b>	<b>2,07</b>	<b>27</b>	<b>0,24</b>	<b>60</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
картофель	105,9	77,9	1,5	0,3	11,5	54,5								
говядина 1 категории	85,6	75,8	13,3	10,6	0	149,0								
томатное пюре	4,9	4,9	0,1	0	0,5	2,8								
лук репчатый	12,9	10,4	0,1	0	0,8	3,8								
масло сливочное	4,9	4,9	0	3,1	0	28,4								
лавровый лист	0	0	0	0	0	0								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>15</b>	<b>14</b>	<b>12,8</b>	<b>238,4</b>								
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	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
картофель	0,06	0,04	1,4	0	6,23	3	367	6,9	16	39	0,61	3,9	0,19	23
говядина 1 категории	0,04	0,09	0	0	0	37	205	6	15	124	1,78	5,5	0	48
томатное пюре	0	0	5,85	0	0,51	0,4	27,1	0,9	2	3	0,09	0	0,03	0
лук репчатый	0	0	0	0	0,41	0,3	15	2,8	1,3	5,2	0,08	0,3	0,05	3,2
масло сливочное	0	0	13,2	0,06	0	0,6	1,21	1	0	1,3	0,01	0	0,04	0,1
лавровый лист	0	0	0,04	0	0	0	0,09	0,1	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0,05	1,9	0,1	0,4	0,01	24	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,1</b>	<b>0,13</b>	<b>20,5</b>	<b>0,06</b>	<b>7,15</b>	<b>218</b>	<b>615</b>	<b>20</b>	<b>33</b>	<b>173</b>	<b>2,59</b>	<b>34</b>	<b>0,3</b>	<b>74</b>

#### Технология приготовления:

*Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками.*

*Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают,*



*нарезают кубиками, бланшируют, пассеруют.*

*Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, поперек волокон порционно из расчета по 2 куска на порцию, массой по 30-40 г, мясо запекают до образования легкой румяной корочки.*

*Запеченное мясо и овощи кладут в электросковороду слоями, чтобы сверху и снизу мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и воду (продукты должны быть покрыты жидкостью), соль закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист. Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:** *Внешний вид - кусочки мяса и овощи сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус и запах - свойственный тушеному мясу и овощам.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 44

### ПЛОВ С КУРИЦЕЙ;

Номер рецептуры: 54-12м-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.)								
морковь	8	6,4	0,1	0	0,4	2								
куриная грудка (филе)	72,3	64	14,2	1,1	0,2	67,4								
крупа рисовая	27,2	27,2	1,8	0,2	18,3	82,5								
томатное пюре	6,4	6,4	0,2	0	0,7	3,6								
лук репчатый	5	4	0,1	0	0,3	1,5								
масло подсолнечное	4	4	0	3,5	0	31,8								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
вода	108,8	108,8	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>16,4</b>	<b>4,8</b>	<b>19,9</b>	<b>188,8</b>								
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
морковь	0	0	77	0	0,13	1	10,7	1,5	2,1	3,1	0,04	0,3	0,01	3,5
куриная грудка (филе)	0,03	0,04	3,46	0	0,46	29	155	4,5	48	95	0,78	3,8	12,8	83
крупа рисовая	0,02	0,01	0	0	0	2,5	22,6	1,9	12	35	0,24	0,4	3,61	14
томатное пюре	0	0	7,7	0	0,67	0,5	35,7	1,1	2,6	3,9	0,11	0	0,04	0
лук репчатый	0	0	0	0	0,16	0,1	5,84	1,1	0,5	2	0,03	0,1	0,02	1,3
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	141	0,04	1,6	0,1	0,3	0,01	19	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,05</b>	<b>88,2</b>	<b>0</b>	<b>1,42</b>	<b>175</b>	<b>230</b>	<b>12</b>	<b>65</b>	<b>140</b>	<b>1,21</b>	<b>24</b>	<b>16,5</b>	<b>102</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
морковь	10	8	0,1	0	0,5	2,5								
куриная грудка (филе)	90,4	80	17,8	1,4	0,3	84,3								
крупа рисовая	34	34	2,3	0,3	22,9	103,1								
томатное пюре	8	8	0,3	0	0,9	4,5								
лук репчатый	6,3	5	0,1	0	0,4	1,9								
масло подсолнечное	5	5	0	4,4	0	39,8								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	136	136	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>20,5</b>	<b>6</b>	<b>24,9</b>	<b>236</b>								
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
морковь	0	0	96,3	0	0,16	1,3	13,3	1,9	2,7	3,8	0,05	0,4	0,01	4,4
куриная грудка (филе)	0,04	0,05	4,33	0	0,58	36	194	5,6	60	119	0,98	4,8	16,1	104
крупа рисовая	0,03	0,01	0	0	0	3,1	28,2	2,4	15	44	0,3	0,5	4,51	17
томатное пюре	0	0	9,63	0	0,84	0,6	44,6	1,4	3,2	4,9	0,14	0	0,05	0
лук репчатый	0	0	0	0	0,2	0,2	7,3	1,4	0,6	2,5	0,04	0,2	0,03	1,6
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	177	0,05	1,9	0,1	0,4	0,01	24	0	0

вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,06</b>	<b>0,06</b>	<b>110</b>	<b>0</b>	<b>1,78</b>	<b>218</b>	<b>287</b>	<b>15</b>	<b>81</b>	<b>175</b>	<b>1,51</b>	<b>30</b>	<b>20,7</b>	<b>127</b>

**Технология приготовления:**

*Рис перебирают и промывают.*

*Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.*

*Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками.*

*Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением бульона и томатного пюре.*

*Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 15-20 г, посыпают солью, обжаривают, добавляют слегка пассерованные или припущенные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой, доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. Когда рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф (пароконвектомат) на 25-40 минут. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре. Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

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

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 41

### ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ

Номер рецептуры: 54-16м-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.)								
печень говяжья	58,4	56,2	9,5	1,8	2,7	65,1								
мука пшеничная высший сорт	1	1	0,1	0	0,6	3,1								
сметана	20	20	0,5	2,6	0,7	28,3								
масло сливочное	1	1	0	0,6	0	5,8								
масло подсолнечное	5	5	0	4,4	0	39,6								
соль поваренная йодированная	1	1	0	0	0	0								
вода	22	22	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>60</b>	<b>10,1</b>	<b>9,4</b>	<b>4</b>	<b>141,9</b>								
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
печень говяжья	0,12	0,98	2821	0	7,42	44	129	4,5	8,8	154	3,37	3,5	19,6	129
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,01	0,2	0,1	0,8	0,01	0	0,05	0,2
сметана	0	0,02	12,8	0	0,03	6,1	19,3	15	1,6	10	0,03	1,8	0,07	2,8
масло сливочное	0	0	2,7	0,01	0	0,1	0,25	0,2	0	0,3	0	0	0,01	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	294	0,07	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
<b>Выход:</b>	<b>0,12</b>	<b>1</b>	<b>2837</b>	<b>0,01</b>	<b>7,45</b>	<b>345</b>	<b>150</b>	<b>24</b>	<b>11</b>	<b>166</b>	<b>3,44</b>	<b>45</b>	<b>19,8</b>	<b>132</b>

**(от 3 до 7 лет)**

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
печень говяжья	77,9	74,9	12,7	2,4	3,6	86,8								
мука пшеничная высший сорт	1,3	1,3	0,1	0	0,8	4,1								
сметана	26,7	26,7	0,7	3,5	0,9	37,7								
масло сливочное	1,3	1,3	0	0,8	0	7,7								
масло подсолнечное	6,7	6,7	0	5,9	0	52,8								
соль поваренная йодированная	1,3	1,3	0	0	0	0								
вода	29,3	29,3	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>80</b>	<b>13,5</b>	<b>12,5</b>	<b>5,3</b>	<b>189,2</b>								
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
печень говяжья	0,16	1,31	3762	0	9,89	59	172	5,9	12	205	4,49	4,7	26,2	172
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0	1,35	0,2	0,2	1	0,01	0	0,07	0,3
сметана	0	0,03	17,1	0	0,04	8,1	25,7	21	2,1	14	0,04	2,4	0,09	3,7
масло сливочное	0	0	3,6	0,01	0	0,1	0,33	0,3	0	0,3	0	0	0,01	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	392	0,09	4,3	0,3	0,9	0,04	53	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,16</b>	<b>1,33</b>	<b>3783</b>	<b>0,01</b>	<b>9,93</b>	<b>460</b>	<b>200</b>	<b>31</b>	<b>14</b>	<b>221</b>	<b>4,59</b>	<b>60</b>	<b>26,3</b>	<b>176</b>

**Технология приготовления:**

*Печень размораживают, очищают от пленок, нарезают тонкими брусочками 3х3х35 мм.,*

*посыпают солью, запекают 3-4 минуты, заливают сметанным соусом и кипятят 5-7 минут. Отпускают с гарниром и соусом.*

*Для приготовления сметанного соуса: подсушенную, без изменения цвета, муку смешивают с маслом и небольшим количеством сметаны, добавляют соль, варят 3 минуты, процеживают, доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.*

**Характеристика блюда на выходе:**

*Внешний вид – кусочки сохранили форму; консистенция - сочная; цвет, запах и вкус – печени.*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 42

### СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ;

Номер рецептуры: 54-22м-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.)								
куриная грудка (филе)	61,4	54,3	12	0,9	0,2	57,2								
яйцо куриное	10,9	10,9	1,3	1,1	0,1	15,4								
масло сливочное	5,5	5,5	0	3,5	0,1	31,7								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>60</b>	<b>13,3</b>	<b>5,5</b>	<b>0,4</b>	<b>104,3</b>								
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
куриная грудка (филе)	0,03	0,03	2,93	0	0,39	25	132	3,8	41	81	0,66	3,3	10,9	71
яйцо куриное	0,01	0,04	17	0,24	0	11	12,7	5,3	1,1	18	0,24	2,2	2,95	6
масло сливочное	0	0,01	14,7	0,07	0	0,6	1,36	1,2	0	1,4	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	96	0,02	1,1	0,1	0,2	0,01	13	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,04</b>	<b>0,08</b>	<b>34,7</b>	<b>0,31</b>	<b>0,39</b>	<b>133</b>	<b>146</b>	<b>11</b>	<b>42</b>	<b>101</b>	<b>0,92</b>	<b>19</b>	<b>13,9</b>	<b>77</b>

(от 3 до 7 лет) –

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
куриная грудка (филе)	81,9	72,4	16	1,2	0,3	76,3								
яйцо куриное	14,5	14,5	1,7	1,5	0,1	20,5								
масло сливочное	7,3	7,3	0	4,7	0,1	42,3								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>80</b>	<b>17,7</b>	<b>7,3</b>	<b>0,5</b>	<b>139,1</b>								
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
куриная грудка (филе)	0,04	0,04	3,91	0	0,52	33	175	5,1	54	108	0,88	4,3	14,5	94
яйцо куриное	0,01	0,05	22,7	0,32	0	15	16,9	7	1,5	24	0,32	2,9	3,93	8
масло сливочное	0	0,01	19,6	0,09	0	0,8	1,81	1,5	0	1,9	0,01	0	0,07	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	128	0,03	1,4	0,1	0,3	0,01	17	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,05</b>	<b>0,11</b>	<b>46,2</b>	<b>0,41</b>	<b>0,52</b>	<b>177</b>	<b>194</b>	<b>15</b>	<b>56</b>	<b>134</b>	<b>1,23</b>	<b>25</b>	<b>18,5</b>	<b>102</b>

#### Технология приготовления:

Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость, отделяя белки от желтков, яичные белки взбивают.

Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах, нарезают на куски и кладут в горячую воду, доводят до кипения, затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют соль и варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности.

Сваренную курицу пропускают через мясорубку, в массу вводят соус молочный густой (54-бсоус-2020) из расчета 15 грамм соуса на 55 грамм куриного мяса, желтки яиц, затем взбивают и вводят белки, взбитые в густую пену, слегка вымешивают снизу-вверх и раскладывают на противень, смазанный маслом, доводят до готовности в пароконвектомате (духовом шкафу) 20-25 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - паровые изделия правильной формы, без трещин; консистенция - нежная, сочная; вкус характерный для вареной курицы.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 58

### СОУС МОЛОЧНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ

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

(от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
молоко	100	100	2,7	2,2	4,4	48,2								
мука пшеничная высший сорт	8	8	0,8	0,1	5,1	24,4								
масло сливочное	8	8	0,1	5,1	0,1	46,6								
соль поваренная йодированная	0,3	0,3	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>100</b>	<b>3,6</b>	<b>7,4</b>	<b>9,6</b>	<b>119,2</b>								
Продукты	Витамины(B1,B2,C - в мг; A - 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
молоко	0,03	0,12	13,2	0	0,52	38	121	106	12	78	0,09	9	1,76	20
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,2	8,1	1,3	1,1	6	0,08	0,1	0,42	1,8
масло сливочное	0	0,01	21,6	0,1	0	0,9	2	1,7	0	2,1	0,01	0	0,07	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	88	0	1	0,1	0,2	0,01	12	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,04</b>	<b>0,13</b>	<b>34,8</b>	<b>0,1</b>	<b>0,52</b>	<b>127</b>	<b>131</b>	<b>110</b>	<b>13</b>	<b>87</b>	<b>0,19</b>	<b>21</b>	<b>2,25</b>	<b>22</b>

#### Технология приготовления:

Для приготовления молочного соуса – муку со сливочным маслом подсушивают, добавляют горячее молоко и варят при слабом кипении 7-10 минут, помешивая, процеживают, заправляют солью и еще раз доводят до кипения Температура подачи: не менее 75 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - консистенция жидкая без комочков, цвет белый, вкус молочный.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 59

### СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ

**Номер рецептуры: 54-3соус-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021 (от 1 до 7 лет)**

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)
мука пшеничная высший сорт	5	5	0,5	0,1	3,2	15,3
томатное пюре	20	20	0,7	0	2,1	11,3
лук репчатый	4,5	4	0,1	0	0,3	1,5
морковь	10	8	0,1	0	0,5	2,5
петрушка (корень)	2,3	2	0	0	0,2	0,9
сахар-песок	2,5	2,5	0	0	2,3	9,1
масло сливочное	3	3	0	1,9	0	17,5
лавровый лист	0	0	0	0	0	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	0
бульон	107	100	1,9	0,4	0,3	12,6
<b>Выход:</b>		<b>100</b>	<b>3,3</b>	<b>2,4</b>	<b>8,9</b>	<b>70,8</b>

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
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,1	5,1	0,8	0,7	3,7	0,05	0,1	0,26	1,1
томатное пюре	0,01	0	24	0	2,08	1,5	111	3,5	8	12	0,35	0	0,12	0
лук репчатый	0	0	0	0	0,16	0,1	5,8	1,1	0,5	2	0,03	0,1	0,02	1,2
морковь	0	0	96	0	0,16	1,3	13	1,9	2,6	3,8	0,05	0,4	0,01	4,4
петрушка (корень)	0	0	0,02	0	0,28	0,1	5,7	1	0,4	1,3	0,01	0	0	2,2
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
масло сливочное	0	0	8,1	0,04	0	0,3	0,8	0,6	0	0,8	0,01	0	0,03	0,1
лавровый лист	0	0	0,04	0	0	0	0,1	0,2	0	0	0,01	0	0	0
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	8,8	0	0,1	0	0	0	1,2	0	0
бульон	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,02</b>	<b>0</b>	<b>128</b>	<b>0,04</b>	<b>2,68</b>	<b>12</b>	<b>142</b>	<b>9,2</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>0,52</b>	<b>1,8</b>	<b>0,44</b>	<b>9</b>

#### Технология приготовления:

*Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют.*

*Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой.*

*Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют.*

*Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с петрушкой и морковью, припускают в небольшом количестве бульона мясного с добавлением масла сливочного в течении 10- 15 минут, затем вводят томат-пюре при слабом кипении припускают еще 10-15 минут.*

*Муку пшеничную просеивают и просушивают при температуре 150-160 градусов, периодически помешивая, до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают до температуры 70-80 градусов и разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и добавляют припущенные овощи и при слабом кипении варят в течении 45-60 минут. В конце варки добавляют соль, сахар, лист лавровый.*

*Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи и доводят до кипения.*

*Используют соус красный основной для приготовления производных соусов.*

*При использовании соуса красного основного как самостоятельного, его заправляют предварительно прокипяченным маслом сливочным, которое добавляют в соус, тщательно промешивают до полного соединения масла сливочного с соусом.*

*Затем соус нагревают до температуры от 80 до 85 градусов, но не кипятят.*

*Подают соус красный основной к мясным и рыбным блюдам. Температура подачи: не менее 75 С*



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 57

### СОУС СМЕТАННЫЙ

Номер рецептуры: 54-1соус-2020 Сборника рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Новосибирск-2021 (от 1 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
мука пшеничная высший сорт	2,5	2,5	0,3	0	1,6	7,6								
сметана	50	50	1,2	6,6	1,6	70,8								
масло сливочное	2,5	2,5	0	1,6	0	14,5								
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	0								
вода	55	55	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>8,2</b>	<b>3,2</b>	<b>92,9</b>								
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
мука пшеничная высший сорт	0	0	0	0	0	0,1	2,5	0,4	0,4	1,9	0,03	0	0,13	0,6
сметана	0,01	0,04	32,1	0	0,08	15	48	39	3,9	26	0,09	4,5	0,18	7
масло сливочное	0	0	6,75	0,03	0	0,3	0,6	0,5	0	0,7	0	0	0,02	0,1
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	8,8	0	0,1	0	0	0	1,2	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,01</b>	<b>0,04</b>	<b>38,9</b>	<b>0,03</b>	<b>0,08</b>	<b>24</b>	<b>51</b>	<b>40</b>	<b>4,3</b>	<b>29</b>	<b>0,12</b>	<b>5,7</b>	<b>0,33</b>	<b>7,6</b>

#### Технология приготовления:

Муку подсушивают при температуре 110-120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов, растирают со сливочным маслом, вливают 1/4 горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшуюся воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения.

Белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса; консистенция - жидкой сметаны; цвет - белый с кремовым оттенком; вкус и запах - сметанный.



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20\1

### КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ

Номер рецептуры: 54-13к-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.)								
крупа ячневая	30	30	3,1	0,3	18,7	90,1								
молоко	100	100	1,7	1,4	2,8	30,6								
сахар-песок	1,8	1,8	0	0	1,6	6,5								
масло сливочное	6	6	0	3,8	0,1	34,9								
соль поваренная йодированная	0,6	0,6	0	0	0	0								
вода	32,4	32,4	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>6,0</b>	<b>6,7</b>	<b>28,5</b>	<b>202,5</b>								
Продукты	Витамины(B1,B2,C - в мг; A - 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 ячневая	0,06	0,02	0	0	0	3,9	57	11	16	72	1,23	0	18,7	0
молоко	0,02	0,08	8,4	0	0,33	24	77	67	7,8	50	0,06	5,7	1,12	13
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
масло сливочное	0	0,01	16,2	0,08	0	0,7	1,5	1,3	0	1,6	0,01	0	0,05	0,2
соль поваренная йодированная	0	0	0	0	0	177	0	1,9	0,1	0,4	0,02	24	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,08</b>	<b>0,11</b>	<b>24,6</b>	<b>0,08</b>	<b>0,33</b>	<b>205</b>	<b>136</b>	<b>81</b>	<b>24</b>	<b>124</b>	<b>1,32</b>	<b>30</b>	<b>19,8</b>	<b>13</b>

(от 3 до 7 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
крупа ячневая	37,5	37,5	3,9	0,4	23,4	112,6								
молоко	130	130	2,2	1,7	3,5	38,3								
сахар-песок	2,2	2,2	0	0	2	8,2								
масло сливочное	7,5	7,5	0,1	4,8	0,1	43,6								
соль поваренная йодированная	0,8	0,8	0	0	0	0								
вода	40,5	40,5	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>200</b>	<b>8,0</b>	<b>9,0</b>	<b>38,0</b>	<b>270,0</b>								
Продукты	Витамины(B1,B2,C - в мг; A - 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 ячневая	0,08	0,03	0	0	0	4,8	72	13	20	90	1,53	0	23,3	0
молоко	0,02	0,1	10,5	0	0,41	30	96	84	9,7	62	0,07	7,2	1,4	16
сахар-песок	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,01	0	0	0
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	221	0,1	2,4	0,1	0,5	0,02	30	0	0
вода	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,1</b>	<b>0,14</b>	<b>30,7</b>	<b>0,1</b>	<b>0,41</b>	<b>257</b>	<b>170</b>	<b>101</b>	<b>29</b>	<b>155</b>	<b>1,64</b>	<b>37</b>	<b>24,8</b>	<b>16</b>

#### Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40-50 С), затем горячей водой (60-70 С), после промывания ошпаривают. В кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 31\2

### КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ;

Номер рецептуры: 54-10г-2020 Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций, Ново (от 1 до 3 лет)

Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
картофель	145,3	106,8	2	0,4	15,8	74,8								
молоко	36	36	1,0	0,8	1,6	17,4								
мука пшеничная высший сорт	6	6	0,6	0,1	3,8	18,3								
масло подсолнечное	3,6	3,6	0	3,2	0	28,5								
соль поваренная йодированная	0,4	0,4	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>120</b>	<b>3,6</b>	<b>4,5</b>	<b>21,3</b>	<b>139,0</b>								
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
картофель	0,1	0,06	1,92	0	8,54	4,1	503	9,4	21	54	0,84	5,3	0,25	32
молоко	0,01	0,04	4,75	0	0,18	14	44	38	4,4	28	0,03	3,2	0,63	7,2
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,1	6,1	1	0,8	4,5	0,06	0,1	0,32	1,3
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	118	0	1,3	0,1	0,3	0,01	16	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,11</b>	<b>0,10</b>	<b>6,67</b>	<b>0</b>	<b>8,73</b>	<b>136</b>	<b>553</b>	<b>50</b>	<b>27</b>	<b>87</b>	<b>0,94</b>	<b>25</b>	<b>1,2</b>	<b>41</b>
Продукты	Расход сырья(г.)		Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность								
	брутто	нетто	(г.)	(г.)	(г.)	(ккал.)								
картофель	181,6	133,5	2,5	0,5	19,8	93,5								
молоко	45	45	1,2	1	2	21,7								
мука пшеничная высший сорт	7,5	7,5	0,8	0,1	4,8	22,9								
масло подсолнечное	4,5	4,5	0	4	0	35,6								
соль поваренная йодированная	0,5	0,5	0	0	0	0								
<b>Выход:</b>		<b>150</b>	<b>4,5</b>	<b>5,6</b>	<b>26,6</b>	<b>173,7</b>								
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
картофель	0,12	0,07	2,4	0	10,7	5,1	629	12	27	67	1,05	6,7	0,31	40
молоко	0,01	0,05	5,94	0	0,23	17	55	48	5,5	35	0,04	4,1	0,79	9
мука пшеничная высший сорт	0,01	0	0	0	0	0,2	7,6	1,2	1	5,6	0,08	0,1	0,4	1,7
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	147	0	1,6	0,1	0,3	0,01	20	0	0
<b>Выход:</b>	<b>0,14</b>	<b>0,12</b>	<b>8,34</b>	<b>0</b>	<b>10,9</b>	<b>169</b>	<b>692</b>	<b>62</b>	<b>33</b>	<b>109</b>	<b>1,18</b>	<b>31</b>	<b>1,5</b>	<b>51</b>

#### Технология приготовления:

Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают дольками или крупными кубиками, заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до полуготовности. Затем отвар сливают, добавляют горячее молоко, варят до готовности, вводят разведенную молоком холодную мучную на растительном масле пассеровку, и, помешивая, доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – форма нарезки картофеля должна сохраниться; консистенция - рыхлая, картофель частично разварен; вкус и запах - отварного картофеля и кипяченого молока (от 3 до 7 лет)

