

МЕНЮ

10 день

Завтрак

Каша пшеничная молочная	200 г
Кофейный напиток	200 г
Масло сливочное	5 г
Хлеб пшеничный	30 г

Второй завтрак

Фрукты свежие	250 г
---------------	-------

Обед

Помидор свежий	50 г
Суп гороховый с гренками	250 г
Котлета рыбная	90 г
Картофельное пюре	150 г
Кисель	200 г
Хлеб ржаной	50 г

Уплотненный полдник

Сосиска	70 г
Макароны отварные с овощами	180 г
Булочка домашняя	100 г
Чай	200 г
Хлеб пшеничный	20 г
Фрукты свежие	130 г

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Каша пшённая молочная с маслом сливочным

Номер рецептуры: 185

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – *Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
крупа пшённая	20/30	20/30
молоко	150	150
сахар	10	10
масло сливочное	5	5
Выход:	180/200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
4,33	5,72	30,88	192,50	12,63	1,08	0,14	0,02	0

Технология приготовления: В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют сахар, соль, всыпают промытую пшённую крупу и варят до загустения, периодически помешивая до готовности. При отпуске кашу поливают маслом сливочным, доведенным до кипения.

Требования к качеству

Внешний вид: поверхность без засохших пленок

Консистенция: густая, на тарелке слегка расплывается, крупа хорошо разварена

Цвет: желтоватый

Вкус: характерный пшённой молочной каше с маслом сливочным, без подгорелости

Запах: свойственный пшённой молочной каше с маслом сливочным, без постороннего

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Кисель

Номер рецептуры: 379

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
кисель-брикет	20/25	20/25
сахар	7/10	7/10
Выход:	150/200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,23	0,01	35,27	142,20	12,06	0,68	0,002	0,001	0,15

Технология приготовления: Кисель-брикет предварительно разводят тёплой водой, добавляют сахар и доводят до кипения

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость кисель прозрачный, без плёнки на поверхности

Консистенция: однообразная, средней густоты, слегка желеобразная

Цвет: характерный киселю-брикету

Вкус: сладкий или кисло сладкий

Запах: свойственный киселю

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Хлеб ржаной

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Хлеб ржаной	40/50	40/50
Выход:	40/50	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
3,30	0,60	16,70	86,70	0,24	1,95	0,09	0,04	0

Технология приготовления: Готовый продукт промышленного производства. Хлеб ржаной нарезают ломтиками толщиной 1-1,5 см. Нарезанный хлеб накрывают, чтобы он не заветривался и не черствел. Срок реализации – не более 1 часа после нарезки.

Требования к качеству

Внешний вид: соответствующий хлебной форме, в которой производилась выпечка, с несколько выпуклой верхней коркой, без боковых выплывов

Консистенция мякиша: пропеченный не влажный на ощупь (эластичный, после легкого надавливания пальцами мякиш должен принимать первоначальную форму)

Цвет: тёмно-коричневый

Вкус: свойственный данному виду изделия, без постороннего привкуса

Запах: свойственный данному виду изделия, без постороннего запаха

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Пюре картофельное

Номер рецептуры: 321

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – *Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях* / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
картофель	180/200	122/142
молоко	20/30	20/30
масло сливочное	3/5	3/5
Выход:	130/150	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
3,06	4,80	20,44	137,50	39,4	1,01	0,14	0,11	18,16

Технология приготовления: Очищенный картофель варят в подсоленной воде до готовности, воду сливают, картофель подсушивают. Варёный картофель протирают, температура протираемого картофеля должна быть не ниже 80С. В горячий протёртый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приёма горячее кипячёное молоко и растопленное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однообразной массы.

Требования к качеству

Внешний вид: протёртая картофельная масса

Консистенция: густая пышная, однородная

Цвет: белый с кремовым оттенком

Вкус: свойственный варёному картофелю, с выраженным привкусом сливочного масла и кипячёного молока, умеренно солёный, нежный

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре, кипячёного молока и сливочного масла

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Апельсины свежие

Номер рецептуры: 368

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – *Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Апельсины свежие	175	150
Выход:	150	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,02	0,00	21,56	96,80	35,2	4,84	0,06	0,06	22

Технология приготовления: Апельсины свежие очищают, нарезают и подают на десертной тарелке или вазочке. Выход порции может быть изменен.

Требования к качеству

Внешний вид: целые плоды, уложенные на десертную тарелку или вазочку

Консистенция: соответствует виду плодов

Цвет: соответствует виду плодов

Вкус: соответствует виду плодов

Запах: соответствует виду плодов

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Сосиски отварные

Номер рецептуры: 275

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Сосиска отварная	70	69
Выход:	69	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
5,20	8,99	0,80	106,00	11,8	0,7	0,1	0,1	0

Технология приготовления: подготовленные сосиски кладут в подсоленную кипящую воду, и варят при слабом кипении 5-7 минут. Не допускается подсыхание. Срок реализации – 1 час.

Требования к качеству

Внешний вид: целые, свежeproгретые изделия

Консистенция: колбасные изделия упругие, плотные, сочные

Цвет: светло-розовый

Вкус и запах: мясной, умеренно-солёный

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Макароны отварные с овощами

Номер рецептуры: 206

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
макаронные изделия	30/35	30/35
масло сливочное	5	5
лук	20/30	12/22
морковь	20/35	12/33
Выход:	150/180	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
8,57	4,83	46,31	227,00	6,4	1,52	0,08	0,03	0

Технология приготовления: Макароны отваривают. При отпуске поливают прокипячённым маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: макароны уложены горкой, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга

Консистенция: мягкая, упругая, в меру плотная

Цвет: белый с кремовым оттенком, с вкраплениями желтого

Вкус: отварных макаронных изделий, овощей и сливочного масла, в меру солёный

Запах: отварных макаронных изделий с тушёными овощами

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Булочка домашняя

Номер рецептуры: 469

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
мука пшеничная	60/70	60/70
масло растительное	1	1
масло сливочное	3/5	3/5
дрожжи	2	2
яйцо	0,2/0,3	0,2/0,3
сахар	6/7	6/7
молоко	15/30	15/30
Выход:	90/100	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
13,83	8,22	43,77	203,00	76,2	1,35	0,12	0,18	0,06

Технология приготовления: Дрожжевое тесто готовят опарным способом. Из теста разделяют булочки круглой формы, укладывают на противень смазанный маслом. После полной расстойки булочки смазывают яйцом. Посыпают сахаром и выпекают при температуре 230-240 С 10-15 минут. **Требования к качеству:**

Внешний вид: форма круглая, поверхность посыпана сахаром

Консистенция: мягкая, пористая, хорошо пропечённая

Цвет: от золотистого до светло-коричневого

Вкус: свойственный свежесдобитому изделию из дрожжевого теста

Запах: свойственный свежесдобитому изделию из дрожжевого теста

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Котлета рыбная

Номер рецептуры: 255

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – *Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
треска	70/80	55/65
хлеб пшеничный	10	10
мука пшеничная	5	5
лук репчатый	20	17
молоко	10/15	10/15
яйцо	0,2	0,2
масло растительное	3/5	3/5
Выход:	80/90	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
12,08	3,92	8,21	116,00	31,6	0,45	0,05	0,6	0,26

Технология приготовления: Филе рыбы нарезают на куски, перемешивают с луком репчатым, припущенной морковью, замоченным в молоке пшеничным хлебом, дважды измельчают, добавляют яйца, соль, тщательно перемешивают, формуют изделия овальной формы, панируют, выкладывают на противень, смазанный растительным маслом, и запекают в жарочном шкафу в течение 13-15 минут.

Требования к качеству

Внешний вид: котлета овальной формы

Консистенция: сочная, нежная, однородная

Цвет: светло-серый

Вкус: продуктов, входящих в блюдо

Запах: рыбы и продуктов, входящих в блюдо

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Суп картофельный с бобовыми

Номер рецептуры: 81

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – *Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
курица	30	20
картофель	100/120	60/80
горох	20/25	20/25
хлеб пшеничный	20	20
лук репчатый	15/30	12/22
морковь	15/30	12/22
масло растительное	5	5
Выход:	200/250 15	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,49	5,27	16,32	134,75	38,08	2,03	0,23	0,07	5,81

Технология приготовления: Горох предварительно замачивают в холодной воде (1:3) на 4-5 часов, воду сливают, затем заливают холодной водой (1:3) и варят без соли до размягчения. Овощи очищают, морковь, лук репчатый нарезают мелкими кубиками, припускают с добавлением воды (20% к массе) и маслом. В кипящую воду или бульон кладут нарезанный кубиками или дольками картофель, варят до полуготовности, затем закладывают вареный горох, припущенные овощи, соль и парят до готовности.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа - картофель нарезанный кубиками, горох – в виде разваренных зёрен.

Консистенция: картофель и овощи – мягкие, овощи сохранили форму, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа

Цвет: светло-жёлтый (горчичный). **Вкус:** свойственный гороху, овощам, в меру солёный.

Запах: продуктов, входящих в суп

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Масло сливочное

Номер рецептуры: 6

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – *Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Масло сливочное	5/6	5/6
Выход:	5/6	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
0,08	7,25	0,13	66,00	2,4	0,02	0,001	0,012	0

Технология приготовления: Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы. Масло нарезают не ранее чем за 30-40 минут до отпуска и хранят в холодильнике. Срок реализации – 1 час

Требования к качеству

Внешний вид: кусочки прямоугольной или другой формы

Консистенция: мягкая, однородная (поверхность масла на разрезе слабоблестящая и сухая на вид или с наличием одиночных мельчайших капелек влаги)

Цвет: от белого и желтого, однородный по всей массе

Вкус и запах: чистый, хорошо выраженный вкус и запах сливок, подвергнутых пастеризации при высоких температурах, без посторонних привкусов и запахов

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком

Номер рецептуры: 395

Наименование сборника рецептур: Сборник технических нормативов – *Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
сахар-песок	7/10	7/10
кофейный напиток	1,5/1,8	1,5/1,8
молоко	100	100
Выход:	180/200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
2,85	2,41	14,36	91,00	113,2	0,12	0,036	0,135	1,17

Технология приготовления: В сваренный процеженный кофейный напиток добавляют горячее кипяченое молоко, сахар и доводят до кипения.

Требования к качеству

Внешний вид: кофейный напиток налит в стакан или чашку

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-коричневый

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

Запах: аромат кофейного напитка и кипяченого молока

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Помидоры свежие

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – *Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011.*

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
Помидоры свежие	55	50
Выход:	50	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
белки, г	жиры, г	углеводы, г	энерг. ценность, ккал	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
0,35	0,04	1,49	6,13	7,25	0,63	0,05	0,02	0

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

Требования к качеству

Внешний вид: не мятые, не сморщенные, без механических повреждений

Консистенция: помидоры крепкие, мякоть плотная

Цвет: красный, розовый

Вкус и запах: характерные для свежих помидоров