

МЕНЮ

3 день

Завтрак

Каша «геркулес» молочная	200 г
Кофейный напиток	200 г
Масло сливочное	5 г
Хлеб пшеничный	40 г

Второй завтрак

Кефир 3,2%	180 г
Кондитерское изделие без крема	50 г

Обед

Свежий помидор	50 г
Суп овощной на курином бульоне	250 г
Плов из птицы	200 г
Компот из сухофруктов	200 г
Хлеб ржаной	50 г

Уплотненный полдник

Картофель тушеный с мясом	180 г
Огурец соленый	50 г
Булочка домашняя	100 г
Чай	200 г
Хлеб пшеничный	40 г

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Каша геркулесовая 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.: ДеЛти принт, 2011.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
крупа геркулес	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
3,79	5,48	19,03	141,00	17,8	1,08	0,13	0,03	0

Технология приготовления: В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют сахар, соль, всыпают овсяные хлопья 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, хлопья хорошо разварены

Цвет: сероватый

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

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

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: Чай с сахаром

Номер рецептуры: 392

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
сахар-песок	8/10	8/10
чай	0,5/1	0,5/1
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
0,06	0,02	9,99	28,00	8	0,19	8	0,01	0,02

Технология приготовления: В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком. Сахар кладут в стакан или чашку или подают отдельно.

Требования к качеству

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета, налита в стакан или чашку

Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, чуть терпкий

Запах: свойственный чаю

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Хлеб пшеничный

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
Хлеб пшеничный	25/40	25/40
Выход:	25/40	

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
3,86	0,35	25,15	120,00	10,00	0,09	0,03	0,80	3,86

Технология приготовления: Готовый продукт промышленного производства. Хлеб пшеничный 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: от светло-жёлтого до тёмно-коричневого (на верхней корке)

Вкус: свойственный данному виду изделия, без постороннего привкуса

Запах: свойственный данному виду изделия, без постороннего запаха

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: Печенье фабричное

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
Печенье фабричное	10/25	10/25
Выход:	155	

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
0,70	0,80	18,60	85,00	58	0,42	0,02	0,01	0

Технология приготовления: Печенье выдают порционно. Выход порции может быть изменен.

Требования к качеству

Внешний вид: целое фабричное печенье, уложенное на десертную тарелку

Консистенция: соответствует виду печенья

Цвет: соответствует виду фабричного печенья

Вкус: соответствует виду фабричного печенья

Запах: соответствует виду фабричного печенья

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Хлеб ржаной

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
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: Компот из сухофруктов

Номер рецептуры: 376

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
сухофрукты (смесь)	18/22	18/22
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	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
0,40	0,02	25,02	101,80	28,67	1,12	0,01	0,01	0,36

Технология приготовления: подготовленные сушёные плоды или ягоды заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят до готовности.

Груши сушёные в зависимости от величины и вида варят 1-2 часа, яблоки 20-30 минут, урюк, курагу – 10-20 минут, изюм 5-10 минут.

Компот из плодов или ягод сушёных готовят накануне, для того чтобы он настоялся.

Требования к качеству

Внешний вид: плоды, ягоды не переваренные, уложены в стакан и залиты полученным при варке компота прозрачным отваром.

Консистенция: отвара - жидкая, с наличием хорошо проваренных фруктов

Цвет: от светло-коричневого до тёмно-коричневого, в зависимости от набора сухофруктов

Вкус: сладкий или кисло-сладкий

Запах: аромат использованных плодов и ягод

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	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Огурцы солёные

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
Огурцы солёные	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
0,24	0,03	0,48	4,00	0	0	0	0	1,5

Технология приготовления: Обработанные, промытые соленые огурцы нарезают на порции и подают.

Требования к качеству

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

Консистенция: огурцы крепкие, мякоть плотная, с недоразвитыми водянистыми, некожистыми семенами, полностью пропитанная рассолом, хрустящая

Цвет: зеленовато-оливковый разных оттенков без пятен и ожогов

Вкус и запах: характерные для квашеного продукта, солоновато-кисловатый вкус с ароматом и привкусом пряностей, без постороннего привкуса и запаха

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Суп овощной на мясном бульоне со сметаной

Номер рецептуры: 132

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Под ред. Ф.Л.Марчука. – М «Хлебпродинформ», 1996.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	брутто, г	нетто, г
лук репчатый	20	16
масло сливочное	6	6
горошек зелёный консервирован.	20/50	10/25
сметана 15% жирности	9/10	9/10
картофель	100/120	60/80
капуста б/к	50/80	35/60
морковь	20	16
Выход:	200/9 250/10	

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
1,74	4,89	8,48	84,75	44,38	1,19	0,06	0,05	10,29

Технология приготовления: Мелконашинкованные морковь, лук пассеруют. В кипящий бульон кладут подготовленный картофель, капусту, через 15-20 минут после закипания добавляют припущенные овощи и варят до готовности. За 10-15 минут до окончания варки закладывают зелёный горошек, соль. Отпускают со сметаной.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа – зелёный горошек, морковь и лук репчатый, нарезанные, картофель и овощи не переварены.

Консистенция: овощи – мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: жёлтый, жир на поверхности оранжевый, овощей – натуральный

Вкус: в сочетании с входящими в состав овощами, в меру солёный

Запах: продуктов, входящих в суп

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Плов из птицы

Номер рецептуры: 317

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
крупа рисовая	33/50	35/50
морковь	10/30	8/22
лук репчатый	10/30	6/22
масло растительное	5	5
курица	100/120	57/67
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
2,43	8,55	22,90	181,00	12,4	0,5	0,03	0,02	1,75

Технология приготовления: Обработанные тушки кур заливают холодной водой и варят, затем охлаждают, отделяют мякоть от кости и нарезают кусочками массой 20-30 г. Очищенные морковь и лук репчатый нарезают соломкой, припускают с добавлением воды (20% к массе) и масла. Нарезанное мясо соединяют с припущенными овощами, заливают горячей кипяченой водой, равной объему необходимой для рассыпчатой рисовой каши (1:2,1), добавляют соль и доводят до кипения. Рис промывают несколько раз в холодной воде, добавляют к мясу, вымешивают и варят при слабом кипении до готовности (до полного поглощения воды и размягчения риса), в конце варки - перемешивают. При отпуске можно добавить мелконарезанную зелень (1-2 г). Органолептические показатели качества Внешний вид - рис хорошо набухший, рассыпчатый, соотношение продуктов соответствует рецептуре. Цвет - мяса - светло-коричневый, риса - серовато- белый, овощей - светло-желтый. Консистенция - мяса кур - мягкая, риса - мягкая, плова - рассыпчатая, сочная. Запах - свойственный тушеному мясу кур с овощами и рисом, без постороннего. Вкус - характерный тушеному мясу кур с овощами и рисом, без подгорелости.

Требования к качеству

Внешний вид: зёрна крупы – целые, хорошо набухшие, легко разделяются, овощи целые

Консистенция: рассыпчатая, мягкая однородная

Цвет: от белого до кремового, с вкраплениями желтого

Вкус: отварного риса, овощей, умеренно солёный

Запах: риса с тушёными овощами и курицей

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	60
масло растительное	1	1
масло сливочное	2/5	2/5
дрожжи	1/2	1/2
яйцо	0,2/0,3	0,2/0,3
сахар	6/7	6/7
молоко	15/30	15/30
Выход:	80/100	

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
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 свежеспекечному изделию из дрожжевого теста

Запах: свойственный свежеспекечному изделию из дрожжевого теста

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Кефир 3,2%

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
Кефир 3,2	155/200	150/200
Выход:	150/200	

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
3,2	4,8	6,15	84	76,2	1,35	0,12	0,18	0,06

Кефир разливается непосредственно в кружки из упаковки.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Картофель тушёный с мясом

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
картофель	160/180	100/120
морковь	30/50	23/38
мясо говядина	50/60	45/55
лук репчатый	20/40	16/32
масло растительное	3/5	3/5
Выход:	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
6,18	5,44	36,51	261,00	19,5	1,44	0,33	0,78	0,3

Технология приготовления: Мясо нарезают кубиками по 10г., тушат. Картофель нарезают дольками или кубиками, лук и морковь пассеруют. Картофель и овощи соединяют и тушат до готовности.

Требования к качеству

Внешний вид: картофель и овощи нарезаны кубиками или дольками, мясо мягкое, форма нарезки сохранена.

Консистенция: мягкая, плотная

Цвет: светло-оранжевый

Вкус: умеренно солёный

Запах: тушёных овощей и мяса