

МЕНЮ

8 день

Завтрак

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

Второй завтрак

Сок фруктовый	200 г
Кондитерское изделие без крема	50 г

Обед

Капуста квашеная	70 г
Суп картофельный с макарон.издел.	250 г
Суфле из отварной курицы	100 г
Рис припущенный с овощами	180 г
Соус сметанный	50 г
Компот из сухофруктов	200 г
Хлеб ржаной	50 г

Уплотненный полдник

Омлет натуральный	100 г
Зеленый горошек отварной	50 г
Чай	200 г
Хлеб пшеничный	40 г
Фрукты свежие	100 г

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным

Номер рецептуры: 185

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 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: Масло сливочное

Номер рецептуры: 6

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
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	Са	Fe	В ₁	В ₂	С
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: Чай с сахаром

Номер рецептуры: 392

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	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: 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: Груши 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
Груши 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: Груши 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: Капуста квашеная

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
капуста квашеная	120	70
сахар	6/7	6/7
Выход:	70	

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

Технология приготовления: Капусту квашеную сбрызгивают растительным маслом и подают.

Требования к качеству

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

Консистенция: у капусты мякоть плотная, полностью пропитанная рассолом, хрустящая

Цвет: бело-молочный разных оттенков без пятен

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: Соус сметанный (для подачи к блюду)

Номер рецептуры: 351

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
сметана	10	10
масло растительное	1	1
мука пшеничная	5	5
Выход:	30/50	

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
0,11	1,04	1,03	13,92	2,56	0,02	0,01	0,01	0

Технология приготовления: Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают и разводят горячим молоком или молоком с добавлением воды и варят 7-10 минут при слабом кипении. Затем кладут сахар, соль, поцеживают и доводят до кипения.

Требования к качеству

Внешний вид: однородная масса с гладкой бархатистой поверхностью, без комочков муки, плёнки и всплывшего жира

Консистенция: полужидкая, однородная, нежная

Цвет: кремовый

Вкус: насыщенный, соответствует использованным продуктам, молока

Запах: продуктов, входящих в соус

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Суп картофельный с вермишелью

Номер рецептуры: 80

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	100/120	60/80
лук репчатый	10/20	8/12
масло растительное	5	5
макаронные изделия	5/10	5/10
морковь	10/20	8/12
Выход:	200/250	

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
2,69	2,84	17,14	104,75	24,6	1,08	0,11	0,06	8,25

Технология приготовления: Лук мелко шинкуют, морковь нарезают мелкими кубиками и припускают. Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон закладывают подготовленный картофель, припущенные овощи варят до готовности. За 5-10 минут до окончания варки кладут макаронные изделия, соль, зелень. Доводят до готовности.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа – картофель и овощи, нарезанные кубиком, макаронные изделия не разварившиеся.

Консистенция: овощей – мягкая, вермишель сохранила форму, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей супа

Цвет: супа – золотистый, жира на поверхности – светло-оранжевый, овощей – натуральный

Вкус: картофеля, овощей и макаронных изделий, в меру солёный

Запах: продуктов, входящих в суп

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Суфле куриное

Номер рецептуры: 310

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
цыплята	100/120	60/80
яйца	0,25	0,25
морковь	30	22
лук репчатый	20	12
масло растительное	3/5	3/5
молоко	15/30	15/30
мука пшеничная	5	5
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
12,48	12,59	2,45	173,00	42,8	1,04	0,03	0,12	0,03

Технология приготовления: мякоть отварных кур без кожи дважды пропускают через мясорубку, с частой решёткой, в массу вводят молочный соус, желтки яиц, затем взбитые в густую пену белки, слегка вымешивают снизу вверх и выкладывают в форму, смазанную маслом. Отпускают с прокипячённым сливочным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: изделие воздушное, пышное, ровное без разрывов

Консистенция: сочная, мягкая, нежная

Цвет: кремово-жёлтый

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Горошек зелёный отварной

Номер рецептуры: 10

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
Горошек зелёный консервированный	100	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
1,17	2,30	6,17	50,05	19,12	0,88	0,02	0,02	3,36

Технология приготовления: Консервированный зелёный горошек прогревают в собственном соку, затем отвар сливают и подают.

Требования к качеству

Внешний вид: горошек сохранил форму

Консистенция: сочная, плотная

Цвет: свойственный сорту горошка

Вкус и запах: умеренно солёный консервированного горошка

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Омлет натуральный

Номер рецептуры: 215

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
яйцо	1/1,5	1/1,5
молоко	15/50	15/50
масло сливочное	3/5	3/5
Выход:	60/100	

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
5,73	11,04	1,10	127,00	46,4	1,18	0,04	0,24	0,1

Технология приготовления: К обработанным яйцам добавляют молоко и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на смазанный маслом противень слоем не больше 2,5 см и запекают в жарочном шкафу до готовности. Отпускают с прокипячённым сливочным маслом.

Требования к качеству:

Внешний вид: поверхность омлета зарумянена, без подгорелых мест

Консистенция: однородная, сочная

Цвет: золотисто-жёлтоватый

Вкус: свежих, запеченных яиц, молока, сливочного масла

Запах: свежих, запеченных яиц, сливочного масла

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: Печенье фабричное

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
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: Рис припущенный с овощами

Номер рецептуры: 316

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	33/50
морковь	35	25
лук репчатый	35	25
масло сливочное	5/6	5/6
Выход:	150/180	

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: рис промывают несколько раз в холодной воде. Овощи – лук и морковь мелко нарезают, выкладывают в посуду с толстым дном, слегка пассеруют, сверху выкладывают подготовленный рис, солят, перемешивают. Затем добавляют воду, накрывают крышкой и доводят до готовности на медленном огне.

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