

МЕНЮ

9 день

Завтрак

Каша ячневая молочная	200 г
Какао-напиток на молоке	200 г
Масло сливочное	5 г
Хлеб пшеничный	40 г
Сыр	15 г

Второй завтрак

Кефир 3,2%	50 г
Кондитерское изделие без крема	200 г

Обед

Огурец свежий	50 г
Рассольник с мясом и сметаной	250 г
Тефтели мясо-крупяные	90 г
Капуста тушеная	180 г
Компот из свежих фруктов	200 г
Хлеб ржаной	50 г

Уплотненный полдник

Запеканка творожно-морковная	160 г
Повидло	90 г
Чай	200 г
Хлеб пшеничный	40 г
Фрукты свежие	100 г

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Каша ячневая 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 ячневая	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	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
5,75	5,12	18,38	145,20	161,6	0,51	0,09	0,2	0,91

Технология приготовления: В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют сахар, соль, всыпают промытую ячневую 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: сероватый

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

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

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Сыр

Номер рецептуры: 7

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
Сыр	11/16	10/15
Выход:	10/15	

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
2,84	3,58	0,00	43,90	123,46	0,14	0,004	0,037	0,19

Технология приготовления: Сыр нарезают тонкими ломтиками прямоугольной формы толщиной 2-3 мм за 30-40 мин до его отпуска и хранят в холодильнике. Не допускаются подсыхание. Срок реализации – 1 час.

Требования к качеству

Внешний вид: ломтики прямоугольной или треугольной формы

Консистенция: мягкая, не крошащаяся

Цвет: соответствует виду сыра

Вкус и запах: соответствует виду сыра

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Бананы свежие

Номер рецептуры: 368

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
Бананы, фрукты свежие	175	155
Выход:	155	

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
0,02	0,00	21,56	96,80	35,2	4,84	0,06	0,06	22

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

Требования к качеству

Внешний вид: целые плоды или ягоды, 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: 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	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
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: Вафли фабричные

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
Вафли фабричные	30/50	30/50
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
3,00	2,40	37,50	93,00	58	0,42	0,02	0,01	0

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

Требования к качеству

Внешний вид: целые фабричные вафли, уложенные на десертную тарелку

Консистенция: соответствует виду вафель

Цвет: соответствует виду фабричных вафель

Вкус: соответствует виду фабричных вафель

Запах: соответствует виду фабричных вафель

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: Хлеб пшеничный

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 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: 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	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
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: Капуста тушёная

Номер рецептуры: 132

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 свежая	205/230	160/175
масло сливочное	5	5
морковь	20/30	12/22
лук репчатый	20/30	12/22
Выход:	170/180	

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
3,75	6,66	17,25	144,00	90	1,47	0,06	0,09	29,97

Технология приготовления: Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котёл слоем до 30 см, добавляют воду, масло, прогретое томатное пюре и тушат до полуготовности, периодически помешивая. Затем добавляют припущенные, нарезанные соломкой морковь, лук, и тушат до готовности. За 5 минут до конца тушения капусту заправляют сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушёной капусты с овощами

Консистенция: сочная, слабо хрустящая

Цвет: светло-коричневый

Вкус: умеренно солёный

Запах: тушёной капусты

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Тефтели мясные (с рисом)

Номер рецептуры: 287

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
говядина	85/90	65/70
масло растительное	4/6	4/6
яйцо	0,2	0,2
мука пшеничная	5	5
рис	10/20	10/20
лук репчатый	10/20	8/12
Выход:	85/90	

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
8,86	5,98	39,91	248,00	15,9	4,8	0,25	0,12	0

Технология приготовления: Мясо дважды пропускают через мясорубку, добавляют измельчённый припущенный лук, отварной рис, перемешивают, формируют изделия в виде шариков по 3-4 шт на порцию. Шарики панируют в муке, запекают, перекладывают в неглубокую посуду и тушат до готовности. подготовленные изделия кладут на противень, смазанный маслом, и запекают при температуре 180-200 С до готовности 12-15 минут.

Требования к качеству

Внешний вид: тефтели в виде шариков, поверхность без трещин

Консистенция: в меру плотная, сочная

Цвет: тефтелей - коричневый, на разрезе – светло-серый

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА

Технологическая карта №

Наименование изделия: Рассольник Ленинградский

Номер рецептуры: 76

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
мясо	15	12
лук репчатый	10/20	8/12
масло растительное	5	5
огурцы солёные	20/50	10/25
сметана 15% жирности	9/10	9/10
картофель	100/120	60/80
крупа перловая	5/8	5/8
морковь	15/30	12/22
Выход:	250	

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
2,10	5,12	1,95	120,75	26,45	0,98	0,1	0,06	7,54

Технология приготовления: В кипящий бульон закладывают подготовленную крупу, картофель, нарезанный брусочками, а через 5-10 минут вводят припущенные овощи припущенные огурцы. За 5-10 минут до окончания варки добавляют соль, сметану. Доводят до готовности.

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части рассольника – огурцы без кожицы и семян, нарезанные ромбиком или соломкой, картофель нарезан брусочками, крупа сохранила форму

Консистенция: овощей, мяса – мягкая, сочная, огурцов – слегка хрустящая, перловая крупа хорошо разварена, соблюдается соотношение жидкой и плотной частей

Цвет: жира на поверхности – жёлтый, овощей - натуральный

Вкус: умеренно солёный, с умеренной кислотностью

Запах: продуктов, входящих в рассольник

Технологическая карта №

Наименование изделия: Кефир 3,2%

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
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.