

ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ К ПРИМЕРНОМУ 10-ДНЕВНОМУ МЕНЮ

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 1

Щи из свежей капусты.

Выход **200 г**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло слив.	3	3				
картофель	70	55				
Капуста	50	38				
Лук репчатый	10	8				
Морковь	12	10				
зелень	2	1,6				
Помидоры	21	18				
Бульон	200	200				
Всего			2.58	7.82	9.12	114.35

Технология приготовления:

Капусту, морковь, петрушку шинкуют соломкой. Морковь припускают с маслом и небольшим количеством отвара или бульона до полуготовности. Нашинкованный лук бланшируют и слегка пассируют на масле. В кипящий отвар или бульон кладут капусту, доводят до кипения, добавляют припущенные корни, лук и продолжают варку 20—30 минут. За 10—15 минут до готовности щи солят и добавляют в них помидоры без кожицы, нарезанные дольками, подсушенную муку, разведенную отваром или бульоном, и варят до готовности. В конце варки добавляют, лавровый лист, доводят до кипения. Одновременно со специями в щи можно положить чеснок (2 г нетто на 1000 г щей). Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству: Вкус в меру соленый. Запах приятный, аромат кореньев. Бульон матово-бесцветный, жир — светло-желтый. Консистенция кореньев, капусты — мягкая. Нарезка овощей равномерная. На поверхности бульона блестки жира, рубленая зелень.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2

Борщ из свежей капусты на мясном бульоне.

Выход **250/8г.**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло сливочное	3	3				
Капуста свежая	40	26				
Свекла	30	18				
Лук репчатый	8	6				
Морковь	12	8				
Бульон	200	200				
картофель		28				
Сахар	40					
Лимонная кислота	2	2				
	0.2	0.2				
Всего			1.54	5.07	8.04	83.33

Технология приготовления:

В кипящий бульон закладывают, нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель. Варят 10—15 минут. Вареную свеклу нарезают соломкой или ломтиками, пассируют, кладут в борщ одновременно с пассированными овощами и томатным пюре. Борщ заправляют пассированной мукой, разведенной бульоном.

Требования к качеству:

На поверхности борща блестки жира и мелко нарезанная зелень. Овощи сохранили форму нарезки. Цвет жидкой части от ярко до темно-малинового. Вкус сладковатый. Приятный запах припущенных кореньев, лука. Не допускается запах сырой свеклы и пареных овощей. хрустящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 3**Суп полевой.****Выход 250 г.**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Капуста бело	20	16				
Картофель	53	40				
Лук репчатый	9.6	8				
Морковь	10	8				
Зеленый гор.	9.2	6				
Масло слив.	4	4				
Бульон	200	200				
Всего			1.54	4.69	10.07	92.19

Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут нашинкованную соломкой капусту, доводят до кипения, закладывают нарезанный брусочками картофель, припущенные с маслом морковь и лук. Варят 15 минут, добавляют зеленый горошек, соль. За 3 минуты до готовности вводят сметану, зелень, доводят до кипения.

Требования к качеству:

Цвет блесок жира на поверхности бледно-оранжевый, консистенция картофеля, капусты мягкая, форма нарезки сохранена. Вкус в меру соленый. С ароматом свежих овощей, зелени.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 4

Рассольник

Выход 250 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Перловка	5	5				
Картофель	70	45				
Лук репчатый	8	6				
Морковь	12	10				
Соленые огурцы	20	18				
Масло слив.	2	2				
Бульон	200	200				
Всего			1.54	4.69	10.07	92.19

Технология приготовления:

В кипящий бульон кладут перловку, доводят до кипения, закладывают нарезанный брусочками картофель, припущенные с маслом морковь, томат и лук. Варят 15 минут, добавляют соленые огурцы, соль. За 3 минуты до готовности вводят сметану, доводят до кипения.

Требования к качеству:

Цвет блесок жира на поверхности бледно-оранжевый, консистенция кореньев, картофеля, форма нарезки сохранена. Вкус в меру соленый. С ароматом свежих овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 5

Суп картофельный с фрикадельками.

Выход 250 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Картофель	70	57				
Фарш мясной	20	20				
Морковь	10	8				
Лук репчатый	8	6				
Масло сливочное	3	3				
Бульон	200	200				
Зелень	3	1,8				
Всего			1,85	6,19	12,34	112,47

Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками. Затем добавляют мясные фрикадельки. За 10 минут до окончания варки добавляют припущенные морковь, лук, и варят суп до готовности. В конце варки заправляют зеленью, доводят до кипения.

Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Коренья, лук и картофель сохранили форму нарезки, мягкие. На поверхности блески жира. Бульон полупрозрачный. Вкус без горечи, в меру соленый. С ароматом овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 6

Вермишель молочная.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко сухое	12	12				
Масло сливочное	5	5				
Сахар	5	5				
Вермишель	25	25				
Вода	150	150				
Всего			5.58	6.12	19.73	156.08

Технология приготовления:

Макаронные изделия отдельно варят в кипящей соленой воде до полуготовности в течение 5 минут. Воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды, варят, помешивая, до готовности с добавлением соли, сахара, в конце — сливочного масла. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Консистенция макаронных изделий мягкая, форма должна быть сохранена. Цвет белый. Вкус сладковатый, слабосоленый, без привкуса подгорелого масла.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 7

Котлета из оленины.

Выход 80 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло растительное	3	3				
Лук репчатый	5	3				
Мясо на кости	100	77				
Хлеб	10	10				
Молоко	21	21				
Масса полуфабриката		87				
Всего			10.68	11.72	5.74	176.75

Технология приготовления:

Мясо промыть, отделить от костей, зачистить от сухожилий, пропустить через мясорубку. Смешать с размоченным в молоке и хорошо отжатым хлебом и вновь пропустить через мясорубку, посолить и хорошо взбить. Из приготовленной котлетной массы формируют изделия овально-приплюснутые, с заостренным концом. Укладывают на противень с маслом, разогретым до 150—160 °С, готовят в жарочном шкафу.

Требования к качеству:

Цвет корочки — от светло-коричневого до коричневого. Форма овальная с заостренным концом, приплюснутая. Консистенция однородная, сочная, пышная. Запах жареного мяса, панированного в сухарях

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 8

Гуляш из оленины.

Выход 60/40 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло растит.	5	5				
морковь	12	8				
Лук репчатый	10	8				
Мясо — оленина	100	65				
Мука	5	5				
Томат-паста	2	2				
Масло сливочное	3	3				
Всего			18.56	20.72	5.77	283.79

Технология приготовления:

Нарезанные кубиками кусочки мяса весом 20—30 г обжаривают, заливают водой или бульоном и тушат с добавлением пассированного томатного пюре в закрытой посуде около часа. На бульоне, в котором тушилось мясо, готовят соус, добавляют в него пассированный лук, соль. Заливают соусом мясо и продолжают тушить еще 25—30 минут. За 5—10 минут до готовности кладут лавровый лист.

Требования к качеству: Цвет мяса светло-коричневый. Консистенция однородная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 9

Ёжики мясные в соусе

Выход 80/30 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Оленина на кости	100	71				
Лук репчатый	20	16				
Молоко или вода	16	16				
Соус томатный	30					
мука	5	5				
рис	5	5				
хлеб пшеничный	10	10				
Всего			21.72	25.11	3.85	325.69

Технология приготовления:

Мясо промыть, отделить от костей, зачистить от сухожилий, пропустить через мясорубку. Смешать с размоченным в молоке и хорошо отжатым хлебом и вновь пропустить через мясорубку, посолить и хорошо взбить. Лук шинковать и обжарить, затем добавить к пропущенному фаршу. Рис промыть и добавить к фаршу. Из приготовленной котлетной массы формируют шарики по две штуки на порцию. Укладывают на противень с маслом, разогретым до 150—160 °С, готовят в жарочном шкафу.

Температура подачи 65 °С.

Гарниры: отварные макаронные изделия, картофель отварной, овощи отварные и тушеные, овощные пюре.

Соусы: томатный соус

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 10

Картофельная запеканка с мясом.

Выход 150/50г.

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Мясо отварное	70	45				
Масло растительное	3	3				
Картофель отварной	200	155				
Яйцо	1/6	5,8				
Лук репчатый	8	6				
Масло сливочное	3	3				
Молоко	30	30				
Масса полуфабриката		180				
Всего			25.53	24.78	18.43	400.75

Технология приготовления:

Отварную оленину нарезают кусками по 75—100 г, пропускают через мясорубку, заправляют размяченным сливочным маслом, солью. Кладут на смазанный маслом противень слоем 2—3 см и прогревают, помешивая, в жарочном шкафу при температуре 160—180 °С в течение 8—10 минут.

Картофель заливают горячей водой, добавляют соль и варят до готовности. Воду сливают, картофель обсушивают при закрытой крышке на огне в течение 10—20 секунд. Сваренный картофель протирают и делят на две части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень слоем 1—1,5 см, разравнивают. Затем кладут ровным слоем мясо, а сверху оставшуюся часть картофеля. После, разравнивая картофель, смазывают яйцом, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом и запекают в течение 25—30 минут при температуре 250—280 °С. Готовую запеканку, нарезают на порционные куски. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Поверхность ровная, с легкой румяной корочкой. Вкус в меру соленый, соответствует входящим в состав продуктам, без привкуса, пригоревшего картофеля. На разрезе прослойка фарша серого цвета. Консистенция картофеля рыхлая, не тягучая, фарш сочный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 11.

Кура тушёная со овощами в соусе Выход 70 /30г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Кура	100	70				
Морковь	15	11				
Лук репчатый	8	6				
мука	5	5				
Масло растительное	7	7				
Томат-паста	2	2				
Всего			18.22	18.22	0.97	242.68

Технология приготовления:

Подготовленные тушки кур или цыплят закладывают в кипящую воду (2,5 л на 1 кг продукта) и быстро доводят до кипения. С закипевшего бульона снимают пену и жир, добавляют нарезанную морковь, соль, и варят птицу при слабом кипении до готовности (проверка готовности: поварская игла должна свободно проходить в толстую часть ножки, на изломе ножки — мягкость серого цвета).

Сваренные тушки вынимают из бульона, дают им остыть и нарубают на порции (2 кусочка по 35 г).

Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения.

Отпускают курицу с гарниром. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Внешний вид: два кусочка на порцию (от филейной части и от ножки) уложены на тарелку, политы соусом, сбоку

рассыпчатый рис (или другой гарнир) горкой. Цвет мяса серовато-белый. Вкус и запах, свойственные вареной курице.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 12.

Котлеты или биточки рыбные из чира (омуля)

Выход 80 г.

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Чир (омуль) без головы	110	80				
Хлеб пшеничный	10	10				
Лук репчатый	8	6				
Масло растительное	5	5				
Молоко	10	10				
Яйцо	1/бшт	6,8				
Масса полуфабр.	.	86				
Всего			10.36	1.93	6.79	85.93

Технология приготовления:

Филе рыбы без кожи и костей нарезают на куски, измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым черствым пшеничным хлебом высшего сорта, добавляют соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду. Все тщательно перемешивают, отбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты. Изделия укладывают в один ряд в сотейник, смазанный маслом, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и припускают до готовности в течение 20—30 минут при закрытой крышке или варят на пару. Для бульона используют пищевые отходы от обработки рыбы.

Температура подачи 65 °С.

Гарниры: каши вязкие, овощные пюре, капуста тушеная.

Соусы: сметанный, молочный, томатный.

Требования к качеству: Внешний вид: изделие имеет круглую или яйцевидную приплюснутую форму, заостренную с одной стороны, без трещин. Соус подлит, гарнир уложен горкой, котлета сбоку приподнята на гарнир (маслом поливают котлету). Консистенция однородная, рыхлая, сочная. Цвет белый с сероватым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы, запах и привкус кислого хлеба.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 13.**Картофельное пюре. Выход 150 г.**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Картофель	200	154				
Молоко	50	50				
Масло слив.	5	5				
Всего			2.77	5.25	20.19	139.06

Технология приготовления:

Очищенный картофель укладывают в посуду, солят, заливают горячей водой, чтобы она покрыла картофель на 1 см. Доводят до кипения и варят при слабом кипении до готовности. Горячий вареный картофель обсушивают, пропускают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 °С. В горячую картофельную массу добавляют в 2—3 приема горячее кипяченое молоко, сливочное масло и тщательно 100 °С выдерживают 5—7 минут. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Консистенция: густая, пышная, однородная масса, без комочков не протертого картофеля. Цвет от кремового до белого, без темных включений. Вкус слегка соленый, нежный. С ароматом молока и масла. Не допускается запах подгорелого молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 14.**Капуста тушеная.****Выход 150г**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Мука	3	3				
Капуста свежая	180	155				
Лук репчатый	6	4				
Морковь	15	12				
Томат	2	2				
Масло растительное	5	5				
Всего			3.93	4.84	18.17	110.74

Технология приготовления:

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют бульон или воду, растительное масло. Тушат до полу готовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассированные нарезанные соломкой морковь и лук, а также лавровый лист. Тушат до готовности. За 5 минут до конца тушения заправляют сливочным маслом, солью и вновь доводят до кипения. При отпуске блюдо можно посыпать нарезанной зеленью.

Требования к качеству:

Цвет светло-коричневый. Вкус кисло-сладкий. Запах тушеной капусты, овощей, пряностей. Консистенция сочная, слабо хрустящая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 15.

Макаронны.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Макаронны	40	40				
Масло сливочное	5	5				
Масса отварных макаронных изделий	45	150				
Всего			4.79	4.59	30.62	182.95

Технология приготовления: Макаaronные изделия (макаронны, лапшу, вермишель и др.) варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макаaronны варят 20—30 минут, лапшу — 20—25 минут, вермишель — 10—12 минут. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего масса их увеличивается примерно в 3 раза в зависимости от сорта.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным маслом, чтобы они не склеивались и не образовывали комков.

Требования к качеству: Вкус и запах макаронных изделий и масла. Блюдо в меру соленое.

Консистенция: рассыпчатая масса без комков, макаронные изделия, сохранившие форму.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 16

Салат морковный.

Выход 50 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки ,	жиры	углеводы	
Морковь	50	43				
Сахар	2	2				
Масло растительное	3	3				
Вода	2,5	2,5				
Лимонная кислота	0,04	0,04				
Всего			0,66	4,03	4,25	53,9

Технология приготовления:

Морковь натирают или шинкуют, кладут в эмалированную кастрюлю, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока. Затем заправляют сахаром, лимонной кислотой, растительным маслом, хорошо перемешивают и выносят на раздачу.

Требования к качеству:

Нарезка овощей аккуратная, сохранившая форму. Окраска овощей не изменилась. Вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 17

Салат из капусты и яблок.

Выход 50 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки ,	жиры	углеводы	
Капуста белокочанная	40	32				
Яблоки свежие	17	11				
Сахар	2	2				
Масло растительное	7	7				
Всего			0,7	1,9	5,4	43,2

Технология приготовления:

Капусту шинкуют, солят, перетирают, добавляют очищенные и порезанные дольками яблоки. При отпуске заправляют сахаром и растительным маслом.

Требования к качеству:

Нарезка овощей аккуратная, сохранившая форму. Окраска овощей не изменилась. Вкус кисло-сладкий, свойственный входящим в салат продуктам, в меру соленый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 18.

Рыбные тефтели.

Выход 150 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки ,	жиры	углеводы	
Чир	110	85				
Молоко	50	50				
Хлеб пшеничный	10	10				
Яйцо	1/2	21,0				
Масло сливочное	5	5				
Всего			20,2	7,8	10,2	197,6

Технология приготовления:

Рыбу освобождают от костей, отваривают в небольшом количестве воды. Вынимают, пропускают через мясорубку, смешивают с молочным соусом, желтками, взбитыми белками, солят, формируют тефтели, выкладывают на смазанную маслом форму, сверху сбрызгивают растопленным маслом и запекают в духовке.

Требования к качеству:

Поверхность изделия без трещин. Консистенция рыхлая, однородная, сочная. Вкус и запах, свойственные отварной рыбе.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 19.

Оладьи. Выход 100 г.

Наименование прод.	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки ,	жиры	углеводы	
Мука	57	57				
Молоко	60	60				
Дрожжи	2	2				
Сахар	2	2				
Масло растительное.	6	6				
Всего			7,2	8,0	44,3	274,1

Технология приготовления: Сахар, соль, растворенные дрожжи разводят теплым молоком, перемешивают с мукой и ставят в теплое место для брожения на 1,5-2 часа.

Жарят на хорошо разогретом растительном масле с обеих сторон.

Требования к качеству: Поверхность ровная. Консистенция однородная, рыхлая. Вкус и запах, свойственные набору продуктов.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 20.**Пудинг творожно-манный со сгущенным молоком.****Выход 160/30г.**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки ,	жиры	углеводы	
Крупа манная	10	10				
Молоко сухое	5	5				
Яйцо	¼	12				
Молоко сгущённое	30	30				
Творог	120	120				
Сахар	6	6				
Масло сливочное	3	3				
Всего			10,6	11,9	37,1	301,8

Технология приготовления: Отваривают манную кашу, остужают, смешивают с творогом, яичным желтком, сахаром и взбитыми белками, выкладывают на смазанный маслом противень и выпекают.

Требования к качеству: Поверхность ровная, без трещин. Консистенция нежная, пышная. Цвет золотисто-желтый. Вкус и запах, свойственные творогу

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 21.**Каша рисовая молочная. Выход 200 г.**

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки ,	жиры	углеводы	
Рис	30	30				
Молоко сухое	12	12				
Вода	150	150				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Всего			5,8	8,8	29,3	229,7

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают, засыпают в кипящую воду. Отваривают до полуготовности, затем добавляют кипящее молоко, соль, сахар и отваривают при слабом огне до готовности. При выдаче кладут масло.

Требования к качеству: Цвет белый. Зерна крупы полностью набухшие, хорошо разварены. Консистенция нежная, слегка расплывается. Вкус и запах, свойственные набору продуктов, без признаков подгорелой каши, комков и засохших пленок.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 22.**Омлет натуральный.****Выход 150 г.**

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки ,	жиры	углеводы	
Яйцо	1 шт.	48				
Масло сливочное	5	5				
Молоко	100	100				
Всего			5,6	8,4	1,96	110,3

Технология приготовления: Яйца (предварительно обрабатываются согласно СанПин 2.3.6 1079-01) смешивают с молоком, добавляют соль, слегка взбивают до тех пор, пока на поверхности не появится пена. Омлет запекают на противне, смазанном маслом с толстым дном, обеспечивающим постепенный равномерный прогрев яичной массы. Противень хорошо разогреть и вылить в него омлетную смесь слоем 2,5-3 см. Вначале омлет запекают при небольшом нагреве, до образования легкой мягкой корочки, затем доводят до готовности в жарочном шкафу 8-10 минут при температуре 180-200 градусов С. При подаче нарезать на порционные куски.

Требования к качеству:

Цвет светло-желтый. Консистенция пышная, пенная, пористая, упругая. Вкус и запах свойственные набору продуктов, толщина слоя готового блюда не более 2,5 - 3 см..

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 22.

Омлет с зеленым горошком.

Выход 150 г.

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Яйцо	1шт	40				
Молоко	100	100				
Масло сливочное	5	5				
Зеленый горошек	30	25				
Всего			10.24	12.50	5.00	173.46

Технология приготовления:

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко, соль, размешивают и слегка взбивают до образования пены. Зеленый горошек консервированный доводят до кипения в отваре при открытой крышке, отвар сливают, горошек охлаждают и вводят в омлетную смесь. Ее выливают в смазанную маслом разогретую посуду слоем 2.5—3.0 см и запекают в течение 8—10 минут в жарочном шкафу при температуре 180—200 °С до образования легкой румяной корочки. Яйца необходимо разбивать в отдельную посуду по 2—3 шт. и соединять с общей массой. Перед подачей омлет нарезают на порции, посыпают зеленью.

Требования к качеству: Консистенция омлета нежная, пористая, зеленый горошек распределен равномерно, цвет его сохранился

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 23.

Соус томатный. Выход 50г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Мука	5	5				
Масло сливоч.	5	5				
Томатная паста	3	3				
Всего			3.36	23.69	6.72	253.53

Технология приготовления:

Подсушенную без изменения цвета муку смешивают с маслом и небольшим количеством холодной сметаны. Смесь разводят кипящей сметаной, добавляют соль, варят 3 минуты, процеживают, доводят до кипения еще раз. Рекомендуют к блюдам из овощей, рыбы, мяса.

Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Консистенция густой сметаны, цвет белый, вкус кисловатый, запах приятный, кисловатый. Не допускается использование сметаны повышенной кислотности.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 24.

Каша гречневая вязкая на молоке. Выход 200 г.

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко сухое	12	12				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Крупа гречневая	30	30				
Вода	150	150				
Масса каши		200				
Всего			7.94	8.21	35.13	246.17

Технология приготовления: В кипящую смесь воды и молока добавляют соль, сахар, всыпают гречневую крупу, варят до тех пор, пока каша не загустеет. Доводят до готовности на водяной бане, плотно закрыв посуду крышкой. Перед отпуском добавляют растопленное сливочное масло. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Консистенция текучая, однородная, крупа мягкая. Цвет белый с серо-кремовым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 25.

Каша манная молочная, жидкая. Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г,		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко сухое	12	12				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Крупа манная	20	20				
Вода	150	150				
Всего			6.20	8.05	31.09	222.02

Технология приготовления: Манную крупу просеивают, прокаливают на медленном огне. Засыпают в кипящее молоко и при непрерывном перемешивании варят до готовности. За 2—3 минуты до готовности добавляют сахар, соль, масло.

Требования к качеству: Консистенция жидкая.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 26.

Каша молочная из «Геркулеса», жидкая. Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г,		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Крупа «Геркулес»	20	20				
Молоко сухое	12	12				
Вода	150	150				
Сахар	5	5				
Масса каши		200				
Масло сливочное	5	5				
Всего			6.33	8.90	25.49	207.38

Технология приготовления:

В кипящую смесь воды и молока кладут сахар, соль, всыпают овсяные хлопья при активном помешивании сверху вниз и варят непрерывно помешивая 20 минут. При отпуске кашу заправляют растопленным маслом. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Каша растекается по тарелке, цвет белый с сероватым оттенком, консистенция однородная, хлопья мелкие. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 27

Каша пшенная молочная, жидкая.

Выход 200/5 г.

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко сухое	12	12				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Крупа пшено	30	30				
Вода	150	150				
Всего			7.44	8.07	35.28	243.92

Технология приготовления: Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20—30 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, соль, сахар и варят кашу до готовности, периодически помешивая. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству: Консистенция текучая, однородная, зерна мягкие. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 28

Булочка сладкая

Выход 50 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Сахар	6	6				
Молоко сухое	5	5				
Яйцо	1/8	5.2				
Дрожжи	1	1				
Масло	5	5				
Мука	45	45				
Соль	0.4	0.4				
Масло растительное	5	5				
Всего			4.37	7.07	36.80	228.20

Технология приготовления: Тесто дрожжевое для пирожков, приготовленное безопасным способом, слабосмазанные растительным маслом столы на расстоянии 4—5 см один от другого. После 20—30 минут расстойки укладывают на смазанный маслом противень на расстоянии 2 консистенции раскатывают на смазанном растительным маслом столе в жгут и порционируют на куски. Кусочки теста формируют в шарики, раскладывают на 3 см один от другого и выпекают при температуре 240—250°С в течение 20—25 минут

Требования к качеству:

Внешний вид: булочка овальной или округлой формы. Цвет корочки золотисто-румяный. Вкус, свойственный данному виду начинки и теста. Консистенция пышная, пропеченная.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 29.

Чай с сахаром и молоком.

Выход 180 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Чай высшего и 1-го	2	2				
Сахар	12	12				
Вода	60/90	60/90				
Молоко	90/100	90/100				
Итого			0.12	—	12.04	48.64

Технология приготовления: В чайник насыпать чай и сахар на определенное количество порций, залить кипятком на то же количество порций и настаивать 5 минут. Процедить, добавить горячее кипяченое молоко, охладить до температуры 45 градусов, после чего разлить по чашкам.

Требования к качеству: Аромат и вкус напитка характерен для сорта чая и молока.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 30.

Чай с сахаром.

Выход 180 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Чай высшего и 1-го	2	2				
Сахар	12	12				
Вода	150/200	150/200				
Итого			0.12	—	12.04	48.64

Технология приготовления: Разливают в стаканы по 50 г процеженной заварки и доливают кипятком. При отпуске сахар, варенье, мед кладут в каждую порцию. Температура подачи 65 °С. В летний период чай можно использовать как прохладительный напиток. Температура подачи 14 °С.

Требования к качеству: Аромат и вкус напитка характерен для сорта чая. В зависимости от добавки приобретает привкус меда или варенья. Прозрачен. Цвет коричневый. Если чай не прозрачен или имеет тускло-коричневый цвет, значит, он неправильно заварен.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 31.

Чай с лимоном.

Выход 180 г

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Чай высшего и 1-го сорта	2	2				
Сахар	12	12				
Вода	180	180				
Лимон	3	2				
Всего			0.07	0.01	15.31	61.62

Технология приготовления: Посуду ополаскивают горячей водой, засыпают чайную заварку, заливают кипятком, настаивают 5—10 минут, добавляют сахар, ломтики лимона. Дают отстояться и разливают.

Требования к качеству: Аромат и вкус, характерные для сорта чая. Напиток имеет привкус лимона. Прозрачный. Цвет коричневый. Если чай не прозрачен и тускло-коричневого цвета, значит, он неправильно заварен.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 32

Какао с молоком.

Выход 180 г.

Наименование продукта	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Какао пор.	3	3				
Сахар	12	12				
Молоко	110	110				
Всего			3.77	3.93	25.95	153.92

Технология приготовления: Порошок какао смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Требования к качеству: Внешний вид: непрозрачная жидкость без пленки на поверхности. Вкус умеренно сладкий, с привкусом молока и какао.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 33

Компот из смеси сухофруктов.

Выход 180г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Смесь сухофруктов	11	9,5				
Сахар	12	12				
Вода	180	180				
Всего			0.56	—	27.89	113.79_

Технология приготовления: Сушеные плоды перебрать, промыть, залить горячей водой, довести до кипения, добавить сахар. Время варки сухофруктов: груш — 1—2 часа; яблок — 20—30 минут; чернослива, кураги, изюма — 10—20 минут.

Требования к качеству: Плоды и ягоды целые, сварены до готовности. Цвет от светло- до темно-коричневого. Вкус приятно-сладкий или кисло-сладкий. Фрукты мягкие, пропитаны отваром.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 34

Кисель из концентрата.

Выход 180г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Концентрат киселя	25	25				
Сахар	3	3				
Вода	160	160				
Всего			1.36	—	29.02	116.19

Технология приготовления: Концентрат разминают, разводят равным количеством холодной кипяченой воды. Полученную смесь вливают в кипяток, добавляют сахар и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Охлаждают. Температура подачи 14°С.

Требования к качеству: Кисель имеет цвет ягод или плодов, из которых изготовлен концентрат. Вкус кисло-сладкий. С ароматом вида концентрата. Консистенция средней густоты, без комков заварившегося крахмала.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 35

Уха

Выход 250/8г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Картофель	70					
Морковь	12					
Лук репчатый	10					
Бульон	200					
Масло растительное	3					
Рыба (омуль)	70					
Всего			1.87	3.11	18.43	79.03

Технология приготовления:

Рыбное филе варится до полуготовности. Картофель, нарезанный кубиками, припущенные со сливочным маслом морковь, бланшированный пассированный лук добавляют в рыбный бульон. Варят до готовности. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству:

Картофель частично может быть разварен. Бульон желтоватый, немного мутный. Блестки жира желтого цвета. Вкус и запах рыбы, вареного картофеля и пассированных овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 36

Суп вермишелевый на курином бульоне.

Выход 250г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Бульон	200	200				
Масло сливочное	3	3				
Вермишель	10	10				
Лук репчатый	8	6				
Морковь	12	8				
Картофель	70	55				
Всего			5.58	6.12	19.73	156.08

Технология приготовления: В кипящий бульон добавляют припущенные морковь, лук, за 10 минут до готовности добавляют вермишель. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству: Консистенция макаронных изделий мягкая, форма должна быть сохранена. Цвет золотистый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 37

Каша гречневая рассыпчатая.

Выход 150 г.

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло сливочное	5	5				
Крупа гречневая	45	45				
Вода	200	200				
Всего			7.44	8.07	35.28	243.92

Технология приготовления: Крупу засыпают в кипящую воду и варят до готовности, солят. Затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству: Консистенция рассыпчатая однородная, зерна мягкие. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №38

Каша рисовая вязкая на молоке.

Выход 200 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко сухое	12	12				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Рис	30	30				
Вода	150	150				
Масса каши		200				
Всего			7.23	6.67	39.54	246.87

Технология приготовления: В кипящую смесь воды и молока добавляют соль, сахар, всыпают рисовую крупу, варят до тех пор, пока каша не загустеет. Доводят до готовности на водяной бане, плотно закрыв посуду крышкой. Перед отпуском добавляют растопленное сливочное масло. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству: Консистенция текучая, однородная, крупа мягкая. Цвет белый с серо-кремовым оттенком. Не допускаются посторонние привкусы и запахи.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 39

Куриный бульон с гренками.

Выход 250 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Лук репчатый	8	6				
Морковь	15	10				
Масло слив.	3	3				
Масло растительное	3	3				
Гренки	20	10				
Кура	40	35				
Зелень	2	1,6				
Всего			1.54	4.69	10.07	92.19

Технология приготовления: В кипящий бульон закладывают припущенные с маслом морковь и лук. Варят 15 минут, соль. Гренки: хлеб режется квадратиками и жарится в духовом шкафу 15 минут, раскладываются в тарелки, не хранят. Температура подачи 65° С.

Требования к качеству: Цвет блесок жира на поверхности бледно-оранжевый. Вкус в меру соленый. С ароматом свежих овощей.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №40

Рис отварной.

Выход 150/5 г.

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Масло сливочное	5	5				
Рис	45	45				
Вода	200	200				
Масло растительное	3	3				
Всего			7.44	8.07	35.28	243.92

Технология приготовления: Крупу засыпают в кипящую воду и варят до готовности, солят. Затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству: Консистенция рассыпчатая однородная, зерна мягкие. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и привкусы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 41

Суфле куриное.

Выход 85 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Куры отварные	100	63				
Молоко	50	50				
Хлеб пшеничный	6	6				
Масло сливочное	3	3				
Яйцо	1/4	10,5				
Всего			6.56	6.69	4.93	106.21

Технология приготовления: Мясо пропускают через мясорубку. В мясо добавляются взбитые белки, молоко, пшеничную муку, напротивень, добавляют воду, сливочное масло и тушат в жарочном шкафу 30 минут при температуре 250 °С. Температура подачи 65 °С.

Гарниры: рис отварной, макароны.

Требования к качеству: Изделия должны сохранять форму, быть сочными, в меру солеными. Цвет на разрезе светло-серый. Запах мяса.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 42

Винегрет. Выход:190гр.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Картофель	90	63				
Морковь	20	16				
Свекла	60	50				
Лук	5	3				
Соленые огурцы	20	18				
Зеленый горошек	15	12				
Масло растительное	5	5				
Капуста квашеная	30	25				
Всего			1,89	15.21	12.48	232.48

Технология приготовления: Овощи промываются и отвариваются. Очищенные овощи режутся кубиками, перемешиваются и заправляются маслом и солью. Температура подачи 14° С.

Требования к качеству: Овощи сохранили свою форму. Цвет красноватый.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 43

Рыба под омлетом. Выход 150гр.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Рыба (чир)	100	75				
Масло сливочное	5	5				
Мука пшеничная	5	5				
Молоко	50	50				
Яйцо 1/2	23,4	21				
Всего			15,2	6,0	5,0	133,6

Технология приготовления: Рыбное филе нарезают на порционные куски и припускают до готовности в подсоленной воде. На смазанный маслом противень выкладывают готовую рыбу, заливают омлетной массой и запекают до готовности в духовке.

Требования к качеству: Куски рыбы не развалившиеся. Цвет желтовато-золотистый. Вкус и запах запеченной рыбы и омлета.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 44

Суп гороховый с гренками на мясном бульоне.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Горох сухой	25	25				
Морковь	10	8				
Картофель	70	55				
Лук репчатый	8	6				
Масло сливочное	3	3				
Зелень	2	1,6				
Всего			8,2	3,5	29,7	186,6

Технология приготовления: Сварить мясной бульон. Луцный горох перебрать, промыть, заложить в кипящий бульон и варить до готовности. Очищенные и вымытые корни и лук нарезать мелкими кубиками, слегка пассировать на масле и за 10-15 мин. До конца варки положить в суп, добавив соль. Подают с гренками.

Требования к качеству: Овощи должны сохранять форму нарезки. Консистенция гороха и овощей мягкая; цвет супа - желтый, слегка мутноватый. Вкус и запах, свойственные бульону, гороху, картофелю, пассированным овощам.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 45

Шницель мясной Выход 80гр.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Мясо	100	67				
Хлеб пшеничный	10	10				
Лук репчатый	8	6				
Масло растительное	3	3				
Всего			16,3	10,8	5,75	185,7

Технология приготовления: Мясо промыть, зачистить от сухожилий, пропустить 2 раза через мясорубку вместе с луком, посолить, хорошо выбить. Из мясного фарша сформировать шницель в виде овальной лепешки, обжарить, отпустить 1 штуку на порцию.

Требования к качеству: Шницель должен сохранять форму, цвет сероватый, консистенция сочная. Вкус и запах, свойственные мясным изделиям из котлетной массы.

.ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 46

Морс брусничный.

Выход 180 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Сахар – песок	12	12				
Брусника (замороженная)	15	15				
Вода питьевая	160	160				
Всего			0,27	0,11	7,86	37,88

Технология приготовления: Замороженную ягоду промыть холодной водой, залить кипятком из расчета 8,0 г на 110 мл воды. Кипятить 10 мин в нержавеющей посуде с плотно закрытой крышкой. Настаивать 3-4 часа в прохладном месте, а затем процедить.

Требования к качеству: Цвет малиновый, запах брусники, вкус кисло-сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 47.

Салат из моркови кукурузы «Рыжик» с растительным маслом.

Выход 50 г.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Морковь	40	32				
Кукуруза	20	15				
Масло растит.	3	3				
Всего			1,21	7,09	9,69	105,92

Технология приготовления: Морковь промыть, очистить, нашинковать. Заправить сахаром и растительным маслом.

Требования к качеству: Консистенция моркови упругая, вкус, цвет и запах, свойственные моркови

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 48
Каша пшеничная, ячневая молочная, жидкая.

Выход 200/5 г

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко сухое	12	12				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Крупа пшеничная или ячневая	25	25				
Вода	150	150				
Всего			7.44	8.07	35.28	243.92

Технология приготовления: Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20—30 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, соль, сахар и варят кашу до загустения. Затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству: Консистенция текучая, однородная, зерна мягкие. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 49
Салат из соленых огурцов и зелёного горошка «Зимний»

Выход 50г

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Огурцы солёные	40	33				
Горошек консервированный	15	12				
Масло растительное	3	3				
Всего			0,45	2,35	2,96	34,8

Технология приготовления: Огурцы нарезают ломтиками или мелко шинкуют. Горошек выкладывают в кастрюлю и прогревают, затем жидкость сливают и соединяют с огурцами. Заправляют растительным маслом.

Требования к качеству: Салат уложен горкой. Форма нарезки сохраняется.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 50

Салат из свеклы.

Выход 50г

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
свекла	60	46				
лук репчатый	10	8				
Масло растительное	3	3				
Всего			0,45	2,35	2,96	34,8

Технология приготовления: Свеклу отваривают, очищают от кожицы и режут кубиками. Лук шинкуют и пассеруют. Соединяют со свеклой и заправляют маслом и солью.

Требования к качеству: Свекла сохранила форму, нарезка правильная, консистенция мягкая. Вкус продуктов входящих в блюдо.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 51

Суп молочный с крупой. Выход 250гр

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко	150	150				
Вода	50	50				
Крупа, вермишель	12	12				
сахар	5	5				
Масло сливочное	3	3				
Всего			8,2	3,5	29,7	186,6

Технология приготовления: Крупу промывают и варят в воде до полуготовности, воду сливают и закладывают в кипящую смесь молока и воды, периодически помешивают. Заправляют солью, сахаром, сливочным маслом.

Требования к качеству: Крупа проварена, цвет молочный. Вкус молока и сливочного масла, умеренно сладкий.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 52

Плов с курицей или мясом. Выход 200гр.

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Куры	100	74				
Мясо (на кости)	100	84				
Рис	40	40				
Лук репчатый	8	6				
Морковь	12	8				
Томат-паста	2	2				
Масло растительное	3	3				
Масло сливочное	3	3				
Всего			11,53	14,69	9,90	220,27

Технология приготовления: Подготовленное мясо или птицу отваривают до готовности и дают им остыть. Куру или мясо нарезают на куски массой 20-30 гр. Укладывают в котёл, добавляют овощи, томат, засыпают подготовленный рис и заливают бульоном, закрывают крышкой и варят до готовности.

Требования к качеству: Рис рассыпчатый, сочный с кусочками курицы или мяса. Уложен горкой и полит соусом.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 53

Компот из свежих плодов и ягод. Выход 180гр

Наименование продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Яблоки или груши	20	18				
ягоды	15	15				
вода	160	160				
сахар	12	12				
изюм	5	5				

Всего			0,14	0,14	21,7	88,72
-------	--	--	------	------	------	-------

Технология приготовления: Яблоки, груши моют, удаляют семенные гнёзда, нарезают дольками. Варят на слабом огне с добавлением сахара 10 мин. Ягоды моют закладывают в кипяток с добавлением сахара, доводят до кипения и варят 5 мин. Подают охлаждённым.

Требования к качеству: Сироп прозрачный, плоды мягкие. Вкус кисло-сладкий, приятный.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА №54

Биточки манные. Выход: с соусом 250г

Наименование продуктов	Масса, г	Химический состав	Энергетическая ценность			
				брутто	нетто	Б
Крупа манная	53	53				
Молоко	50	50				
Вода	100	100				
Сахар	8	8				
Яйца	1/5шт.	8				
Сухари пшеничные	8	8				
Масса полуфабриката		222				
Масло сливочное	8	8				
Масса готовых биточков		200				
ИТОГО			7,24	8,69	76,36	412,69

Технология приготовления: Из смеси воды и молока варят густую вязкую кашу с выходом из 1 кг крупы 3,5 кг каши, охлаждают до 60-70оС, добавляют сырые яйца и перемешивают. Подготовленную массу порционируют, придавая изделиям круглую форму, по 2 шт на порцию, панируют в сухарях.

Жарят основным способом до лёгкого золотистого цвета, доводят до готовности в жарочном шкафу при температуре 180оС в течение 5 минут. При подаче поливают соусом. Температура подачи: 65оС.

Требования к качеству: Внешний вид - корочка нежная, золотистого цвета, политы соусом. Вкус и запах слегка сладкий, с ароматом, свойственным виду крупы, без привкуса подгорелой каши. На разрезе цвет жёлтый, консистенция рыхлая, однородная.

Соус сладкий из киселя. Выход: 100г.

Наименование продуктов	Масса, г	Химический состав	Энергетическая ценность			
				брутто	нетто	Б
Кисель	12,6	12				
Сахар	12	12				
Крахмал	3	3				
Вода	85	85				
ИТОГО			0,06	-	15,07	60,52

Технология приготовления: Сухой продукт сначала разводят в 1/3 общего объема холодной воды, перемешивают, вливают в кипящую воду (оставшуюся часть), размешивают и доводят до кипения при непрерывном помешивании. В горячий кисельный сироп сразу вливают процеженный крахмал и, помешивая, быстро доводят до кипения. Используют для блюд из круп в горячем (65°C) или холодном (14°C) виде.

Требования к качеству: Соус красно-розового цвета, консистенция жидкой сметаны, однородная, без комочков заварившегося крахмала, вкус кисло-сладкий с ароматом клюквы.

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 55
Каша «Дружба» молочная, жидкая из нескольких круп

Выход 200/5 г

Наименование Продуктов	Масса, г		Химический состав, г			Ккал
	брутто	нетто	белки	жиры	углеводы	
Молоко сухое	12	12				
Сахар	5	5				
Масло сливочное	5	5				
Крупа гречневая, и рисовая	25	25				
Вода	150	150				
Всего			7.44	8.07	35.28	243.92

Технология приготовления: Крупу засыпают в кипящую воду и варят 20—30 минут, после чего лишнюю воду сливают, добавляют кипящее молоко, соль, сахар и варят кашу до загустения. Затем упаривают на водяной бане при закрытой крышке. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи 65 °С.

Требования к качеству: Консистенция текучая, однородная, зерна мягкие. Цвет соответствует виду крупы. Не допускаются посторонние запахи и

Выбор продуктов и их замена на эквивалентные по пищевой ценности могут быть проведены в рамках «Ассортимента основных продуктов питания, рекомендуемых для использования в питании детей и подростков в организованных коллективах (детские сады, образовательные учреждения общего и коррекционного типа, детские дома и школы-интернаты, учреждения начального и среднего профессионального образования)», утвержденного Департаментом Государственного санитарно-эпидемиологического надзора Министерства здравоохранения РФ (№ 1100/904-99-115).

С целью обеспечения полноценного сбалансированного питания детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения, администрации дошкольного образовательного учреждения разрешается производить замену и перестановку блюд. Перестановка блюд, как в течение дня, так и в течение 10 дней, может быть проведена по усмотрению администрации дошкольного образовательного учреждения. Замена блюд производится в соответствии с таблицей замены и с учетом эквивалентности пищевой ценности заменяемых блюд.

Суточные нормы хлеба пшеничного и хлеба ржаного могут быть распределены по приемам пищи администрацией дошкольного учреждения самостоятельно.

При организации питания детей рекомендуется использовать йодированную соль.