

**Название меню:** лагерь дневного прибывания Медвежонок

**Возрастная категория:** от 7 до 18 лет

**Характеристика питающихся:** Без особенностей

## Сборники рецептов, которые были использованы в меню:

Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г.

Сборник рецептов блюд дополнительного питания в организациях для детей / Новосибирск, 2024

Продукты промышленного производства

## Список блюд(всего 66):

### Сыр твердых сортов в нарезке

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-1з

**Наименование изделия:** Сыр твердых сортов в нарезке

**Номер рецептуры:** 54-1з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

#### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сыр российский	31.2	30.0	6.96	8.85	0.00	107.5
<b>Выход:</b>			<b>30</b>	<b>6.96</b>	<b>8.85</b>	<b>0</b>	<b>107.5</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сыр российский	0.01	0.07	46.80	0.07	0	185	22	232	9	131	0	0.0	3.8
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.07</b>	<b>46.8</b>	<b>0.07</b>	<b>0</b>	<b>185</b>	<b>22</b>	<b>232</b>	<b>9</b>	<b>131</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>3.8</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия и нарезают ломтиками прямоугольной, квадратной, треугольной или другой формы толщиной 2-3 мм. Сыр нарезают не ранее чем за 30-40 мин до отпуска. Перед раздачей порционированный сыр хранят в холодильнике. Температура подачи: 14 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - форма нарезки сохранена; вкус, цвет и запах - соответствуют используемому продукту.

## Масло сливочное (порциями)

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 53-19з

**Наименование изделия:** Масло сливочное (порциями)

**Номер рецептуры:** 53-19з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.08	7.25	0.13	66.1
<b>Выход:</b>		<b>10</b>	<b>10</b>	<b>0.08</b>	<b>7.25</b>	<b>0.13</b>	<b>66.1</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Са, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	27.00	0.02	0	1	2	2	0	3	0	0.0	0.1
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.01</b>	<b>27</b>	<b>0.02</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0.1</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Масло нарезают на кусочки. Перед раздачей порционированное масло хранят в холодильнике.

**Характеристика блюда на выходе:**

Консистенция - твердая; масса однородная; вкус и запах - сливочного масла.

## Салат из моркови и яблок

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-11з

**Наименование изделия:** Салат из моркови и яблок

**Номер рецептуры:** 54-11з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	61.0	48.8	0.63	0.05	3.37	16.4
2	Яблоко	27.1	24.0	0.10	0.10	2.35	10.7
3	Масло подсолнечное	8.0	8.0	0.00	7.99	0.00	71.9
4	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>80</b>	<b>0.73</b>	<b>8.14</b>	<b>5.72</b>	<b>99</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Морковь	0.02	0.03	585.60	0.39	1	8	81	12	16	23	0	2.4	0.0
2	Яблоко	0.01	0.00	0.72	0.06	1	5	55	3	2	2	0	0.5	0.1
3	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	78	0	1	0	0	0	10.7	0.0

<b>Итого</b>	<b>0.03</b>	<b>0.03</b>	<b>586.32</b>	<b>0.45</b>	<b>2</b>	<b>91</b>	<b>136</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>25</b>	<b>0</b>	<b>13.6</b>	<b>0.1</b>
--------------	-------------	-------------	---------------	-------------	----------	-----------	------------	-----------	-----------	-----------	----------	-------------	------------

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Яблоки моют проточной водой, очищают от кожуры и сердцевин, нарезают мелкой соломкой. Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Морковь и яблоки смешивают в одной емкости, добавляют соль и заправляют растительным маслом. Температура подачи: 14 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - салат уложен горкой, морковь и яблоки сохранили форму нарезки; консистенция: морковь - хрустящая, яблоки - мягкие; цвет - свойственный моркови и яблокам; вкус и запах - свойственные моркови и яблокам.

## Огурец в нарезке

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-2з

**Наименование изделия:** Огурец в нарезке

**Номер рецептуры:** 54-2з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Огурец	125.0	100.0	0.80	0.10	2.50	14.1
<b>Выход:</b>			<b>100</b>	<b>0.8</b>	<b>0.1</b>	<b>2.5</b>	<b>14.1</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Огурец	0.02	0.03	6.00	0.16	4	6	117	20	12	37	1	3.0	0.3
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.03</b>	<b>6</b>	<b>0.16</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>117</b>	<b>20</b>	<b>12</b>	<b>37</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>0.3</b>

**Способ обработки:**Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Огурцы перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, нарезают кружочками или дольками, раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - огурцы нарезаны кружочками или дольками; вкус и запах - свойственные огурцам.

## Салат из свежих помидоров и огурцов

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-5з

**Наименование изделия:**Салат из свежих помидоров и огурцов

**Номер рецептуры:**54-5з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лук зеленый	10.8	9.6	0.12	0.01	0.31	1.8
2	Огурец	31.6	28.0	0.22	0.03	0.70	3.9
3	Томат	43.4	38.4	0.42	0.08	1.46	8.2
4	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	4.00	0.00	36.0
5	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>		<b>80</b>	<b>0.76</b>	<b>4.12</b>	<b>2.47</b>	<b>49.9</b>	

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Лук зеленый	0.00	0.01	19.18	0.04	1	1	21	8	2	2	0	0.1	0.0
2	Огурец	0.01	0.01	1.68	0.04	1	2	33	6	3	10	0	0.8	0.1

3	Томат	0.02	0.01	30.64	0.22	4	1	92	5	7	9	0	0.8	0.1
4	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	78	0	1	0	0	0	10.7	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.03</b>	<b>0.03</b>	<b>51.5</b>	<b>0.3</b>	<b>6</b>	<b>82</b>	<b>146</b>	<b>20</b>	<b>12</b>	<b>21</b>	<b>0</b>	<b>12.4</b>	<b>0.2</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Огурцы перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, нарезают тонкими ломтиками. Помидоры перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками. Лук перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, очищают, промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Овощи смешивают, заправляют солью и растительным маслом. Температура подачи: 14 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид – помидоры и огурцы нарезаны тонкими ломтиками, лук шинкованный; консистенция – помидоров и огурцов – упругая, сочная; цвет – помидоры красные или розовые, огурцы белые с зеленой каемкой; вкус и запах – свойственные овощам в сочетании с луком и растительным маслом.

## Салат из свеклы отварной

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-13з

**Наименование изделия:** Салат из свеклы отварной

**Номер рецептуры:** 54-13з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Свекла	103.4	76.0	1.07	0.07	6.09	29.2
2	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6

3	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>80</b>	<b>1.07</b>	<b>3.59</b>	<b>6.09</b>	<b>60.8</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Свекла	0.01	0.02	0.91	0.12	3	27	182	25	15	28	1	5.3	0.5
2	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	78	0	1	0	0	0	10.7	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.02</b>	<b>0.91</b>	<b>0.12</b>	<b>3</b>	<b>105</b>	<b>182</b>	<b>26</b>	<b>15</b>	<b>28</b>	<b>1</b>	<b>16</b>	<b>0.5</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают, очищают от кожицы, измельчают на овощерезке. При отпуске заправляют солью, растительным маслом. Температура подачи: 14 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - свекла мелко измельчена; консистенция: мягкая, сочная; цвет - темно-малиновый; вкус и запах - свойственные свекле.

## Салат из белокочанной капусты

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-7з

**Наименование изделия:** Салат из белокочанной капусты

**Номер рецептуры:** 54-7з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Капуста белокочанная	125.0	100.0	1.80	0.10	4.70	26.9
2	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.02	0.66	3.2

3	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.55	2.7
4	Масло подсолнечное	8.0	8.0	0.00	7.99	0.00	71.9
5	Сахар-песок	2.4	2.4	0.00	0.00	2.40	9.6
6	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
<b>Выход:</b>			<b>80</b>	<b>2.01</b>	<b>8.12</b>	<b>8.32</b>	<b>114.3</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Капуста белокочанная	0.02	0.03	1.80	0.56	18	10	249	42	14	27	1	3.0	0.3
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
3	Морковь	0.00	0.00	96.00	0.06	0	1	13	2	3	4	0	0.4	0.0
4	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	78	0	1	0	0	0	10.7	0.0
7	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.03</b>	<b>97.8</b>	<b>0.65</b>	<b>18</b>	<b>89</b>	<b>274</b>	<b>47</b>	<b>18</b>	<b>35</b>	<b>1</b>	<b>14.3</b>	<b>0.3</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком, выделившийся сок отжимают. Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой или натирают на терке. Лук репчатый перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают и мелко шинкуют. Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают. Подготовленные овощи соединяют, добавляют сахар, раствор лимонной кислоты, масло растительное и перемешивают. Температура подачи: 14 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся; консистенция - слегка хрустящая; цвет - окраска овощей не изменилась; вкус и запах - свойственные входящим в салат продуктам.

# Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9з

Наименование изделия: Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками

Номер рецептуры: 54-9з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

## Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Капуста белокочанная	57.0	45.6	0.82	0.05	2.14	12.3
2	Морковь	20.0	16.0	0.21	0.02	1.10	5.4
3	Яблоко	18.1	16.0	0.06	0.06	1.57	7.1
4	Масло подсолнечное	8.0	8.0	0.00	7.99	0.00	71.9
5	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	4.0	4.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
<b>Выход:</b>			<b>80</b>	<b>1.09</b>	<b>8.12</b>	<b>4.82</b>	<b>96.7</b>

## Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Капуста белокочанная	0.01	0.01	0.82	0.26	8	5	114	19	6	12	0	1.4	0.1
2	Морковь	0.01	0.01	192.00	0.13	0	3	27	4	5	8	0	0.8	0.0
3	Яблоко	0.00	0.00	0.48	0.04	1	3	37	2	1	2	0	0.3	0.0
4	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	78	0	1	0	0	0	10.7	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	1	0	0	0	0.0	0.0
7	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.02</b>	<b>193.3</b>	<b>0.43</b>	<b>9</b>	<b>89</b>	<b>178</b>	<b>27</b>	<b>12</b>	<b>22</b>	<b>0</b>	<b>13.2</b>	<b>0.1</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, замачивают небольшими партиями в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой (2 на 15 мм). Яблоки моют в проточной воде не менее 5 минут, ошпаривают, очищают от кожицы, удаляют сердцевину, шинкуют с помощью овощерезательной машины соломкой (2 на 15 мм), сбрызгивают раствором лимонной кислоты. Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают. Овощи и яблоки соединяют в эмалированной посуде, заправляют раствором лимонной кислоты, растительным маслом, сахаром, хорошо перемешивают. Температура подачи: 14 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - нарезка овощей аккуратная, сохранившаяся; консистенция - слегка хрустящая; цвет - окраска овощей и яблок не изменилась; вкус и запах - свойственные входящим в салат продуктам.

## Помидор в нарезке

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-3з

**Наименование изделия:** Помидор в нарезке

**Номер рецептуры:** 54-3з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томат	90.4	80.0	0.88	0.16	3.04	17.1
<b>Выход:</b>			<b>80</b>	<b>0.88</b>	<b>0.16</b>	<b>3.04</b>	<b>17.1</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Томат	0.03	0.03	63.84	0.45	8	2	193	10	14	18	1	1.6	0.3
<b>Итого</b>		<b>0.03</b>	<b>0.03</b>	<b>63.84</b>	<b>0.45</b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>193</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>1.6</b>	<b>0.3</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Помидоры перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками или кружочками, раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - помидоры нарезаны дольками или кружочками; цвет - красный; вкус и запах - свойственные помидорам.

## Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-6з

**Наименование изделия:** Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами

**Номер рецептуры:** 54-6з

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Капуста белокочанная	48.0	38.4	0.69	0.04	1.80	10.3
2	Огурец	20.0	16.0	0.13	0.02	0.40	2.3
3	Томат	20.0	16.0	0.18	0.03	0.61	3.4
4	Масло подсолнечное	8.0	8.0	0.00	7.99	0.00	71.9
5	Яйцо куриное	7.0	6.4	0.81	0.74	0.04	10.1
6	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	4.0	4.0	0.00	0.00	0.00	0.0

8	Кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
<b>Выход:</b>			<b>80</b>	<b>1.81</b>	<b>8.82</b>	<b>2.86</b>	<b>98</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Капуста белокочанная	0.01	0.01	0.69	0.22	7	4	96	16	5	10	0	1.2	0.1
2	Огурец	0.00	0.01	0.96	0.03	1	1	19	3	2	6	0	0.5	0.0
3	Томат	0.01	0.01	12.77	0.09	2	0	39	2	3	4	0	0.3	0.1
4	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Яйцо куриное	0.00	0.02	9.98	0.18	0	7	7	3	1	11	0	1.3	1.7
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	78	0	1	0	0	0	10.7	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	1	0	0	0	0.0	0.0
8	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.05</b>	<b>24.4</b>	<b>0.52</b>	<b>10</b>	<b>90</b>	<b>161</b>	<b>26</b>	<b>11</b>	<b>31</b>	<b>0</b>	<b>14</b>	<b>1.9</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины, кладут в эмалированную посуду, добавляют соль и перетирают деревянным пестиком. Огурцы перебирают, замачивают небольшими партиями в подсоленной или в подкисленной воде, промывают проточной водой. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, затем нарезают тонкими ломтиками. Помидоры перебирают, замачивают в 10% растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут. У помидор вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками. Обработанные яйца варят 10 минут, охлаждают, чистят и мелко рубят. Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают. Овощи соединяют с яйцами, заправляют раствором лимонной кислоты, растительным маслом, перемешивают. Температура подачи: не более 14 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - соответствует входящим в состав салата овощей.

## Огурец, помидор в нарезке

## Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2з

Наименование изделия: Огурец, помидор в нарезке

Номер рецептуры: 54-2з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд дополнительного питания в организациях для детей / Новосибирск, 2024, 2024

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Огурец	62.5	50.0	0.40	0.05	1.25	7.1
2	Томат	62.5	50.0	0.55	0.10	1.90	10.7
<b>Выход:</b>			<b>100</b>	<b>0.95</b>	<b>0.15</b>	<b>3.15</b>	<b>17.8</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Огурец	0.01	0.02	5.00	0.10	5	4	71	12	7	21	0	1.5	0.1
2	Томат	0.03	0.02	66.50	0.35	13	2	145	7	10	13	0	1.0	0.2
<b>Итого</b>		<b>0.04</b>	<b>0.04</b>	<b>71.5</b>	<b>0.45</b>	<b>18</b>	<b>6</b>	<b>216</b>	<b>19</b>	<b>17</b>	<b>34</b>	<b>0</b>	<b>2.5</b>	<b>0.3</b>

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Огурцы, помидоры перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут небольшими партиями с использованием дуршлагов, сеток. У помидоров вырезают место прикрепления плодоножки, нарезают дольками или кружочками, раскладывают на тарелки. У огурцов отрезают кончики с частью мякоти, нарезают кружочками или дольками. Нарезанные овощи раскладывают на тарелки. Температура подачи: 14 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - огурцы, помидоры нарезаны кружочками или дольками; вкус и запах - свойственные свежим овощам.

## Винегрет с растительным маслом

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-16з****Наименование изделия:**Винегрет с растительным маслом**Номер рецептуры:**54-16з**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	25.5	17.6	0.33	0.06	2.61	12.3
2	Лук репчатый	15.0	12.0	0.16	0.02	0.90	4.4
3	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
4	Свекла	16.3	12.0	0.17	0.01	0.96	4.6
5	Огурец соленый	30.0	24.0	0.18	0.02	0.37	2.4
6	Масло подсолнечное	8.0	8.0	0.00	7.03	0.00	63.3
7	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>80</b>	<b>0.94</b>	<b>7.15</b>	<b>5.34</b>	<b>89.5</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.02	0.01	0.32	0.25	1	1	83	2	4	9	0	0.9	0.0
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	0	0	17	3	1	6	0	0.4	0.1
3	Морковь	0.00	0.00	96.00	0.06	0	1	13	2	3	4	0	0.4	0.0
4	Свекла	0.00	0.00	0.14	0.02	0	4	29	4	2	4	0	0.8	0.1
5	Огурец соленый	0.00	0.00	0.72	0.04	0	203	28	5	3	5	0	0.0	0.0
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.01</b>	<b>97.18</b>	<b>0.42</b>	<b>1</b>	<b>268</b>	<b>170</b>	<b>17</b>	<b>13</b>	<b>28</b>	<b>0</b>	<b>10.5</b>	<b>0.2</b>

**Способ обработки:**Варка**Технология приготовления:** Свеклу перебирают, промывают проточной водой, нарезают, запекают в жарочном шкафу до готовности, охлаждают,

нарезают на овощерезке на кубики. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками. Морковь перебирают, моют, чистят, отваривают, охлаждают, нарезают кубиками. Огурцы очищают от кожицы и семян, нарезают ломтиками 1 х 6 мм, отжимают. Лук репчатый перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и нарезают на мелкие кубики, бланшируют. Все овощи, за исключением свеклы, соединяют, заправляют растительным маслом и солью. Свеклу заправляют растительным маслом отдельно, затем соединяют с остальными овощами, хорошо перемешивают. Температура подачи: 14 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - овощи аккуратно нарезаны; консистенция: вареные овощи - мягкие, сырые - слегка хрустящие; цвет - соответствует виду овощей; вкус и запах - соответствуют виду овощей.

## Салат из моркови и чернослива

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-17з

Наименование изделия: Салат из моркови и чернослива

Номер рецептуры: 54-17з

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	75.0	60.0	0.78	0.06	4.14	20.2
2	Чернослив	21.4	20.0	0.46	0.14	11.50	49.1
3	Сахар-песок	1.6	1.6	0.00	0.00	1.60	6.4
<b>Выход:</b>			<b>80</b>	<b>1.24</b>	<b>0.2</b>	<b>17.24</b>	<b>75.7</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Морковь	0.03	0.03	720.00	0.48	1	10	100	14	20	29	0	3.0	0.1
2	Чернослив	0.00	0.02	1.20	0.27	0	2	143	14	18	14	1	0.1	0.1

3	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.03</b>	<b>0.05</b>	<b>721.2</b>	<b>0.75</b>	<b>1</b>	<b>12</b>	<b>243</b>	<b>28</b>	<b>38</b>	<b>43</b>	<b>1</b>	<b>3.1</b>	<b>0.2</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Чернослив перебирают промывают в теплой воде, замачивают на 20-30 мин. в горячей воде, удаляют косточки и нарезают кусочками. Морковь перебирают, замачивают в 10%-ом растворе поваренной соли в течение 10 минут, промывают проточной водой не менее 5 минут, очищают. Очищенную морковь промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Морковь и чернослив смешивают в одной емкости и добавляют сахар. Температура подачи: 14 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - овощи аккуратно нарезаны; консистенция - сочная; вкус, цвет и запах - свойственные моркови и черносливу.

## Каша жидкая молочная манная

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-27к

**Наименование изделия:** Каша жидкая молочная манная

**Номер рецептуры:** 54-27к

**Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа манная	25.0	25.0	2.42	0.22	16.06	75.9
2	Молоко 2.5% м.д.ж	106.0	106.0	2.89	2.33	4.63	51.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.0	5.0	0.04	3.19	0.06	29.1
4	Сахар-песок	5.0	5.0	0.00	0.00	4.54	18.2
5	Соль поваренная йодированная	0.6	0.6	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	75.0	75.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>5.35</b>	<b>5.74</b>	<b>25.29</b>	<b>174.3</b>

## Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа манная	0.03	0.01	0.00	0.60	0	1	27	4	4	18	0	0.0	0.0
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.13	13.99	0.68	1	40	128	112	13	83	0	9.5	1.9
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.50	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	177	0	2	0	0	0	24.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	23	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.06</b>	<b>0.14</b>	<b>27.49</b>	<b>1.29</b>	<b>1</b>	<b>219</b>	<b>156</b>	<b>142</b>	<b>17</b>	<b>102</b>	<b>0</b>	<b>33.5</b>	<b>1.9</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Молоко доводят до кипения, добавляют в него кипящую воду, йодированную соль, сахар, когда смесь закипит, быстро всыпают, при постоянном помешивании, тонкой струей манную крупу. Варят 15 минут. Манная крупа заваривается через 20-30 сек и, если не всыпать крупу за это время, образуются комки. Сливочное масло необходимо добавить в кашу за 2 минуты до готовности и тщательно перемешать. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы полностью набухшие; консистенция - жидкая, каша растекается по тарелке; цвет - белый; вкус и запах - без посторонних привкусов и запахов.

## Каша вязкая молочная овсяная с изюмом

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-10к

**Наименование изделия:** Каша вязкая молочная овсяная с изюмом

**Номер рецептуры:** 54-10к

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа овсяная	47.6	47.6	5.51	2.56	25.78	148.2
2	Изюм	9.7	9.5	0.21	0.04	5.70	24.0
3	Молоко 2.5% м.д.ж	95.2	95.2	2.60	2.10	4.16	45.9
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	9.5	9.5	0.07	6.08	0.11	55.4
5	Сахар-песок	2.9	2.9	0.00	0.00	2.59	10.4
6	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	57.1	57.1	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>8.39</b>	<b>10.78</b>	<b>38.34</b>	<b>283.9</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа овсяная	0.17	0.04	0.00	1.64	0	13	143	27	48	145	2	2.1	12.1
2	Изюм	0.01	0.01	0.34	0.05	0	8	66	7	3	11	0	0.1	0.1
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.11	12.57	0.61	0	36	115	101	12	75	0	8.6	1.7
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	25.71	0.02	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
5	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	280	0	3	0	1	0	38.1	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	18	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.21</b>	<b>0.17</b>	<b>38.62</b>	<b>2.32</b>	<b>0</b>	<b>338</b>	<b>326</b>	<b>158</b>	<b>63</b>	<b>234</b>	<b>2</b>	<b>48.9</b>	<b>14</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Изюм перебирают, промывают в воде, воду несколько раз меняют, распаривают в небольшом количестве воды. Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, помешивая, пока каша не загустеет. За 10 минут до готовности добавляют изюм, растопленное сливочное масло, перемешивают, упаривают при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные, в каше равномерно распределен изюм; консистенция - однородная, вязкая, зерна - мягкие; цвет - серовато белый; вкус и запах - соответствуют наименованию каши и изюма.

# Каша жидкая молочная рисовая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-25к

Наименование изделия: Каша жидкая молочная рисовая

Номер рецептуры: 54-25к

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

## Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	30.8	30.8	2.03	0.27	20.74	93.5
2	Молоко 2.5% м.д.ж	118.0	118.0	3.22	2.60	5.15	56.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	4.0	4.0	0.03	2.55	0.05	23.3
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9
5	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	58.0	58.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>5.28</b>	<b>5.42</b>	<b>28.66</b>	<b>184.5</b>

## Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.02	0.01	0.00	0.81	0	3	26	2	13	40	0	0.4	4.1
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.14	15.58	0.76	1	45	143	125	14	92	0	10.6	2.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	10.80	0.01	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	18	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.05</b>	<b>0.15</b>	<b>26.38</b>	<b>1.58</b>	<b>1</b>	<b>342</b>	<b>170</b>	<b>149</b>	<b>27</b>	<b>134</b>	<b>0</b>	<b>51</b>	<b>6.2</b>

Способ обработки: Варка

**Технология приготовления:** Рисовую крупу перебирают, промывают под проточной водой. В кипящую воду добавляют соль, сахар, всыпают подготовленный рис и варят, слегка помешивая, около 20 мин. при слабом кипении, до размягчения. Добавляют горячее молоко и продолжают варить кашу при слабом кипении до загустения, затем упаривают при закрытой крышке на водяной бане. В конце варки добавляют сливочное масло и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - каша однородная, текучая, зерна мягкие, без комков; консистенция – жидкая, текучая; цвет – белый; вкус и запах – каши и масла.

## Суп картофельный с клецками

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-6с

**Наименование изделия:** Суп картофельный с клецками

**Номер рецептуры:** 54-6с

**Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	30.8	30.8	3.13	0.35	19.59	94.0
2	Картофель	290.0	200.0	3.76	0.70	29.67	140.0
3	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
4	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	3.5	3.5	0.03	2.23	0.04	20.4
6	Масло подсолнечное	10.0	10.0	0.00	8.79	0.00	79.1
7	Яйцо куриное	9.7	8.8	1.05	0.89	0.06	12.4
8	Соль поваренная йодированная	0.9	0.9	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
10	Вода	45.8	45.8	0.00	0.00	0.00	0.0
11	Бульон	750.0	750.0	14.10	3.30	2.05	94.3

<b>Выход:</b>	<b>1000</b>	<b>23.1</b>	<b>16.38</b>	<b>56.99</b>	<b>467.7</b>
---------------	-------------	-------------	--------------	--------------	--------------

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.04	0.01	0.00	0.30	0	1	31	5	4	23	0	0.5	1.6
2	Картофель	0.17	0.11	3.60	2.88	16	8	943	18	40	101	2	10.0	0.5
3	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
4	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	9.45	0.01	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Яйцо куриное	0.00	0.03	13.73	0.25	0	9	10	4	1	15	0	1.8	2.4
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	265	0	3	0	1	0	36.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
10	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	14	0	0	0	0.0	0.0
11	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	40	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.24</b>	<b>0.18</b>	<b>507.15</b>	<b>3.92</b>	<b>19</b>	<b>290</b>	<b>1110</b>	<b>107</b>	<b>63</b>	<b>180</b>	<b>2</b>	<b>51.5</b>	<b>4.7</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью. В кипящий бульон (или воду) кладут нарезанный кубиками картофель и варят 5 минут, затем добавляют нарезанную морковь, лук, припущенные с добавлением масла и варят еще 10 минут. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 минуты до готовности добавляют лавровый лист. Тесто для клецок - яйца взбивают, добавляют соль, воду, растопленное масло; подготовленную массу вливают в муку, размешивают, получается тесто консистенцией как на оладьи. Тесто массой по 5- 10 г, закладывают в кипящую подсоленную воду, варят 7 минут, откидывают и сразу же раскладывают в тарелки порционно. В тарелки с разложенными клецками наливают суп. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель и овощи сохранили форму нарезки, клецки одинакового размера; консистенция - картофель и овощи - мягкие, клецки - упругие; цвет бульона - прозрачный; вкус - свойственный картофельному супу; запах - овощей и картофеля.

# Каша "Дружба"

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-16к

Наименование изделия: Каша "Дружба"

Номер рецептуры: 54-16к

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

## Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	15.0	15.0	0.99	0.13	10.10	45.5
2	Крупа пшеничная	11.0	11.0	1.19	0.32	6.66	34.3
3	Молоко 2.5% м.д.ж	102.0	102.0	2.78	2.24	4.46	49.1
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.0	5.0	0.04	3.19	0.06	29.1
5	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9
6	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	70.0	70.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>5</b>	<b>5.88</b>	<b>24</b>	<b>168.9</b>

## Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.01	0.00	0.00	0.40	0	1	12	1	7	20	0	0.2	2.0
2	Крупа пшеничная	0.03	0.00	0.20	0.40	0	1	19	3	8	22	0	0.5	0.3
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	13.46	0.65	1	39	124	108	12	80	0	9.2	1.8
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.50	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
5	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	22	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.07</b>	<b>0.12</b>	<b>27.16</b>	<b>1.46</b>	<b>1</b>	<b>336</b>	<b>156</b>	<b>138</b>	<b>27</b>	<b>124</b>	<b>0</b>	<b>49.9</b>	<b>4.1</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Пшено перебирают, промывают сначала теплой водой (40о-50оС), затем горячей водой (60о-70о С), пшено после промывания ошпаривают. Рис перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Пшеничную крупу промывают, несколько раз меняя воду. Крупы сначала варят отдельно, закладывая в кипящую воду, до полуготовности. Крупы соединяют, заливают теплым молоком, добавляют сахар, соль, доводят до кипения, варят при слабом кипении до поглощения жидкости над поверхностью крупы. За 10 минут до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают, упаривают при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - зерна полностью набухшие, мягкие; консистенция - однородная; цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию каши.

## Каша жидкая молочная гречневая

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-20к

**Наименование изделия:** Каша жидкая молочная гречневая

**Номер рецептуры:** 54-20к

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа гречневая ядрица	38.0	38.0	4.50	1.10	19.75	106.9
2	Молоко 2.5% м.д.ж	96.0	96.0	2.62	2.11	4.19	46.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	4.0	4.0	0.03	2.55	0.05	23.3
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9
5	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	64.0	64.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>7.15</b>	<b>5.76</b>	<b>26.71</b>	<b>187.3</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа гречневая ядрица	0.12	0.06	0.46	2.19	0	1	120	7	66	99	2	1.3	1.9
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	12.67	0.61	0	36	116	101	12	75	0	8.6	1.7
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	10.80	0.01	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	20	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.15</b>	<b>0.18</b>	<b>23.93</b>	<b>2.81</b>	<b>0</b>	<b>331</b>	<b>237</b>	<b>132</b>	<b>78</b>	<b>176</b>	<b>2</b>	<b>49.9</b>	<b>3.6</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Крупу засыпают в кипящую воду и варят кашу при слабом кипении помешивая, через 20-30 минут, добавляют горячее молоко, соль, сахар. За 2-3 минуты до готовности добавляют растопленное сливочное масло, перемешивают затем упаривают при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - каша однородная, текучая зерна мягкие, без комков; консистенция - жидкая, текучая; цвет - желтоватый; вкус и запах - каши и масла.

## Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая)

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-11с

**Наименование изделия:** Суп крестьянский с крупой (крупа рисовая)

**Номер рецептуры:** 54-11с

**Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	40.0	40.0	2.63	0.35	26.94	121.4
2	Картофель	145.0	100.0	1.88	0.35	14.83	70.0

3	Капуста белокочанная	150.0	120.0	2.03	0.11	5.13	29.6
4	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
5	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
6	Сметана 15.0%	50.0	50.0	1.22	6.60	1.64	70.8
7	Масло подсолнечное	20.0	20.0	0.00	17.58	0.00	158.2
8	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
10	Бульон	850.0	850.0	15.98	3.74	2.32	106.9
<b>Выход:</b>			<b>1000</b>	<b>24.77</b>	<b>28.85</b>	<b>56.44</b>	<b>584.4</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.02	0.01	0.00	1.06	0	4	33	3	17	52	0	0.6	5.3
2	Картофель	0.09	0.06	1.80	1.44	8	4	471	9	20	50	1	5.0	0.2
3	Капуста белокочанная	0.03	0.04	2.16	0.67	22	12	299	51	17	32	1	3.6	0.3
4	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
5	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
6	Сметана 15.0%	0.01	0.04	32.10	0.24	0	15	48	39	4	26	0	4.5	0.2
7	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
10	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	45	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.18</b>	<b>0.18</b>	<b>516.43</b>	<b>3.89</b>	<b>33</b>	<b>483</b>	<b>976</b>	<b>174</b>	<b>76</b>	<b>200</b>	<b>2</b>	<b>76.9</b>	<b>6.2</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Крупу рисовую перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла. Крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают. В кипящий бульон (или воду) кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем добавляют капусту, картофель. За 10 минут до окончания варки добавляют пассерованные морковь и лук, варят суп до

готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 минуты до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель и овощи сохранили форму нарезки, крупа хорошо разварена, но не потеряла форму; консистенция: картофель, овощи, крупа - мягкие; цвет - бульон светлый, полупрозрачный; запах - овощей и крупы.

## Суп картофельный с макаронными изделиями (вариант 2)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-24с

Наименование изделия: Суп картофельный с макаронными изделиями (вариант 2)

Номер рецептуры: 54-24с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта	40.0	40.0	4.14	0.46	25.66	123.3
2	Картофель	435.0	300.0	5.64	1.06	44.50	210.1
3	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
4	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
5	Масло подсолнечное	7.0	7.0	0.00	6.15	0.00	55.4
6	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
8	Бульон	700.0	700.0	13.16	3.08	1.91	88.0
<b>Выход:</b>			<b>1000</b>	<b>23.97</b>	<b>10.87</b>	<b>77.65</b>	<b>504.3</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
---	---------	--------	--------	-------------------	---------	--------	---------	--------	---------	---------	--------	---------	---------	----------

1	Макаронные изделия высшего сорта	0.05	0.01	0.00	0.93	0	1	41	7	6	30	1	0.6	0.0
2	Картофель	0.26	0.17	5.40	4.32	24	11	1414	26	60	151	2	15.0	0.7
3	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
4	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
5	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
8	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	37	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.34</b>	<b>0.21</b>	<b>485.77</b>	<b>5.73</b>	<b>27</b>	<b>460</b>	<b>1580</b>	<b>97</b>	<b>84</b>	<b>221</b>	<b>3</b>	<b>78.8</b>	<b>0.9</b>

**Способ обработки:**Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) кладут картофель, и варят 5-10 минут, затем добавляют макаронные изделия и варят ещё 10-15 минут, за 10 минут до окончания варки добавляют бланшированную морковь с луком. Можно макаронные изделия отваривать до полуготовности отдельно, тогда бульон будет прозрачнее. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - картофель, макаронные изделия и овощи сохранили форму нарезки. Консистенция - картофель, макаронные изделия и овощи - мягкие; цвет бульона - желтоватый; вкус свойственный картофельному супу; запах - овощей, картофеля и макаронных изделий.

## Суп из овощей (вариант 2)

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-26с

**Наименование изделия:**Суп из овощей (вариант 2)

**Номер рецептуры:**54-26с

**Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:**Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	290.0	200.0	3.76	0.70	29.67	140.0
2	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
3	Горошек зеленый консерв.	49.6	32.0	0.93	0.06	1.89	11.8
4	Капуста белокочанная	100.0	80.0	1.35	0.07	3.42	19.7
5	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
6	Масло подсолнечное	10.0	10.0	0.00	8.79	0.00	79.1
7	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Вода	750.0	750.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>1000</b>	<b>7.06</b>	<b>9.73</b>	<b>40.47</b>	<b>277.6</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.17	0.11	3.60	2.88	16	8	943	18	40	101	2	10.0	0.5
2	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
3	Горошек зеленый консерв.	0.03	0.01	9.60	0.18	1	88	26	6	6	17	0	0.0	0.4
4	Капуста белокочанная	0.02	0.03	1.44	0.45	14	8	199	34	11	22	0	2.4	0.2
5	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
8	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	231	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.25</b>	<b>0.18</b>	<b>494.64</b>	<b>3.99</b>	<b>34</b>	<b>552</b>	<b>1292</b>	<b>315</b>	<b>75</b>	<b>180</b>	<b>2</b>	<b>75.6</b>	<b>1.3</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Капусту перебирают, удаляют 3 - 4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, ошпаривают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла. В кипящий воду кладут нарезанную капусту, доводят до кипения и варят 10 мин, затем

закладывают картофель, нарезанный брусочками. Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассированный репчатый лук, зеленый горошек, томатную пасту. Варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - бульон прозрачный, форма овощей сохранена, консистенция мягкая; вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат овощей.

## Суп гороховый (вариант 2)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-25с

Наименование изделия: Суп гороховый (вариант 2)

Номер рецептуры: 54-25с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

#### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горох	80.0	80.0	15.42	1.41	36.04	218.5
2	Картофель	290.0	200.0	3.76	0.70	29.67	140.0
3	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
4	Морковь	62.5	50.0	0.61	0.04	3.14	15.4
5	Петрушка (корень)	12.5	10.0	0.14	0.05	0.92	4.7
6	Масло подсолнечное	10.0	10.0	0.00	8.79	0.00	79.1
7	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
9	Бульон	650.0	650.0	12.22	2.86	1.77	81.7
<b>Выход:</b>			<b>1000</b>	<b>32.69</b>	<b>13.93</b>	<b>74.61</b>	<b>554.6</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Горох	0.47	0.10	0.96	4.16	0	20	580	81	74	229	5	4.1	9.2
2	Картофель	0.17	0.11	3.60	2.88	16	8	943	18	40	101	2	10.0	0.5
3	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
4	Морковь	0.02	0.03	600.00	0.40	1	8	83	12	17	24	0	2.5	0.0
5	Петрушка (корень)	0.01	0.01	0.12	0.10	1	1	28	5	2	6	0	0.0	0.0
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
8	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
9	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	34	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.68</b>	<b>0.26</b>	<b>605.05</b>	<b>7.7</b>	<b>20</b>	<b>479</b>	<b>1693</b>	<b>167</b>	<b>138</b>	<b>381</b>	<b>7</b>	<b>77.8</b>	<b>9.9</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Горох перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа. Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой на масле. Подготовленный горох кладут в бульон (или воду) доводят до кипения. Добавляют картофель, нарезанный кубиками, пассерованные с маслом морковь и петрушку, лук и варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - картофель и овощи сохранили форму нарезки, горох разваренный. Консистенция - картофель, горох и овощи - мягкие; цвет бульона - желтоватый; вкус свойственный гороху; запах - гороха.

## Рассольник Ленинградский

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-3с

**Наименование изделия:** Рассольник Ленинградский

Номер рецептуры:54-3с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	20.0	20.0	1.32	0.18	13.47	60.7
2	Картофель	435.0	300.0	5.64	1.06	44.50	210.1
3	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
4	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
5	Огурец соленый	75.0	60.0	0.45	0.05	0.93	6.0
6	Сметана 15.0%	50.0	50.0	1.22	6.60	1.64	70.8
7	Масло подсолнечное	20.0	20.0	0.00	17.58	0.00	158.2
8	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
10	Бульон	750.0	750.0	14.10	3.30	2.05	94.3
<b>Выход:</b>			<b>1000</b>	<b>23.76</b>	<b>28.89</b>	<b>68.17</b>	<b>627.6</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.01	0.01	0.00	0.53	0	2	17	1	9	26	0	0.3	2.7
2	Картофель	0.26	0.17	5.40	4.32	24	11	1414	26	60	151	2	15.0	0.7
3	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
4	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
5	Огурец соленый	0.01	0.01	1.80	0.10	1	507	70	12	7	13	0	0.0	0.0
6	Сметана 15.0%	0.01	0.04	32.10	0.24	0	15	48	39	4	26	0	4.5	0.2
7	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
10	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	40	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.32</b>	<b>0.26</b>	<b>519.67</b>	<b>5.67</b>	<b>28</b>	<b>983</b>	<b>1674</b>	<b>145</b>	<b>98</b>	<b>256</b>	<b>2</b>	<b>83</b>	<b>3.8</b>

**Способ обработки:**Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. Соленые огурцы очищают от кожицы, удаляют семена, нарезают ромбиками. Соленые огурцы припускают в небольшом количестве бульона 10-15 мин. Крупу рисовую перебирают, промывают несколько раз, меняя воду. Крупу закладывают в кипящую воду в соотношении 1:3, варят, помешивая до полуготовности, отвар сливают. В кипящий бульон (или воду) кладут полупроваренную крупу, варят 10 мин, добавляют картофель, пассерованные репчатый лук и морковь, через 5-10 мин добавляют припущенные огурцы. За 5 минут до готовности рассольник заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус - соответствует наименованию блюда; запах - аромат огурцов, крупы и овощей.

## Каша вязкая молочная пшеничная

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-13к

**Наименование изделия:**Каша вязкая молочная пшеничная

**Номер рецептуры:**54-13к

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа пшеничная Артек	50.0	50.0	5.17	0.53	31.17	150.1
2	Молоко 2.5% м.д.ж	106.0	106.0	2.89	2.33	4.63	51.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.08	6.38	0.12	58.2
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9
5	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	54.0	54.0	0.00	0.00	0.00	0.0

<b>Выход:</b>	<b>200</b>	<b>8.14</b>	<b>9.24</b>	<b>38.64</b>	<b>270.3</b>
---------------	------------	-------------	-------------	--------------	--------------

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа пшеничная Артек	0.11	0.04	0.00	1.08	0	6	95	18	26	120	2	0.0	31.1
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.13	13.99	0.68	1	40	128	112	13	83	0	9.5	1.9
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	27.00	0.02	0	1	2	2	0	3	0	0.0	0.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	17	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.14</b>	<b>0.18</b>	<b>40.99</b>	<b>1.78</b>	<b>1</b>	<b>341</b>	<b>225</b>	<b>152</b>	<b>39</b>	<b>207</b>	<b>2</b>	<b>49.5</b>	<b>33.1</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40о-50оС), затем горячей водой (60о-70оС), после промывания ошпаривают. В кипящую воду с молоком, добавляют йодированную соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу до готовности при слабом кипении. При отпуске заправляют растопленным сливочным маслом. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна полностью набухшие, мягкие консистенция: мягкая, однородная; цвет: от кремового до желтоватого; вкус и запах соответствуют наименованию каши.

## Суп с рыбными консервами (горбуша)

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-12с

**Наименование изделия:** Суп с рыбными консервами (горбуша)

**Номер рецептуры:** 54-12с

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	20.0	20.0	1.32	0.18	13.47	60.7
2	Картофель	406.0	280.0	5.26	0.99	41.53	196.1
3	Петрушка (зелень)	8.8	7.0	0.24	0.02	0.48	3.1
4	Лук репчатый	40.0	32.0	0.42	0.06	2.39	11.7
5	Морковь	80.0	64.0	0.78	0.06	4.02	19.7
6	Горбуша консерв.	180.8	160.0	31.43	8.17	0.00	199.2
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	15.0	15.0	0.11	9.57	0.18	87.3
8	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
10	Вода	800.0	800.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>1000</b>	<b>39.57</b>	<b>19.06</b>	<b>62.16</b>	<b>578.3</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.01	0.01	0.00	0.53	0	2	17	1	9	26	0	0.3	2.7
2	Картофель	0.24	0.16	5.04	4.03	22	11	1320	25	56	141	2	14.0	0.7
3	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	39.90	0.04	4	2	46	15	5	6	0	0.3	0.0
4	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.13	1	1	46	9	4	16	0	1.0	0.1
5	Морковь	0.03	0.04	768.00	0.51	1	10	106	15	21	31	0	3.2	0.1
6	Горбуша консерв.	0.03	0.18	19.20	10.62	0	844	345	260	78	320	1	80.0	56.3
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	40.50	0.02	0	2	4	3	0	4	0	0.0	0.1
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
10	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	246	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.32</b>	<b>0.41</b>	<b>873.01</b>	<b>15.88</b>	<b>28</b>	<b>1313</b>	<b>1885</b>	<b>580</b>	<b>173</b>	<b>545</b>	<b>3</b>	<b>158.8</b>	<b>60</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Крупу рисовую перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Петрушку (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают,

промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла. Рыбные консервы открывают, рыбу измельчают. Крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают. В кипящую воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем добавляют картофель. За 10 минут до окончания варки добавляют пассерованные морковь, лук, рыбу и варят суп до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель нарезан брусочками или кубиками, рис сохранил форму; консистенция - овощей, рыбы - мягкая, овощи сохранили форму; цвет: бульона - светлый; вкус и запах - рыбы, овощей и риса.

## Суп с рыбными консервами (сайра)

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-27с

**Наименование изделия:** Суп с рыбными консервами (сайра)

**Номер рецептуры:** 54-27с

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	20.0	20.0	1.32	0.18	13.47	60.7
2	Картофель	406.0	280.0	5.26	0.99	41.53	196.1
3	Петрушка (корень)	8.8	7.0	0.10	0.04	0.64	3.3
4	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
5	Морковь	80.0	64.0	0.78	0.06	4.02	19.7
6	Сайра консерв.	141.2	125.0	21.50	25.63	0.00	316.7
7	Масло подсолнечное	7.8	7.8	0.00	6.81	0.00	61.3
8	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5

10	Вода	750.0	750.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>		<b>1000</b>	<b>29.5</b>	<b>33.79</b>	<b>62.73</b>	<b>673</b>	

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.01	0.01	0.00	0.53	0	2	17	1	9	26	0	0.3	2.7
2	Картофель	0.24	0.16	5.04	4.03	22	11	1320	25	56	141	2	14.0	0.7
3	Петрушка (корень)	0.00	0.01	0.08	0.07	1	0	20	4	1	4	0	0.0	0.0
4	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
5	Морковь	0.03	0.04	768.00	0.51	1	10	106	15	21	31	0	3.2	0.1
6	Сайра консерв.	0.03	0.00	0.00	2.80	0	515	296	17	22	239	1	62.5	0.0
7	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
10	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	231	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.32</b>	<b>0.23</b>	<b>773.49</b>	<b>8.1</b>	<b>26</b>	<b>980</b>	<b>1818</b>	<b>310</b>	<b>114</b>	<b>462</b>	<b>3</b>	<b>141.2</b>	<b>3.7</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Крупу рисовую перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Петрушку (корень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла. Рыбные консервы открывают, рыбу измельчают. Крупу после промывания закладывают в кипящую воду, варят до полуготовности, отвар сливают. В кипящую воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, затем добавляют картофель. За 10 минут до окончания варки добавляют пассерованные морковь, лук, рыбу и варят суп до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель нарезан брусочками или кубиками, рис сохранил форму; консистенция - овощей, рыбы - мягкая, овощи сохранили форму; цвет: бульона - светлый; вкус - рыбы, овощей и риса.

## Щи из свежей капусты со сметаной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1с

Наименование изделия: Щи из свежей капусты со сметаной

Номер рецептуры: 54-1с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	10.0	10.0	1.02	0.11	6.36	30.5
2	Петрушка (корень)	2.5	2.0	0.03	0.01	0.18	0.9
3	Томатное пюре	6.0	6.0	0.20	0.00	0.64	3.4
4	Капуста белокочанная	350.0	280.0	4.74	0.25	11.98	69.1
5	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
6	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
7	Сметана 15.0%	50.0	50.0	1.22	6.60	1.64	70.8
8	Масло подсолнечное	20.0	20.0	0.00	17.58	0.00	158.2
9	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
11	Бульон	800.0	800.0	15.04	3.52	2.18	100.6
<b>Выход:</b>			<b>1000</b>	<b>23.28</b>	<b>28.19</b>	<b>28.56</b>	<b>461</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.01	0.00	0.00	0.10	0	0	10	2	1	7	0	0.2	0.5
2	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.02	0.02	0	0	6	1	0	1	0	0.0	0.0
3	Томатное пюре	0.00	0.00	7.20	0.05	1	0	33	1	2	4	0	0.0	0.0
4	Капуста белокочанная	0.06	0.09	5.04	1.57	50	28	697	118	39	76	1	8.4	0.7
5	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2

6	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
7	Сметана 15.0%	0.01	0.04	32.10	0.24	0	15	48	39	4	26	0	4.5	0.2
8	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
10	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
11	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	42	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.11</b>	<b>0.16</b>	<b>524.73</b>	<b>2.46</b>	<b>54</b>	<b>491</b>	<b>919</b>	<b>230</b>	<b>64</b>	<b>154</b>	<b>1</b>	<b>76.3</b>	<b>1.6</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Морковь припускают с маслом и небольшим количеством бульона до полуготовности. Нашинкованный лук слегка бланшируют и пассеруют на масле. В кипящий бульон (или воду) кладут капусту, доводят до кипения, добавляют припущенные коренья, лук и варят 20-30 минут. За 5 минут до готовности добавляют соль, бланшированное томатное пюре, подсушенную муку, разведенную водой, и варят до готовности. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист, сметану и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус - капусты в сочетании с овощами; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

## Борщ с фасолью

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-19с

**Наименование изделия:** Борщ с фасолью

**Номер рецептуры:** 54-19с

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Фасоль	40.0	40.0	7.90	0.70	17.11	106.4
2	Картофель	145.0	100.0	1.88	0.35	14.83	70.0
3	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
4	Петрушка (корень)	12.5	10.0	0.14	0.05	0.92	4.7
5	Свекла	217.6	160.0	2.26	0.14	12.81	61.5
6	Томатное пюре	30.0	30.0	1.02	0.00	3.22	16.9
7	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
8	Сметана 15.0%	50.0	50.0	1.22	6.60	1.64	70.8
9	Масло подсолнечное	20.0	20.0	0.00	17.58	0.00	158.2
10	Сахар-песок	6.0	6.0	0.00	0.00	5.45	21.8
11	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
12	Вода	800.0	800.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>1000</b>	<b>15.44</b>	<b>25.53</b>	<b>61.47</b>	<b>537.3</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Фасоль	0.14	0.06	0.00	2.05	0	12	365	53	36	167	2	4.8	8.8
2	Картофель	0.09	0.06	1.80	1.44	8	4	471	9	20	50	1	5.0	0.2
3	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
4	Петрушка (корень)	0.01	0.01	0.12	0.10	1	1	28	5	2	6	0	0.0	0.0
5	Свекла	0.02	0.05	1.92	0.26	6	56	382	52	31	60	2	11.2	1.0
6	Томатное пюре	0.01	0.01	36.00	0.26	3	2	167	5	12	18	1	0.0	0.2
7	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
8	Сметана 15.0%	0.01	0.04	32.10	0.24	0	15	48	39	4	26	0	4.5	0.2
9	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
11	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
12	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	246	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.31</b>	<b>0.26</b>	<b>551.94</b>	<b>4.83</b>	<b>21</b>	<b>538</b>	<b>1585</b>	<b>435</b>	<b>123</b>	<b>367</b>	<b>6</b>	<b>88.7</b>	<b>10.6</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Фасоль перебирают, моют, выдерживают в холодной воде 3-4 часа, отваривают. Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают брусочками (кубиками). Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой, тушат. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь и лук пассеруют с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) закладывают картофель, доводят до кипения, варят 10-15 минут, затем добавляют тушеную свеклу, пассерованные овощи и петрушку, за 5-10 минут до окончания варки кладут отваренную фасоль, добавляют сахар, соль, сметану и доводят до готовности. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

## Суп картофельный с макаронными изделиями

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-7с

**Наименование изделия:** Суп картофельный с макаронными изделиями

**Номер рецептуры:** 54-7с

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта	40.0	40.0	4.14	0.46	25.66	123.3
2	Картофель	580.0	400.0	7.52	1.41	59.33	280.1
3	Лук репчатый	50.0	40.0	0.53	0.07	2.98	14.7
4	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
5	Масло подсолнечное	10.0	10.0	0.00	8.79	0.00	79.1
6	Соль поваренная йодированная	1.5	1.5	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5

8	Бульон	700.0	700.0	13.16	3.08	1.91	88.0
<b>Выход:</b>		<b>1000</b>	<b>25.85</b>	<b>13.86</b>	<b>92.48</b>	<b>598</b>	

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Макаронные изделия высшего сорта	0.05	0.01	0.00	0.93	0	1	41	7	6	30	1	0.6	0.0
2	Картофель	0.35	0.22	7.20	5.76	32	15	1886	35	80	202	3	20.0	0.9
3	Лук репчатый	0.01	0.01	0.00	0.16	2	1	58	11	5	20	0	1.2	0.2
4	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
5	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	441	0	5	0	1	0	60.0	0.0
7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
8	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	37	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.43</b>	<b>0.26</b>	<b>487.57</b>	<b>7.17</b>	<b>35</b>	<b>464</b>	<b>2052</b>	<b>106</b>	<b>104</b>	<b>272</b>	<b>4</b>	<b>83.8</b>	<b>1.1</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью с добавлением масла. В кипящий бульон (или воду) кладут картофель, и варят 5-10 минут, затем добавляют макаронные изделия и варят ещё 10-15 минут, за 10 минут до окончания варки добавляют бланшированные морковь с луком. Можно макаронные изделия отваривать до полуготовности отдельно, тогда бульон будет прозрачнее. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - картофель, макаронные изделия и овощи сохранили форму нарезки; консистенция - картофель, макаронные изделия и овощи - мягкие; цвет бульона - желтоватый; вкус свойственный картофельному супу; запах - овощей, картофеля и макаронных изделий.

## Суп молочный с макаронными изделиями

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-19к

**Наименование изделия:**Суп молочный с макаронными изделиями

**Номер рецептуры:**54-19к

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта	80.0	80.0	8.27	0.92	51.32	246.6
2	Молоко 2.5% м.д.ж	700.0	700.0	19.08	15.40	30.58	337.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.08	6.38	0.12	58.2
4	Сахар-песок	8.0	8.0	0.00	0.00	7.27	29.1
5	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	300.0	300.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>1000</b>	<b>27.43</b>	<b>22.7</b>	<b>89.29</b>	<b>671.1</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Макаронные изделия высшего сорта	0.10	0.03	0.00	1.86	0	2	82	13	11	61	1	1.2	0.0
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.20	0.84	92.40	4.48	4	266	848	739	85	548	1	63.0	12.3
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	27.00	0.02	0	1	2	2	0	3	0	0.0	0.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	294	0	3	0	1	0	40.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	92	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.3</b>	<b>0.88</b>	<b>119.4</b>	<b>6.36</b>	<b>4</b>	<b>563</b>	<b>932</b>	<b>849</b>	<b>96</b>	<b>613</b>	<b>2</b>	<b>104.2</b>	<b>12.4</b>

**Способ обработки:**Варка

**Технология приготовления:** Макароны варят в подсоленной воде 10-15 минут до полуготовности, воду сливают. Полуготовые макаронные изделия закладывают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар, растопленное сливочное масло и варят до готовности помешивая. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - макаронные изделия сохранили форму; консистенция, цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию супа.

## Суп из овощей с фрикадельками мясными

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-5с

Наименование изделия: Суп из овощей с фрикадельками мясными

Номер рецептуры: 54-5с

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	580.0	400.0	7.52	1.41	59.33	280.1
2	Морковь	50.0	40.0	0.49	0.04	2.51	12.3
3	Петрушка (корень)	12.5	10.0	0.14	0.05	0.92	4.7
4	Томатное пюре	10.0	10.0	0.34	0.00	1.07	5.6
5	Лук репчатый	62.5	50.0	0.66	0.09	3.73	18.3
6	Говядина 1 категории	128.8	114.0	19.93	16.05	0.00	224.2
7	Масло подсолнечное	10.0	10.0	0.00	8.79	0.00	79.1
8	Яйцо куриное	8.8	8.0	0.96	0.81	0.05	11.3
9	Соль поваренная йодированная	2.4	2.4	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Лавровый лист	0.2	0.2	0.01	0.01	0.09	0.5
11	Вода	10.0	10.0	0.00	0.00	0.00	0.0
12	Бульон	700.0	700.0	13.16	3.08	1.91	88.0
<b>Выход:</b>			<b>1000</b>	<b>43.21</b>	<b>30.33</b>	<b>69.61</b>	<b>724.1</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.35	0.22	7.20	5.76	32	15	1886	35	80	202	3	20.0	0.9

2	Морковь	0.02	0.02	480.00	0.32	1	6	66	10	13	19	0	2.0	0.0
3	Петрушка (корень)	0.01	0.01	0.12	0.10	1	1	28	5	2	6	0	0.0	0.0
4	Томатное пюре	0.00	0.00	12.00	0.09	1	1	56	2	4	6	0	0.0	0.1
5	Лук репчатый	0.02	0.01	0.00	0.20	2	2	73	14	6	25	0	1.5	0.2
6	Говядина 1 категории	0.05	0.14	0.00	7.48	0	56	308	9	22	186	3	8.2	0.0
7	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Яйцо куриное	0.00	0.03	12.48	0.23	0	8	9	4	1	13	0	1.6	2.2
9	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	706	0	8	0	2	0	96.0	0.0
10	Лавровый лист	0.00	0.00	0.37	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
11	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	3	0	0	0	0.0	0.0
12	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	37	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.45</b>	<b>0.43</b>	<b>512.17</b>	<b>14.18</b>	<b>37</b>	<b>795</b>	<b>2427</b>	<b>128</b>	<b>128</b>	<b>459</b>	<b>6</b>	<b>129.3</b>	<b>3.4</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают брусочками (кубиками). Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют, делят на две части. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Одну часть лука бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой, вторую часть (1/5 часть) лука бланшируют отдельно для добавления в мясо. Мясо дефростируют, промывают проточной водой при помощи щетки, нарезают на куски и пропускают через мясорубку (2-3 раза), добавляют мелко рубленный бланшированный лук, яйцо, соль (1/3 часть) и воду, перемешивают и выбивают, затем разделяют на шарики по 7-10 г, укладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и готовят на пару 15-20 минут, или варят в кастрюле – 15-20 минут. Готовые фрикадельки хранят в бульоне, перед отпуском еще раз доводят до кипения. В кипящий бульон (или воду) кладут картофель, нарезанный брусочками. Добавляют припущенную морковь, бланшированный и пассерованный репчатый лук, томатную пасту. Варят до готовности. За 5 минут до готовности суп заправляют солью. За 1-2 мин. до готовности добавляют лавровый лист. При отпуске в тарелку кладут горячие фрикадельки и наливают суп. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид – бульон прозрачный, форма овощей сохранена, консистенция мягкая, фрикадельки – сочные; вкус – соответствует наименованию блюда; запах – аромат мяса и овощей.

# Каша вязкая молочная овсяная с клюквой

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-12к

Наименование изделия: Каша вязкая молочная овсяная с клюквой

Номер рецептуры: 54-12к

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

## Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа овсяная	47.6	47.6	5.51	2.56	25.78	148.2
2	Клюква	10.2	9.5	0.04	0.02	0.32	1.6
3	Молоко 2.5% м.д.ж	95.2	95.2	2.60	2.10	4.16	45.9
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	9.5	9.5	0.07	6.08	0.11	55.4
5	Сахар-песок	2.9	2.9	0.00	0.00	2.59	10.4
6	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	57.1	57.1	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>8.22</b>	<b>10.76</b>	<b>32.96</b>	<b>261.5</b>

## Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа овсяная	0.17	0.04	0.00	1.64	0	13	143	27	48	145	2	2.1	12.1
2	Клюква	0.00	0.00	0.00	0.02	1	0	9	1	1	1	0	0.0	0.0
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.11	12.57	0.61	0	36	115	101	12	75	0	8.6	1.7
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	25.71	0.02	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
5	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	280	0	3	0	1	0	38.1	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	18	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.2</b>	<b>0.16</b>	<b>38.28</b>	<b>2.29</b>	<b>1</b>	<b>330</b>	<b>269</b>	<b>152</b>	<b>61</b>	<b>224</b>	<b>2</b>	<b>48.8</b>	<b>13.9</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Клюкву перебирают, промывают в воде, размораживают. Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленную крупу засыпают в кипящую воду, добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, помешивая, пока каша не загустеет. За 2-3 минуты до готовности добавляют клюкву, растопленное сливочное масло, перемешивают, затем упаривают при закрытой крышке. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - зерна крупы набухшие, полностью разваренные, в каше равномерно распределена клюква; консистенция - однородная, вязкая, зерна - мягкие; цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

## Запеканка из творога

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-1т

**Наименование изделия:** Запеканка из творога

**Номер рецептуры:** 54-1т

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	6.9	6.9	0.73	0.09	4.24	20.6
2	Крупа манная	12.9	12.9	1.25	0.11	8.29	39.2
3	Творог 5.0% м.д.ж	186.0	186.0	36.72	8.18	5.08	240.8
4	Сметана 15.0%	6.9	6.9	0.17	0.91	0.23	9.8
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.9	6.9	0.05	4.40	0.08	40.2
6	Яйцо куриное	5.8	5.3	0.63	0.54	0.03	7.5
7	Сахар-песок	12.9	12.9	0.00	0.00	11.72	46.9
8	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	48.0	48.0	0.00	0.00	0.00	0.0

10	Ванилин	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>39.55</b>	<b>14.23</b>	<b>29.68</b>	<b>405</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	Fe, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сухари панировочные	0.01	0.00	0.00	0.24	0	28	11	2	3	7	0	0.0	1.5
2	Крупа манная	0.01	0.00	0.00	0.31	0	0	14	2	2	10	0	0.0	0.0
3	Творог 5.0% м.д.ж	0.05	0.39	36.83	5.80	0	58	173	268	37	356	1	16.7	49.1
4	Сметана 15.0%	0.00	0.01	4.43	0.03	0	2	7	5	1	4	0	0.6	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	18.63	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
6	Яйцо куриное	0.00	0.02	8.27	0.15	0	5	6	3	1	9	0	1.1	1.4
7	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	15	0	0	0	0.0	0.0
10	Ванилин	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.07</b>	<b>0.43</b>	<b>68.16</b>	<b>6.54</b>	<b>0</b>	<b>241</b>	<b>213</b>	<b>298</b>	<b>44</b>	<b>388</b>	<b>1</b>	<b>38.4</b>	<b>52.1</b>

**Способ обработки:** Запекание

**Технология приготовления:** Творог перетирают. В горячей воде растворяют ванилин и всыпают манную крупу, помешивая, проваривают 10 минут, охлаждают. Протертый творог смешивают с заваренной и охлажденной вязкой манной кашей. Добавляют сырые яйца, сахар, соль. Подготовленную массу выкладывают в смазанный сливочным маслом и посыпанный панировочными сухарями противень слоем 3-4 см. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия до образования корочки, затем при температуре 180-200 градусов Цельсия доводят до готовности (суммарно не менее 15 минут). Готовность блюда определяют по уплотнению структуры — запеканка легко отделяется от стенок противня. Перед отпуском запеканку нарезают на порции. Температура подачи: не менее 65 градусов С

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - поверхность ровная, без трещин; консистенция - упругая; поверхность - ровная; цвет - белый на разрезе; вкус и запах - творожный с ванилином.

## Рис припущенный с томатом

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-27г****Наименование изделия:**Рис припущенный с томатом**Номер рецептуры:**54-27г**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	52.5	52.5	3.45	0.46	35.35	159.4
2	Томатное пюре	9.0	9.0	0.30	0.00	0.97	5.1
3	Масло подсолнечное	4.5	4.5	0.00	3.96	0.00	35.6
4	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Вода	100.5	100.5	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>150</b>	<b>3.75</b>	<b>4.42</b>	<b>36.32</b>	<b>200.1</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.03	0.02	0.00	1.39	0	5	44	4	23	69	0	0.7	7.0
2	Томатное пюре	0.00	0.00	10.80	0.08	1	1	50	2	4	5	0	0.0	0.1
3	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	31	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.03</b>	<b>0.02</b>	<b>10.8</b>	<b>1.47</b>	<b>1</b>	<b>153</b>	<b>94</b>	<b>39</b>	<b>27</b>	<b>74</b>	<b>0</b>	<b>20.7</b>	<b>7.1</b>

**Способ обработки:**Варка**Технология приготовления:** Крупу перебирают, промывают. Всыпают в подсоленную воду, добавляют 50% масла, предусмотренного рецептурой. Рис варят при слабом кипении. В конце варки добавляют пассерованное в течении 10-15 минут томатное пюре. Температура подачи не ниже 65 С.**Характеристика блюда на выходе:**

# Макаронны отварные

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1г

Наименование изделия:Макаронны отварные

Номер рецептуры:54-1г

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

## Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта	51.0	51.0	5.27	0.58	32.72	157.2
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	306.0	306.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>150</b>	<b>5.32</b>	<b>4.92</b>	<b>32.8</b>	<b>196.8</b>

## Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Макаронные изделия высшего сорта	0.06	0.02	0.00	1.18	0	1	52	9	7	39	1	0.8	0.0
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	18.36	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
3	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	94	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.06</b>	<b>0.03</b>	<b>18.36</b>	<b>1.19</b>	<b>0</b>	<b>149</b>	<b>54</b>	<b>106</b>	<b>7</b>	<b>41</b>	<b>1</b>	<b>20.8</b>	<b>0.1</b>

Способ обработки:Варка

**Технология приготовления:** Макароны изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (лапшу - 20-25 минут, вермишель - 10-12 минут); проверяют на готовность - на разрезе не должно быть прослоек непроваренной муки. Готовые макаронные изделия откидывают, дают стечь отвару, выкладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют растопленным сливочным маслом и прогревают в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия 5 минут, блюдо готово к раздаче. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

## Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - макаронные изделия должны сохранить форму, увеличиться в объеме в 2-3 раза, хорошо отделяться друг от друга; цвет, вкус и запах - присущий макаронным изделиям со вкусом сливочного масла.

## Каша гречневая рассыпчатая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4г

Наименование изделия: Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры: 54-4г

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа гречневая ядрица	69.0	69.0	8.17	2.00	35.85	194.1
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	102.0	102.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>150</b>	<b>8.22</b>	<b>6.34</b>	<b>35.93</b>	<b>233.7</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа гречневая ядрица	0.21	0.11	0.83	3.97	0	2	218	12	120	179	4	2.3	3.5
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	18.36	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
3	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	31	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.21</b>	<b>0.12</b>	<b>19.19</b>	<b>3.98</b>	<b>0</b>	<b>150</b>	<b>220</b>	<b>46</b>	<b>120</b>	<b>181</b>	<b>4</b>	<b>22.3</b>	<b>3.6</b>

Способ обработки: Варка

**Технология приготовления:** Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, всплывающие пустые зерна удаляют (ситечком) и варят до загустения, помешивая. Когда каша делается густой, помешивание прекращают, закрывают крышкой и доводят до готовности на пару или водяной бане (температура 100о С) или в жарочном шкафу при температуре 140-160 градусов Цельсия. Затем вливают растопленное сливочное масло, взрыхляют поварской вилкой, уваривают еще 3-4 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - зерна крупы полностью набухшие, сохраняют форму, легко отделяются друг от друга; консистенция - рассыпчатая; цвет, вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

## Горошница

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-21г

**Наименование изделия:** Горошница

**Номер рецептуры:** 54-21г

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горох	75.0	75.0	14.45	1.32	33.78	204.8
2	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
3	Вода	154.0	154.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>150</b>	<b>14.45</b>	<b>1.32</b>	<b>33.78</b>	<b>204.8</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Горох	0.44	0.09	0.90	3.90	0	19	543	76	70	215	4	3.8	8.6
2	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	47	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.44</b>	<b>0.09</b>	<b>0.9</b>	<b>3.9</b>	<b>0</b>	<b>166</b>	<b>543</b>	<b>125</b>	<b>70</b>	<b>215</b>	<b>4</b>	<b>23.8</b>	<b>8.6</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Бобовые промывают, замачивают в холодной воде (прохладном месте) в соотношении 1:2. Перед варкой заливают холодной водой и варят в закрытой посуде при слабом, но непрерывном кипении 60-90 мин. Во время варки нельзя добавлять холодную воду. После того как горох станет целиком мягким (допускается разваривание гороха), варку прекращают, отвар сливают, добавляют йодированную соль. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид: часть зерен разварена часть целая, не допускается в блюде содержание твердых зерен; консистенция: мягкая; цвет: желтый.

## Картофельное пюре

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-11г

**Наименование изделия:** Картофельное пюре

**Номер рецептуры:** 54-11г

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	182.7	126.0	2.37	0.44	18.69	88.2
2	Молоко 2.5% м.д.ж	24.0	24.0	0.65	0.53	1.05	11.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.8	6.8	0.05	4.34	0.08	39.6
4	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>150</b>	<b>3.07</b>	<b>5.31</b>	<b>19.82</b>	<b>139.4</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Картофель	0.11	0.07	2.27	1.81	10	5	594	11	25	64	1	6.3	0.3
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.03	3.17	0.15	0	9	29	25	3	19	0	2.2	0.4

3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	18.36	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.12</b>	<b>0.11</b>	<b>23.8</b>	<b>1.97</b>	<b>10</b>	<b>162</b>	<b>625</b>	<b>39</b>	<b>28</b>	<b>85</b>	<b>1</b>	<b>28.5</b>	<b>0.8</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, крупные клубни нарезают дольками, мелкие - целиком укладывают в посуду (слоем 50 см), заливают горячей водой, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до готовности. Отвар сливают, картофель подсушивают, пропускают через протирочную машину. Температура картофеля должна быть не менее 80 градусов Цельсия. В горячую картофельную массу добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко, растопленное сливочное масло. Пюре доводят до температуры 100 градусов Цельсия, постоянно помешивая, и прогревают 5-6 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - однородная масса без комочков не протертого картофеля; консистенция - густая, пышная; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

## Котлета из курицы

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-5м

**Наименование изделия:** Котлета из курицы

**Номер рецептуры:** 54-5м

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Хлеб пшеничный	9.3	9.3	0.66	0.07	4.16	19.9
2	Сухари панировочные	8.3	8.3	0.87	0.10	5.10	24.8
3	Куриная грудка (филе)	63.3	56.0	12.42	0.94	0.20	58.9
4	Молоко 2.5% м.д.ж	12.9	12.9	0.35	0.28	0.56	6.2

5	Масло подсолнечное	2.1	2.1	0.00	1.85	0.00	16.6
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	8.5	8.5	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>75</b>	<b>14.3</b>	<b>3.24</b>	<b>10.02</b>	<b>126.4</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.16	0	35	7	2	1	5	0	0.3	0.5
2	Сухари панировочные	0.01	0.01	0.00	0.29	0	34	13	2	3	9	0	0.0	1.8
3	Куриная грудка (филе)	0.03	0.03	3.02	3.45	0	26	136	4	42	83	1	3.4	11.2
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.02	1.70	0.08	0	5	16	14	2	10	0	1.2	0.2
5	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	3	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.05</b>	<b>0.06</b>	<b>4.72</b>	<b>3.98</b>	<b>0</b>	<b>159</b>	<b>172</b>	<b>26</b>	<b>48</b>	<b>107</b>	<b>1</b>	<b>12.9</b>	<b>13.7</b>

**Способ обработки:** Запекание

**Технология приготовления:** Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в воде с молоком, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют котлеты овально-приплюснутой формы толщиной 1,5-2 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: куриного мяса.

## Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-11р

**Наименование изделия:** Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)

**Номер рецептуры:** 54-11р

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томатное пюре	9.0	9.0	0.30	0.00	0.97	5.1
2	Лук репчатый	17.5	14.0	0.18	0.02	1.04	5.1
3	Морковь	31.2	25.0	0.31	0.02	1.57	7.7
4	Петрушка (корень)	5.0	4.0	0.06	0.02	0.37	1.9
5	Минтай (филе)	98.3	87.0	13.00	0.69	0.00	58.2
6	Масло подсолнечное	7.6	7.6	0.00	6.66	0.00	59.9
7	Сахар-песок	2.6	2.6	0.00	0.00	2.34	9.3
8	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	25.0	25.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>100</b>	<b>13.85</b>	<b>7.41</b>	<b>6.29</b>	<b>147.2</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Томатное пюре	0.00	0.00	10.80	0.08	1	1	50	2	4	5	0	0.0	0.1
2	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.06	1	0	20	4	2	7	0	0.4	0.1
3	Морковь	0.01	0.01	300.00	0.20	1	4	42	6	8	12	0	1.2	0.0
4	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.05	0.04	1	0	11	2	1	3	0	0.0	0.0
5	Минтай (филе)	0.07	0.08	5.22	3.20	0	26	303	31	42	182	1	130.5	12.2
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	84	0	1	0	0	0	11.4	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	8	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.09</b>	<b>0.09</b>	<b>316.07</b>	<b>3.58</b>	<b>4</b>	<b>115</b>	<b>426</b>	<b>54</b>	<b>57</b>	<b>209</b>	<b>1</b>	<b>143.5</b>	<b>12.4</b>

**Способ обработки:**Тушение

**Технология приготовления:** Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью, петрушкой и добавляют томат-пюре. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на порционные куски под углом 90 градусов. Порционные куски рыбы укладывают в смазанный маслом противень, на рыбу укладывают пассерованные овощи, заливают водой на высоту рыбы, добавляют сахар, соль и запекают до готовности в духовом шкафу (пароконвектомате) - 40-45 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - куски рыбы целые, не развалившиеся; консистенция - сочная; цвет, вкус и запах - соответствуют данному блюду, рыбный с овощами.

## Плов с курицей

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-12м

**Наименование изделия:**Плов с курицей

**Номер рецептуры:**54-12м

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	45.3	45.3	2.98	0.40	30.51	137.5
2	Томатное пюре	10.7	10.7	0.36	0.00	1.15	6.0
3	Лук репчатый	8.4	6.7	0.09	0.01	0.50	2.5
4	Морковь	13.4	10.7	0.13	0.01	0.67	3.3
5	Куриная грудка (филе)	120.6	106.7	23.67	1.78	0.39	112.3
6	Масло подсолнечное	6.7	6.7	0.00	5.89	0.00	53.0
7	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0

8	Вода	181.4	181.4	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>27.23</b>	<b>8.09</b>	<b>33.22</b>	<b>314.6</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Крупа рисовая	0.03	0.01	0.00	1.20	0	4	38	3	20	59	0	0.6	6.0
2	Томатное пюре	0.00	0.00	12.84	0.09	1	1	60	2	4	7	0	0.0	0.1
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	10	2	1	3	0	0.2	0.0
4	Морковь	0.00	0.01	128.40	0.09	0	2	18	3	4	5	0	0.5	0.0
5	Куриная грудка (филе)	0.05	0.06	5.76	6.57	1	49	259	8	80	159	1	6.4	21.4
6	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	235	0	3	0	1	0	32.0	0.0
8	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	56	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.08</b>	<b>0.08</b>	<b>147</b>	<b>7.98</b>	<b>2</b>	<b>291</b>	<b>385</b>	<b>77</b>	<b>109</b>	<b>234</b>	<b>1</b>	<b>39.7</b>	<b>27.5</b>

**Способ обработки:** Тушение

**Технология приготовления:** Рис перебирают и промывают. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением воды и томатного пюре. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 15-20 г, посыпают солью, тушат, добавляют пассерованные или припущенные с томатным пюре морковь и лук. Мясо и овощи заливают водой, доводят до кипения, всыпают перебранный промытый рис и варят до полуготовности. Когда рис впитает всю жидкость, посуду закрывают крышкой, помещают на противень с водой и ставят в жарочный шкаф (пароконвектомат) на 25-40 минут. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки, набухшие; консистенция - мясо мягкое, крупа рассыпчатая; вкус и запах: свойственные плову.

## Рагу из курицы

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-22м

Наименование изделия:Пагу из курицы

Номер рецептуры:54-22м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.1	1.1	0.11	0.01	0.70	3.4
2	Картофель	131.9	91.0	1.71	0.32	13.50	63.7
3	Петрушка (зелень)	3.8	3.0	0.10	0.01	0.21	1.3
4	Томатное пюре	7.0	7.0	0.24	0.00	0.75	4.0
5	Лук репчатый	14.4	11.5	0.15	0.02	0.86	4.2
6	Морковь	23.8	19.0	0.23	0.02	1.19	5.9
7	Куриная грудка (филе)	93.8	83.0	18.41	1.39	0.30	87.3
8	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.27	0.00	47.5
9	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.1
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>20.95</b>	<b>7.04</b>	<b>17.52</b>	<b>217.4</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	1	0	0	1	0	0.0	0.1
2	Картофель	0.08	0.05	1.64	1.31	7	3	429	8	18	46	1	4.5	0.2
3	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	17.10	0.02	2	1	20	6	2	2	0	0.1	0.0
4	Томатное пюре	0.00	0.00	8.40	0.06	1	1	39	1	3	4	0	0.0	0.0
5	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	0	0	17	3	1	6	0	0.3	0.1
6	Морковь	0.01	0.01	228.00	0.15	0	3	32	5	6	9	0	0.9	0.0
7	Куриная грудка (филе)	0.04	0.05	4.48	5.11	1	38	201	6	62	123	1	5.0	16.7
8	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	235	0	3	0	1	0	32.0	0.0
10	Лавровый лист	0.00	0.00	0.06	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0

<b>Итого</b>	<b>0.13</b>	<b>0.11</b>	<b>259.68</b>	<b>6.71</b>	<b>11</b>	<b>281</b>	<b>739</b>	<b>32</b>	<b>92</b>	<b>192</b>	<b>2</b>	<b>42.8</b>	<b>17.1</b>
--------------	-------------	-------------	---------------	-------------	-----------	------------	------------	-----------	-----------	------------	----------	-------------	-------------

**Способ обработки:**Тушение

**Технология приготовления:** Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Петрушку (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 30-35 г., посыпают солью, заливают горячей водой в количестве 20-30% от массы набора продуктов, добавляют пассерованное томатное пюре и тушат 20 мин. Бульон, оставшийся после тушения, сливают и приготавливают на нем соус, которым заливают тушеные кусочки мяса, добавляют нарезанные кусочками картофель, морковь, лук, соль, петрушку и тушат 20-25 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - мясо вместе с соусом и гарниром уложены в баранчик, овощи сохранили форму нарезки; консистенция - сочная, мягкая; вкус и запах - свойственные тушеному мясу птицы, томата и овощей.

## Капуста тушеная с мясом

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-10м

**Наименование изделия:**Капуста тушеная с мясом

**Номер рецептуры:**54-10м

**Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор:**Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.6	1.6	0.16	0.02	1.02	4.9
2	Лук репчатый	13.4	10.7	0.14	0.02	0.80	3.9
3	Морковь	6.6	5.3	0.06	0.00	0.33	1.6
4	Томатное пюре	8.0	8.0	0.27	0.00	0.86	4.5

5	Капуста белокочанная	191.0	152.8	2.59	0.13	6.54	37.7
6	Говядина 1 категории	120.6	106.7	18.66	15.02	0.00	209.8
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.08	6.38	0.12	58.2
8	Масло подсолнечное	0.5	0.5	0.00	0.44	0.00	4.0
9	Сахар-песок	4.0	4.0	0.00	0.00	3.63	14.5
10	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
11	Лавровый лист	0.1	0.1	0.01	0.01	0.04	0.3
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>21.97</b>	<b>22.02</b>	<b>13.34</b>	<b>339.4</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	2	0	0	1	0	0.0	0.1
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	16	3	1	5	0	0.3	0.0
3	Морковь	0.00	0.00	63.60	0.04	0	1	9	1	2	3	0	0.3	0.0
4	Томатное пюре	0.00	0.00	9.60	0.07	1	1	44	1	3	5	0	0.0	0.0
5	Капуста белокочанная	0.03	0.05	2.75	0.86	28	15	380	65	21	41	1	4.6	0.4
6	Говядина 1 категории	0.05	0.13	0.00	7.00	0	53	289	8	20	175	3	7.7	0.0
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	27.00	0.02	0	1	2	2	0	3	0	0.0	0.1
8	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	235	0	3	0	1	0	32.0	0.0
11	Лавровый лист	0.00	0.00	0.19	0.00	0	0	0	1	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.08</b>	<b>0.19</b>	<b>103.14</b>	<b>8.05</b>	<b>29</b>	<b>306</b>	<b>742</b>	<b>84</b>	<b>47</b>	<b>234</b>	<b>4</b>	<b>44.9</b>	<b>0.6</b>

**Способ обработки:** Тушение

**Технология приготовления:** Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту шинкуют тонкой соломкой (1,5 x 15 мм) с помощью овощерезательной машины. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением томатного пюре, пассерованной на подсолнечном масле муки. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на кусочки по 20-30 г, соединяют с припущенными овощами, добавляют воду (из расчета 30 г на порцию), соль, лавровый лист и тушат 20-25 минут. Затем к мясу с овощами добавляют капусту и тушат до готовности. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

## Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - мясо нарезано кубиками (20-30 г) кусочки мяса целые, консистенция: мяса и капусты - мягкая, нежная; вкус и запах: тушеного мяса, овощей и капусты.

## Биточек из курицы

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-23м

Наименование изделия: Биточек из курицы

Номер рецептуры: 54-23м

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Хлеб пшеничный	9.3	9.3	0.66	0.07	4.16	19.9
2	Сухари панировочные	8.3	8.3	0.87	0.10	5.10	24.8
3	Куриная грудка (филе)	63.3	56.0	12.42	0.94	0.20	58.9
4	Молоко 2.5% м.д.ж	12.9	12.9	0.35	0.28	0.56	6.2
5	Масло подсолнечное	2.1	2.1	0.00	1.85	0.00	16.6
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	8.5	8.5	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>		<b>75</b>	<b>75</b>	<b>14.3</b>	<b>3.24</b>	<b>10.02</b>	<b>126.4</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.16	0	35	7	2	1	5	0	0.3	0.5
2	Сухари панировочные	0.01	0.01	0.00	0.29	0	34	13	2	3	9	0	0.0	1.8
3	Куриная грудка (филе)	0.03	0.03	3.02	3.45	0	26	136	4	42	83	1	3.4	11.2
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.02	1.70	0.08	0	5	16	14	2	10	0	1.2	0.2

5	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	3	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.05</b>	<b>0.06</b>	<b>4.72</b>	<b>3.98</b>	<b>0</b>	<b>159</b>	<b>172</b>	<b>26</b>	<b>48</b>	<b>107</b>	<b>1</b>	<b>12.9</b>	<b>13.7</b>

**Способ обработки:** Запекание

**Технология приготовления:** Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с пшеничным черствым хлебом без корок, замоченным в воде с молоком, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют биточки кругло-приплюснутой формы шириной 2-2,5 см. Изделие панируют в сухарях и выкладывают на противень, смазанный сливочным маслом, запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250-280 градусов Цельсия 25-30 минут. Готовность блюда определяют по появлению воздушных пузырьков на поверхности, затем проверяют на разрезе по появлению бесцветного сока. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - изделие сохраняет форму, запанировано тонким слоем, без трещин, покрыто румяной корочкой; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: куриного мяса.

## Тефтели рыбные (минтай)

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-21р

**Наименование изделия:** Тефтели рыбные (минтай)

**Номер рецептуры:** 54-21р

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Хлеб пшеничный	11.2	11.2	0.80	0.08	5.01	24.0
2	Мука пшеничная высший сорт	6.7	6.7	0.68	0.08	4.26	20.5

3	Лук репчатый	14.0	11.2	0.15	0.02	0.84	4.1
4	Минтай (филе)	61.0	54.0	8.07	0.43	0.00	36.1
5	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.27	0.00	47.5
6	Яйцо куриное	5.3	4.8	0.57	0.49	0.03	6.8
7	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Вода	16.8	16.8	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>		<b>80</b>	<b>10.27</b>	<b>6.37</b>	<b>10.14</b>	<b>139</b>	

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.20	0	42	9	2	1	6	0	0.4	0.6
2	Мука пшеничная высший сорт	0.01	0.00	0.00	0.06	0	0	7	1	1	5	0	0.1	0.4
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	16	3	1	6	0	0.3	0.0
4	Минтай (филе)	0.04	0.05	3.24	1.99	0	16	188	19	26	113	0	81.0	7.6
5	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Яйцо куриное	0.00	0.02	7.49	0.14	0	5	6	2	1	8	0	1.0	1.3
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
8	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	5	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.06</b>	<b>0.07</b>	<b>10.73</b>	<b>2.43</b>	<b>0</b>	<b>151</b>	<b>226</b>	<b>33</b>	<b>30</b>	<b>138</b>	<b>0</b>	<b>94.8</b>	<b>9.9</b>

**Способ обработки:** Тушение

**Технология приготовления:** Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. Обработанные яйца взбивают. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, измельчают, бланшируют. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой, очищают от кожи и нарезают на кусочки массой 50-100 г., измельчают на мясорубке двукратно - первый раз без добавления хлеба, второй раз с бланшированным репчатым луком и замоченным в воде или молоке пшеничным хлебом, добавляют яйца, соль. Массу хорошо перемешивают, выбивают и формируют по 15-20 гр., панируют в муке, запекают в духовом шкафу на масле 5-7 минут, затем заливают соусом белым основным из расчета 20 гр. на 1 порцию (технологическая карта - 54-2соус-2020), добавляют воду (10% от массы соуса) и тушат 10-15 мин. При отпуске тефтели поливают соусом, в котором они тушились. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, сочная; вкус и запах - рыбный.

# Какао с молоком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21гн

Наименование изделия: Какао с молоком

Номер рецептуры: 54-21гн

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

## Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	130.0	130.0	3.54	2.86	5.68	62.6
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Какао-порошок	5.0	5.0	1.14	0.66	0.46	12.4
4	Вода	80.0	80.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>4.68</b>	<b>3.52</b>	<b>12.5</b>	<b>100.4</b>

## Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.16	17.16	0.83	1	49	158	137	16	102	0	11.7	2.3
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Какао-порошок	0.00	0.01	0.09	0.27	0	0	63	6	18	28	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	25	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.04</b>	<b>0.17</b>	<b>17.25</b>	<b>1.1</b>	<b>1</b>	<b>49</b>	<b>221</b>	<b>168</b>	<b>34</b>	<b>130</b>	<b>1</b>	<b>11.7</b>	<b>2.3</b>

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Какао-порошок 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. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные какао с сахаром.

## Чай со смородиной и сахаром

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-6гн

**Наименование изделия:** Чай со смородиной и сахаром

**Номер рецептуры:** 54-6гн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Смородина черная	12.8	12.0	0.11	0.04	0.80	4.0
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	185.0	185.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.3</b>	<b>0.08</b>	<b>7.22</b>	<b>30.8</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Смородина черная	0.00	0.00	1.22	0.03	10	3	35	4	3	3	0	0.1	0.1
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	57	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.01</b>	<b>1.52</b>	<b>0.12</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>56</b>	<b>65</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>0.1</b>	<b>0.1</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от

предусмотренного) добавляют ягоды и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

### Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

## Чай с сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2гн

Наименование изделия: Чай с сахаром

Номер рецептуры: 54-2гн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
2	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
3	Вода	200.0	200.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.19</b>	<b>0.04</b>	<b>6.42</b>	<b>26.8</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
2	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	62	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.01</b>	<b>0.3</b>	<b>0.09</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>21</b>	<b>66</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Способ обработки: Варка

**Технология приготовления:** Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут, затем процеживают и добавляют оставшийся объем кипятка, сахар. Чай разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром.

## Чай с клюквой и сахаром

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-10гн

**Наименование изделия:** Чай с клюквой и сахаром

**Номер рецептуры:** 54-10гн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Клюква	12.8	12.0	0.06	0.02	0.40	2.0
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
4	Вода	185.0	185.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.25</b>	<b>0.06</b>	<b>6.82</b>	<b>28.8</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Клюква	0.00	0.00	0.00	0.02	1	0	12	1	2	1	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	57	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0.01</b>	<b>0.3</b>	<b>0.11</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>33</b>	<b>62</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Ягоды (свежемороженые или свежие) перебирают, удаляют плодоножки, моют кипяченой водой. Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют ягоды и сахар, доводят до кипения, добавляют предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус и запах - свойственные чаю с ягодами.

## Чай с медом

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-11гн

**Наименование изделия:** Чай с медом

**Номер рецептуры:** 54-11гн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мед пчелиный	10.0	10.0	0.08	0.00	7.31	29.5
2	Чай черный байховый	1.0	1.0	0.19	0.04	0.06	1.4
3	Вода	200.0	200.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.27</b>	<b>0.04</b>	<b>7.37</b>	<b>30.9</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мед пчелиный	0.00	0.00	0.00	0.03	0	1	3	1	0	2	0	0.2	0.0
2	Чай черный байховый	0.00	0.01	0.30	0.09	0	1	21	4	4	7	1	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	62	0	0	0	0.0	0.0

<b>Итого</b>	<b>0</b>	<b>0.01</b>	<b>0.3</b>	<b>0.12</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>24</b>	<b>67</b>	<b>4</b>	<b>9</b>	<b>1</b>	<b>0.2</b>	<b>0</b>
--------------	----------	-------------	------------	-------------	----------	----------	-----------	-----------	----------	----------	----------	------------	----------

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Заварку заливают кипятком в объеме 50% от объема, предусмотренного технологической картой, настаивают 5-10 минут. В кипящую воду (в объеме 50% от предусмотренного) добавляют мед и предварительно процеженный заваренный чай. Разливают по стаканам. Температуры подачи: не менее 75 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус и запах - свойственные чаю с медом.

## Компот из брусники

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-11хн

**Наименование изделия:** Компот из брусники

**Номер рецептуры:** 54-11хн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Брусника	21.4	20.0	0.13	0.09	1.49	7.3
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	203.0	203.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.13</b>	<b>0.09</b>	<b>7.85</b>	<b>32.7</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Брусника	0.00	0.00	0.96	0.05	1	1	15	4	1	3	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0

3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	63	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0.96</b>	<b>0.05</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>15</b>	<b>67</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам. Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.

## Кисель из апельсинов

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-20хн

**Наименование изделия:** Кисель из апельсинов

**Номер рецептуры:** 54-20хн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Апельсин	73.5	50.0	0.42	0.09	3.69	17.2
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Крахмал картофельный	6.0	6.0	0.01	0.00	4.27	17.1
4	Вода	160.0	160.0	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Кислота лимонная	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.43</b>	<b>0.09</b>	<b>14.32</b>	<b>59.7</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	Р, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Апельсин	0.02	0.01	4.00	0.10	30	7	99	17	7	12	0	1.0	0.2
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Крахмал картофельный	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	1	2	0	5	0	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	56	0	0	0	0.0	0.0
5	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.02</b>	<b>0.01</b>	<b>4</b>	<b>0.1</b>	<b>30</b>	<b>7</b>	<b>100</b>	<b>75</b>	<b>7</b>	<b>17</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>0.2</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Апельсины моют, очищают от кожицы. Удаляют семена, протирают, отжимают сок. Из цедры и оставшейся после отжима мякоти плодов готовят отвар, цедру и мякоть заливают закипевшей водой и оставляют в закрытой посуде на 2 часа, процеживают. К процеженному отвару добавляют сахар, доводят до кипения, вводят крахмал, разведенный в охлажденной кипяченой воде (1 часть крахмала на 5 частей отвара), добавляют отжатый сок, лимонную кислоту и вновь доводят до кипения. Кисель охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет - оранжевый; вкус и запах - апельсиновый.

## Кисель из брусники

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-21хн

**Наименование изделия:** Кисель из брусники

**Номер рецептуры:** 54-21хн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
---	--------------------	------------	-----------	-----------	----------	--------------	--------------------------------

1	Брусника	21.4	20.0	0.13	0.09	1.49	7.3
2	Сахар-песок	10.0	10.0	0.00	0.00	9.08	36.3
3	Крахмал картофельный	6.0	6.0	0.01	0.00	4.27	17.1
4	Вода	190.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.14</b>	<b>0.09</b>	<b>14.84</b>	<b>60.7</b>

#### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Брусника	0.00	0.00	0.96	0.05	1	1	15	4	1	3	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Крахмал картофельный	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	1	2	0	4	0	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	59	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0.96</b>	<b>0.05</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>16</b>	<b>65</b>	<b>1</b>	<b>7</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают. Кисель охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи: 20 градусов С.

#### Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - брусничный.

## Компот из свежих яблок

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-32хн

**Наименование изделия:** Компот из свежих яблок

**Номер рецептуры:** 54-32хн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Яблоко	45.2	40.0	0.15	0.14	3.57	16.1
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	170.0	170.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.15</b>	<b>0.14</b>	<b>9.93</b>	<b>41.5</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Яблоко	0.01	0.01	1.20	0.10	2	8	92	6	3	4	1	0.8	0.1
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	52	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.01</b>	<b>1.2</b>	<b>0.1</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>92</b>	<b>58</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>0.8</b>	<b>0.1</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Яблоки моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют яблоки, варят при слабом кипении 10-12 минут. Компот охлаждают, разливают по стаканам, предварительно разложив туда яблоки. Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус - кисло-сладкий с ароматом яблок; цвет - светлый.

## Сок вишневый

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** Пром.

**Наименование изделия:** Сок вишневый

**Номер рецептуры:** Пром.

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Продукты промышленного производства, 2020

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сок вишневый	100.0	100.0	0.70	0.20	11.40	50.2
<b>Выход:</b>			<b>100</b>	<b>0.7</b>	<b>0.2</b>	<b>11.4</b>	<b>50.2</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сок вишневый	0.01	0.02	4.80	0.24	3	8	208	15	5	16	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.02</b>	<b>4.8</b>	<b>0.24</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>208</b>	<b>15</b>	<b>5</b>	<b>16</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Способ обработки:Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Продукт пром. производства

Характеристика блюда на выходе:

**Сок виноградный**

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): Пром.

Наименование изделия:Сок виноградный

Номер рецептуры:Пром.

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:Продукты промышленного производства, 2020

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сок виноградный	100.0	100.0	0.30	0.20	16.30	68.2
<b>Выход:</b>			<b>100</b>	<b>0.3</b>	<b>0.2</b>	<b>16.3</b>	<b>68.2</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сок виноградный	0.01	0.01	0.00	0.08	1	12	125	18	8	10	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.01</b>	<b>0</b>	<b>0.08</b>	<b>1</b>	<b>12</b>	<b>125</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Продукт пром. производства

**Характеристика блюда на выходе:**

## Компот из черники

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-10хн

**Наименование изделия:** Компот из черники

**Номер рецептуры:** 54-10хн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Черника	21.4	20.0	0.21	0.11	1.38	7.3
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	203.0	203.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.21</b>	<b>0.11</b>	<b>7.74</b>	<b>32.7</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Черника	0.00	0.00	0.00	0.05	1	1	8	3	1	2	0	2.2	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0

3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	63	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0.05</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>8</b>	<b>66</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>2.2</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют листья, моют. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам. Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус - сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах - свойственные ягодам.

## Компот из смородины

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-7хн

**Наименование изделия:** Компот из смородины

**Номер рецептуры:** 54-7хн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Смородина черная	32.1	30.0	0.28	0.11	1.99	10.0
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	168.0	168.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.28</b>	<b>0.11</b>	<b>8.35</b>	<b>35.4</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Смородина черная	0.01	0.01	3.06	0.07	24	7	87	10	8	9	0	0.3	0.3

2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	52	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.01</b>	<b>3.06</b>	<b>0.07</b>	<b>24</b>	<b>7</b>	<b>87</b>	<b>62</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>0</b>	<b>0.3</b>	<b>0.3</b>

**Способ обработки:** Варка

**Технология приготовления:** Ягоду (свежую или свежемороженую) перебирают, удаляют плодоножки, моют. В горячей воде растворяют сахар, доводят до кипения, добавляют ягоды и проваривают 10-12 минут. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам. Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Вкус, цвет и запах: сладкий, с выраженным вкусом ягод.

## Сок апельсиновый

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** Пром.

**Наименование изделия:** Сок апельсиновый

**Номер рецептуры:** Пром.

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Продукты промышленного производства, 2020

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сок апельсиновый	100.0	100.0	0.70	0.10	13.20	56.5
<b>Выход:</b>			<b>100</b>	<b>0.7</b>	<b>0.1</b>	<b>13.2</b>	<b>56.5</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сок апельсиновый	0.03	0.02	4.80	0.24	16	8	149	16	10	11	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.03</b>	<b>0.02</b>	<b>4.8</b>	<b>0.24</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>149</b>	<b>16</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:**Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Продукт пром. производства

**Характеристика блюда на выходе:**

## Компот из смеси сухофруктов

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-1хн

**Наименование изделия:**Компот из смеси сухофруктов

**Номер рецептуры:**54-1хн

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Смесь сухофруктов	26.8	25.0	0.47	0.00	13.42	55.6
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	190.0	190.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.47</b>	<b>0</b>	<b>19.78</b>	<b>81</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Смесь сухофруктов	0.00	0.00	15.00	0.05	0	0	0	49	2	4	0	0.0	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	59	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>0.05</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>108</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:**Варка

**Технология приготовления:** Сухофрукты перебирают, промывают в теплой воде. Подготовленные сухофрукты закладывают в кипящую воду с сахаром в следующей последовательности: груши варят 1,5-2 часа; яблоки 20-30 минут; урюк 18-20 минут; изюм 5-10 минут. Компот охлаждают, процеживают. Фрукты раскладывают в стаканы, заливают отваром. Температура подачи: 20 градусов С.

**Характеристика блюда на выходе:**

Внешний вид - компот прозрачный; цвет - коричневый; вкус - сладкий; запах и вкус - характерный для компота из сухофруктов.

## Сок яблочный

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** Пром.

**Наименование изделия:** Сок яблочный

**Номер рецептуры:** Пром.

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Продукты промышленного производства, 2020

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сок яблочный	100.0	100.0	0.50	0.10	10.10	43.3
<b>Выход:</b>		<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0.1</b>	<b>10.1</b>	<b>43.3</b>	

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сок яблочный	0.01	0.01	0.00	0.16	1	5	100	6	3	6	1	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.01</b>	<b>0</b>	<b>0.16</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>100</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

**Способ обработки:** Иное (не предусматривает термической обработки)

**Технология приготовления:** Продукт пром. производства

**Характеристика блюда на выходе:**

# Кисель вишни

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-22хн

Наименование изделия: Кисель вишни

Номер рецептуры: 54-22хн

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

## Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Вишня	25.4	24.0	0.18	0.04	2.32	10.4
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Крахмал картофельный	6.0	6.0	0.01	0.00	4.27	17.1
4	Вода	180.0	180.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>200</b>	<b>0.19</b>	<b>0.04</b>	<b>12.95</b>	<b>52.9</b>

## Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	К, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Вишня	0.01	0.01	2.45	0.10	1	4	51	8	5	6	0	0.5	0.0
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Крахмал картофельный	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	1	2	0	4	0	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	55	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.01</b>	<b>2.45</b>	<b>0.1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>52</b>	<b>65</b>	<b>5</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	<b>0.5</b>	<b>0</b>

Способ обработки: Варка

**Технология приготовления:** Ягоды (свежие или свежемороженые) перебирают, освобождают от косточек, промывают, протирают, сок отжимают и процеживают. Мезгу заливают горячей водой (на 1 часть ягоды 5-6 частей воды), проваривают при слабом кипячении 10-15 мин и процеживают. В полученный отвар добавляют сахар, доводят до кипения и при помешивании вливают подготовленный крахмал, вновь доводят до кипения и добавляют отжатый сок. Крахмал разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают. Кисель охлаждают и разливают в стаканы. Температура подачи: 20 градусов С.

## Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кисель полупрозрачный; консистенция - однородная, средней густоты, слегка желеобразная; цвет, вкус и запах - вишневый.

## Сок абрикосовый

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): Пром.

Наименование изделия: Сок абрикосовый

Номер рецептуры: Пром.

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Продукты промышленного производства, 2020

### Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сок абрикосовый	100.0	100.0	0.50	0.00	12.70	52.8
<b>Выход:</b>			<b>100</b>	<b>0.5</b>	<b>0</b>	<b>12.7</b>	<b>52.8</b>

### Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Сок абрикосовый	0.01	0.03	130.20	3.20	2	2	203	18	9	16	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.01</b>	<b>0.03</b>	<b>130.2</b>	<b>3.2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>203</b>	<b>18</b>	<b>9</b>	<b>16</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Продукт пром. производства

## Характеристика блюда на выходе:

## Булочка ванильная

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10в****Наименование изделия:**Булочка ванильная**Номер рецептуры:**54-10в**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:**Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	40.5	40.5	4.11	0.46	25.76	123.7
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.0	5.0	0.04	3.19	0.06	29.1
3	Яйцо куриное	4.0	3.6	0.43	0.36	0.02	5.1
4	Сахар-песок	5.0	5.0	0.00	0.00	4.54	18.2
5	Дрожжи прессованные	0.8	0.8	0.10	0.02	0.06	0.8
6	Соль поваренная йодированная	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	18.0	18.0	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Ванилин	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
<b>Выход:</b>			<b>60</b>	<b>4.68</b>	<b>4.03</b>	<b>30.46</b>	<b>177</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Мука пшеничная высший сорт	0.07	0.02	0.00	0.49	0	1	49	7	6	35	0	0.6	2.4
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	22.50	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
3	Яйцо куриное	0.00	0.02	9.36	0.13	0	5	5	2	0	7	0	0.7	1.1
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Дрожжи прессованные	0.00	0.01	0.00	0.11	0	0	5	0	0	3	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	310	0	3	0	1	0	32.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	6	0	0	0	0.0	0.0
8	Ванилин	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.07</b>	<b>0.06</b>	<b>31.86</b>	<b>0.74</b>	<b>0</b>	<b>317</b>	<b>61</b>	<b>19</b>	<b>6</b>	<b>48</b>	<b>0</b>	<b>33.3</b>	<b>3.6</b>

**Способ обработки:** Запекание

**Технология приготовления:** Из дрожжевого теста формируют шарики массой 70 г., кладут их швом вниз на смазанные маслом листы и ставят в теплое место для расстойки на 30-40 мин. Поверхность шариков смазывают яйцами (1/3 от общей массы) и выпекают 8-10 минут при температуре 230-240 градусов Цельсия.

**Характеристика блюда на выходе:**

Булочка круглой формы, поверхность блестящая, светло-коричневого цвета. Мякиш ровный, хорошо пропечен. Вкус приятный, с ароматом ванилина.

## Булочка школьная

**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-9в

**Наименование изделия:** Булочка школьная

**Номер рецептуры:** 54-9в

**Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор:** Сборник типовых меню и рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) / Новосибирск, 2022 г., 2022

**Пищевые вещества:**

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	49.0	49.0	4.97	0.56	31.17	149.6
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.5	1.5	0.01	0.96	0.02	8.7
3	Масло подсолнечное	0.2	0.2	0.00	0.21	0.00	1.9
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.72	10.9
5	Дрожжи прессованные	1.5	1.5	0.18	0.04	0.12	1.5
6	Соль поваренная йодированная	0.7	0.7	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	24.0	24.0	0.00	0.00	0.00	0.0
<b>Выход:</b>			<b>60</b>	<b>5.16</b>	<b>1.77</b>	<b>34.03</b>	<b>172.6</b>

**Витамины и минеральные вещества**

№	Продукт	B1, мг	B2, мг	A, мкг. рет. экв.	PP, мг.	C, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
---	---------	--------	--------	-------------------	---------	--------	---------	--------	---------	---------	--------	---------	---------	----------

1	Мука пшеничная высший сорт	0.08	0.02	0.00	0.59	0	1	60	9	8	42	1	0.7	2.9
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	6.75	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Масло подсолнечное	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Дрожжи прессованные	0.01	0.01	0.00	0.21	0	0	9	0	1	6	0	0.1	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	271	0	3	0	1	0	28.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	8	0	0	0	0.0	0.0
<b>Итого</b>		<b>0.09</b>	<b>0.03</b>	<b>6.75</b>	<b>0.8</b>	<b>0</b>	<b>272</b>	<b>69</b>	<b>20</b>	<b>9</b>	<b>49</b>	<b>1</b>	<b>28.8</b>	<b>2.9</b>

**Способ обработки:** Запекание

**Технология приготовления:** Из дрожжевого теста формируют шарики, кладут их швом вниз на смазанные маслом листы на расстоянии 10 мм один от другого и ставят в теплое место для расстойки на 40-50 мин. Выпекают в увлажненной камере 21-23 мин при температуре 170-200 градусов Цельсия.

**Характеристика блюда на выходе:**

Форма круглая, без притисков, с гладкой поверхностью. Мякиш хорошо пропечен, пористый. Цвет от золотистого до светло-коричневого. Вкус и запах свойственные свежевыпеченному изделию из дрожжевого теста.