

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ «Савинский ЦО»
_____ О.В.Зырянова

**Примерное десятидневное меню питания детей
муниципального казенного общеобразовательного
учреждения «Савинский центр образования»**

Пояснительная записка
к вариантам единого примерного двухнедельного цикличного меню
для обучающихся 7 — 11 лет в образовательных организациях, расположенных на
территории Тульской области

Во исполнение Перечня мероприятий по организации бесплатного горячего питания обучающихся, получающих начальное общее образование в государственных и муниципальных образовательных организациях, обеспечивающих охват 100 процентов от числа таких обучающихся в указанных образовательных организациях, расположенных на территории Тульской области, утвержденного распоряжением правительства Тульской области от 14.07.2020 № 522-р, с учетом предложений организаторов питания, родительской общественности проведена корректировка единого примерного двухнедельного цикличного меню для обучающихся 7 - 11 лет, утвержденного приказом министерства образования Тульской области от 16.08.2021 № 1044 (далее — меню).

Варианты меню разработаны в соответствии с санитарными правилами и нормами СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», методическими рекомендациями Роспотребнадзора МР 2.3.6.0233-21 «Методические рекомендации к организации общественного питания населения»; ГОСТ 30390-2013 «Услуги общественного питания. Продукция общественного питания, реализуемая населению. Общие технические условия».

При составлении рационов питания использовались рецептуры и технологии приготовления блюд и кулинарных изделий, разработанные с использованием следующих сборников:

сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах - М: Хлебпродинформ, 2004 г.;

сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Нормативная документация для предприятий общественного питания: Учебно – методическое пособие / Сост. А.В. Румянцев -3 - е изд, перераб. И доп.- М.: Издательство Дело и Сервис, 2002;

сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2012;

сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.- М. ДеЛи принт, 2011;

сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации / под редакцией А.Я. Перевалова, Пермь 2013;

сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / под редакцией С.В. Маслова, Москва 2015;

сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций / под ред. В. Р. Кучмы, Москва, 2016;

сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2021 г.;

сборник типовых меню и рецептур блюд для организации питания детей школьного возраста в организациях с круглосуточным режимом пребывания и иными режимами функционирования / Новосибирск, 2020 г.;

сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

В каждой технологической карте предусмотрено описание технологического процесса приготовления питания.

В меню соблюдены требования санитарных правил к пищевой и энергетической ценности, суточной потребности в основных витаминах и микроэлементах, дополнительно витаминизация блюд не проводится.

Замены блюд при организации горячего питания обучающихся в общеобразовательных организациях

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню для детей 7 - 11 лет, 1 вариант

Перечень продуктов, Брутто, г															
№	Продукт	1 неделя						2 неделя						Итого	Среднес уточное значение
		Понедель ник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Понедел ьник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота		
1	апельсин*	-	-	-	150**	-	-	160**	-	-	-	-	-	310	25,83
2	банан*	-	-	-	-	-	-	-	-	170**	-	-	-	170	14,17
3	груша*	-	-	100**	-	-	100**	-	-	-	-	100**	-	300	25
4	лимон	-	7,49	-	-	7,49	-	7,49	-	-	-	7,49	-	29,96	2,5
5	мандарин*	100**	-	-	100**	-	-	-	-	-	-	-	100**	400	33,33
6	яблоко*	120**	-	23,73	45,2	-	120**	56,5	-	100**	-	27,12	45,2	537,75	44,81

*Возможна замена на фрукт или десерт фруктовый (пюре) в ассортименте с учетом повторяемости

**Возможна замена выхода (без уменьшения) с перерасчетом пищевой ценности

Распределение плодов и ягод по дням цикличного меню для детей 7 - 11 лет, 2 вариант

Перечень продуктов, Брутто, г															
№	Продукт	1 неделя						2 неделя						Итого	Среднес уточное значение
		Понедель ник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Понедел ьник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота		
1	апельсин*	-	-	100**	-	-	-	130**	-	-	-	-	100**	330	27,5
2	банан*	-	130**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	130	10,83
3	груша*	-	-	-	-	100**	-	-	-	100**	-	-	-	200	16,67
4	лимон	-	-	-	-	7,49	-	-	8,24	-	-	-	-	15,73	1,31
5	мандарин*	100**	-	-	-	-	100**	-	-	-	-	100**	-	300	25
6	яблоко*	45,2	-	-	170**	18,08	33,9	56,5	-	-	-	-	100**	367,18	30,6

*Возможна замена на фрукт или десерт фруктовый (пюре) в ассортименте с учетом повторяемости

**Возможна замена выхода (без уменьшения) с перерасчетом пищевой ценности

Распределение соков фруктовых по дням цикличного меню для детей 7 - 11 лет, 1 вариант

Перечень продуктов, Брутто, г															
№	Продукт	1 неделя						2 неделя						Итого	Среднесуточное значение
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота		
1	Сок морковный**	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	16,67
2	Сок яблочный*	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	-	-	200	16,67
3	Сок абрикосовый*	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	-	-	200	16,67
4	Сок ананасовый*	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	-	200	16,67
5	Напиток тыквенный**	-	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	16,67

*Возможна замена на нектар или сок в ассортименте

**Возможна замена на нектар или сок овощной в ассортименте

Распределение соков фруктовых по дням цикличного меню для детей 7 - 11 лет, 2 вариант

Перечень продуктов, Брутто, г															
№	Продукт	1 неделя						2 неделя						Итого	Среднесуточное значение
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота		
1	Сок яблочный*	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	-	200	16,67
2	Сок персиковый*	-	-	-	200	-	-	-	-	-	-	-	-	200	16,67
3	Сок абрикосовый*	-	-	-	-	-	-	200	-	-	200	-	-	400	33,33
4	Сок апельсиновый*	-	-	-	-	-	-	-	-	200	-	-	-	200	16,67
5	Морс из брусники**	-	-	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	16,67

*Возможна замена на нектар или сок в ассортименте

**Возможна замена на нектар или сок овощной в ассортименте

Распределение молочной продукции по дням цикличного меню для детей 7 - 11 лет, I вариант

Перечень продуктов, Брутто, г															
№	Продукт	1 неделя						2 неделя						Итого	Среднесуточное значение
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота		
1	молоко сгущенное с сахаром 8,5 % м.д.ж.	-	-	-	20	-	-	-	-	20	-	-	-	40	3,33
2	молоко 3.2% м.д.ж**	-	-	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	200	16,67
3	молоко 2.5% м.д.ж*	74	33	204	153,03	15,48	464	53,6	263	17,6	48	15,48	301,76	1642,95	136,91
4	ряженка 2.5% м.д.ж**	-	-	-	-	200	-	-	-	-	200	-	-	400	33,33
5	ацидофилин 3.2% м.д.ж**	-	-	200	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	16,67
6	йогурт 2.5% м.д.ж**	-	-	-	-	-	-	-	-	200	-	-	-	200	16,67
7	кефир 2.5% м.д.ж**	-	-	-	200	-	-	-	-	-	-	-	200	400	33,33
8	творог 5.0% м.д.ж*	-	-	-	56,03	-	-	-	-	139,5	-	33,33	-	228,86	19,07
9	сыр российский	10,4	-	-	-	-	-	34,53	-	-	17,68	-	-	62,61	5,22
10	сметана 15.0%*	8,19	-	35	13,98	-	-	12,5	12,5	5,18	-	35	-	122,35	10,2
11	масло сливочное 72.5% м.д.ж	14,59	31,59	13,83	7,5	17,75	18,8	44,04	26,8	11,98	23,31	30,89	38,69	279,77	23,31

* Возможна замена по содержанию м.д.ж в сторону увеличения

**Возможна замена на молоко или кисло-молочный продукт с учетом повторяемости

Распределение молочной продукции по дням цикличного меню для детей 7 - 11 лет, 2 вариант

Перечень продуктов, Брутто, г															
№	Продукт	1 неделя						2 неделя						Итого	Среднесуточное значение
		Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота		
1	молоко сгущенное с сахаром 8,5 % м.д.ж.	-	-	-	-	-	20	-	-	-	-	-	-	20	1,67
2	молоко 3.2% м.д.ж**	-	-	-	-	-	-	-	-	-	200	-	-	200	16,67
3	молоко 2.5% м.д.ж*	177,03	261	24	162,2	69,24	100	65	24	15,48	187,7	154,76	73,03	1313,44	109,45
4	ряженка 2.5% м.д.ж**	-	-	-	200	-	-	200	-	-	-	-	-	400	33,33
5	ацидофилин 3.2% м.д.ж**	-	-	-	-	-	200	-	200	-	-	-	-	400	33,33
6	йогурт 2.5% м.д.ж**	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	-	-	200	16,67
7	кефир 2.5% м.д.ж**	-	-	-	-	-	-	-	-	200	-	-	200	400	33,33
8	творог 5.0% м.д.ж*	-	96	-	-	-	139,5	-	40	-	-	-	56,03	331,53	27,63
9	творог 9.0% м.д.ж*	-	-	-	-	-	-	-	66	-	-	-	-	66	5,5
10	сыр российский	-	-	7,09	-	-	-	-	-	-	-	31,2	-	38,29	3,19
11	сметана 15.0%*	25	-	68,75	10	10	5,18	-	64	22,5	13,6	-	63,98	283,01	23,58
12	масло сливочное 72.5% м.д.ж	38,7	37,7	12,68	23,3	13,86	15,68	21,66	25,3	17,56	13,05	19,14	26,43	265,06	22,09

* Возможна замена по содержанию м.д.ж в сторону увеличения

**Возможна замена на молоко или кисло-молочный продукт с учетом повторяемости

Технологические карты блюд и кулинарных изделий для цикличного меню (1-4 классы, I вариант)

Сборники рецептов, которые были использованы в меню:

Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

Сборник типовых меню и рецептов блюд для организации питания детей школьного возраста в организациях с круглосуточным режимом пребывания и иными режимами функционирования / Новосибирск, 2020 г.

Список блюд (всего 74):

Салат из моркови и яблок

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-113-2020

Наименование изделия: Салат из моркови и яблок

Номер рецептуры: 54-113-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюда типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	53.4	42.7	0.56	0.04	2.95	14.4
2	Яблоко	23.7	21.0	0.08	0.08	2.06	9.3
3	Масло подсолнечное	7.0	7.0	0.00	6.99	0.00	62.9
4	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			70	0.64	7.11	5.01	86.6

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	0.03	0.03	854.00	0.43	2	9	85	12	16	23	0	2.1	0.0
2	Яблоко	0.01	0.00	1.05	0.06	2	5	58	3	2	2	0	0.4	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	90	0	1	0	0	0	9.3	0.0
Итого		0.04	0.03	855.05	0.49	4	104	143	16	18	25	0	11.8	0.1

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.

Салат из белокочанной капусты

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-7з-2020

Наименование изделия: Салат из белокочанной капусты

Номер рецептуры: 54-7з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	7.5	6.0	0.08	0.01	0.41	2.0
2	Капуста белокочанная	93.8	75.0	1.35	0.08	3.53	20.2
3	Лук репчатый	7.5	6.0	0.08	0.01	0.49	2.4
4	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.99	0.00	53.9
5	Сахар-песок	1.8	1.8	0.00	0.00	1.80	7.2
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
Выход:			60	1.51	6.09	6.24	85.7

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	Морковь	0.00	0.00	120.00	0.06	0	1	12	2	2	3	0	0.3	0.0
2	Капуста белокочанная	0.02	0.03	2.25	0.52	34	10	225	36	12	23	0	2.2	0.2
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	1	0	11	2	1	3	0	0.2	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	77	0	1	0	0	0	8.0	0.0
7	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.02	0.03	122.25	0.61	35	88	248	41	15	29	0	10.7	0.2

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 кипяченой 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.

Свекла отварная дольками

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-283-2020

Наименование изделия: Свекла отварная дольками

Номер рецептуры: 54-283-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Свекла	81.8	65.4	0.92	0.06	5.24	25.2
2	Вода	200.0	200.0	0.00	0.00	0.00	0.0
3	Кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			60	0.92	0.06	5.24	25.2

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	0.78	0.10	3	23	156	21	13	24	1	4.6	0.4
2	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	62	0	0	0	0.0	0.0
3	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.02	0.78	0.1	3	23	156	83	13	24	1	4.6	0.4

Способ обработки: варка

Технология приготовления. Свеклу перебирают, промывают проточной водой. Заливают небольшим количеством горячей воды, добавляют лимонную кислоту для сохранения окраски, варят до готовности при закрытой крышке. Нарезают дольками. Свеклу допускается отваривать в кожуре и очищать после готовности, после чего нарезать на дольки. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - дольки овощей одинаковые, не разварившиеся, сохранили форму; цвет - темно-вишневый; вкус и запах - свойственные свекле.

Салат из свеклы отварной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-133-2020

Наименование изделия: Салат из свеклы отварной

Номер рецептуры: 54-13з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюда типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Свекла	71.2	57.0	0.80	0.05	4.56	21.9
2	Масло подсолнечное	3.0	3.0	0.00	2.64	0.00	23.7
3	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			60	0.8	2.69	4.56	45.6

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	0.68	0.09	2	20	136	19	11	21	1	4.0	0.4
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	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
Итого		0.01	0.02	0.68	0.09	2	79	136	20	11	21	1	12	0.4

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.

Винегрет с растительным маслом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-16з-2020

Наименование изделия: Винегрет с растительным маслом

Номер рецептуры: 54-16з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	23.9	17.6	0.33	0.06	2.61	12.3
2	Свекла	15.0	12.0	0.17	0.01	0.96	4.6
3	Огурец соленый	30.0	24.0	0.18	0.02	0.37	2.4
4	Лук репчатый	15.0	12.0	0.16	0.02	0.90	4.4
5	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5

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
Выход:			80	0.94	7.15	5.34	89.5

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	Свекла	0.00	0.00	0.14	0.02	0	4	29	4	2	4	0	0.8	0.1
3	Огурец соленый	0.00	0.00	0.72	0.04	0	203	28	5	3	5	0	0.0	0.0
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	0	0	17	3	1	6	0	0.4	0.1
5	Морковь	0.00	0.00	96.00	0.06	0	1	13	2	3	4	0	0.4	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
Итого		0.02	0.01	97.18	0.42	1	268	170	17	13	28	0	10.5	0.2

Способ обработки: варка

Технология приготовления: Свеклу перебирают, промывают проточной водой, обрезают, 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.

Масло сливочное (порциями)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 53-193-2020

Наименование изделия: Масло сливочное (порциями)

Номер рецептуры: 53-193-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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	20.0	20.0	0.16	14.50	0.26	132.2
Выход:			20	0.16	14.5	0.26	132.2

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	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.02	90.00	0.04	0	3	6	5	0	6	0	0.0	0.2
Итого		0	0.02	90	0.04	0	3	6	5	0	6	0	0	0.2

Способ обработки: иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Масло нарезают на кусочки. Перед раздачей порционированное масло хранят в холодильнике. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

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

Салат из свежих помидоров и огурцов

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-5з-2020

Наименование изделия: Салат из свежих помидоров и огурцов

Номер рецептуры: 54-5з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лук зеленый	8.1	7.2	0.09	0.01	0.23	1.4
2	Огурец	23.7	21.0	0.17	0.02	0.53	3.0
3	Томат	32.5	28.8	0.32	0.06	1.09	6.2
4	Масло подсолнечное	3.0	3.0	0.00	3.00	0.00	27.0
5	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			60	0.58	3.09	1.85	37.6

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	23.98	0.04	2	1	19	7	1	2	0	0.1	0.0
2	Огурец	0.01	0.01	2.10	0.04	2	2	30	5	3	9	0	0.6	0.1
3	Томат	0.02	0.01	38.30	0.20	7	1	84	4	6	7	0	0.6	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	77	0	1	0	0	0	8.0	0.0
Итого		0.03	0.03	64.38	0.28	11	81	133	17	10	18	0	9.3	0.2

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 моркови и чернослива

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-173-2020

Наименование изделия: Салат из моркови и чернослива

Номер рецептуры: 54-173-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	93.8	75.0	0.98	0.08	5.18	25.3
2	Чернослив	26.8	25.0	0.57	0.17	14.38	61.4
3	Сахар-песок	2.0	2.0	0.00	0.00	2.00	8.0
Выход:			100	1.55	0.25	21.56	94.7

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	Морковь	0.04	0.05	1500.00	0.75	4	16	150	20	29	41	1	3.8	0.1
2	Чернослив	0.01	0.03	2.50	0.43	1	3	216	20	26	21	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
Итого		0.05	0.08	1502.5	1.18	5	19	366	40	55	62	2	3.9	0.2

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.

Сыр твердых сортов в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13-2020

Наименование изделия: Сыр твердых сортов в нарезке

Номер рецептуры: 54-13-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сыр российский	10.4	10.0	2.32	2.95	0.00	35.8
Выход:			10	2.32	2.95	0	35.8

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	Сыр российский	0.00	0.03	26.00	0.03	0	81	9	88	4	50	0	0.0	1.4
Итого		0	0.03	26	0.03	0	81	9	88	4	50	0	0	1.4

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.

Салат из белокочанной капусты с морковью

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-83-2020

Наименование изделия: Салат из белокочанной капусты с морковью

Номер рецептуры: 54-83-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	7.5	6.0	0.08	0.01	0.41	2.0
2	Капуста белокочанная	63.0	50.4	0.91	0.05	2.37	13.6
3	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.99	0.00	53.9
4	Сахар-песок	3.0	3.0	0.00	0.00	2.99	12.0
5	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	3.0	3.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
Выход:			60	0.99	6.05	5.78	81.5

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	0.00	0.00	120.00	0.06	0	1	12	2	2	3	0	0.3	0.0
2	Капуста белокочанная	0.02	0.02	1.51	0.35	23	7	151	24	8	16	0	1.5	0.2
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	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	77	0	1	0	0	0	8.0	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
Итого		0.02	0.02	121.51	0.41	23	85	163	28	10	19	0	9.8	0.2

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 х 15 мм) с помощью овощерезательной машины. 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 (2 на 15 мм). Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают. В капусту и морковь добавляют соль и перетирают деревянным пестиком до выделения сока. Затем заправляют сахаром, раствором лимонной кислоты, растительным маслом, хорошо 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.

Огурец в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-23-2020

Наименование изделия: Огурец в нарезке

Номер рецептуры: 54-23-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Огурец	75.0	60.0	0.48	0.06	1.50	8.5
Выход:			60	0.48	0.06	1.5	8.5

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	0.02	6.00	0.12	6	5	85	14	8	25	0	1.8	0.2
Итого		0.02	0.02	6	0.12	6	5	85	14	8	25	0	1.8	0.2

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.

Помидор в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3з-2020

Наименование изделия: Помидор в нарезке

Номер рецептуры: 54-3з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томат	67.8	60.0	0.66	0.12	2.28	12.8
Выход:			60	0.66	0.12	2.28	12.8

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	0.04	0.02	79.80	0.42	15	2	174	8	12	16	1	1.2	0.2
Итого		0.04	0.02	79.8	0.42	15	2	174	8	12	16	1	1.2	0.2

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.

Икра морковная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-12з-2020

Наименование изделия: Икра морковная

Номер рецептуры: 54-12з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г., 2022

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	93.8	75.0	0.92	0.07	4.71	23.1
2	Томатное пюре	28.0	28.0	0.95	0.00	3.01	15.8
3	Лук репчатый	22.5	18.0	0.24	0.03	1.34	6.6
4	Масло подсолнечное	8.0	8.0	0.00	7.03	0.00	63.3
5	Сахар-песок	1.2	1.2	0.00	0.00	1.06	4.2
6	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Кислота лимонная	0.5	0.5	0.01	0.00	0.02	0.1
Выход:			100	2.12	7.13	10.14	113.1

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	0.03	0.04	900.00	0.60	2	12	125	18	25	36	0	3.8	0.1
2	Томатное пюре	0.01	0.01	33.60	0.25	3	2	156	5	11	17	0	0.0	0.2
3	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.07	1	1	26	5	2	9	0	0.5	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	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	98	0	1	0	0	0	13.3	0.0
7	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.01	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.05	0.05	933.61	0.92	6	113	308	30	38	62	0	17.6	0.4

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Морковь перебирают, промывают проточной водой, отваривают, очищают от кожицы, пропускают через мясорубку (для готовой продукции). Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют и пассеруют с добавлением масла подсолнечного, в конце пассерования добавляют томатное пюре. Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают.

Морковь соединяют с пассерованным луком, добавляют соль, раствор лимонной кислоты, сахар, прогревают и охлаждают. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - густая, однородная; цвет - морковно-оранжевый; вкус и запах - соответствует продуктам, входящим в блюдо.

Щи из свежей капусты со сметаной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1с-2020

Наименование изделия: Щи из свежей капусты со сметаной

Номер рецептуры: 54-1с-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	2.5	2.5	0.25	0.03	1.59	7.6
2	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
3	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
4	Петрушка (корень)	0.6	0.5	0.01	0.00	0.05	0.2
5	Томатное пюре	1.5	1.5	0.05	0.00	0.16	0.8
6	Капуста белокочанная	87.5	70.0	1.18	0.06	2.99	17.3
7	Сметана 15.0%	12.5	12.5	0.31	1.65	0.41	17.7
8	Масло подсолнечное	5.0	5.0	0.00	4.40	0.00	39.6
9	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
11	Бульон	200.0	200.0	3.76	0.88	0.55	25.1
Выход:			250	5.81	7.05	7.15	115.2

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	3	0	0	2	0	0.0	0.1
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
3	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
4	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.01	0.01	0	0	1	0	0	0	0	0.0	0.0
5	Томатное пюре	0.00	0.00	1.80	0.01	0	0	8	0	1	1	0	0.0	0.0
6	Капуста белокочанная	0.02	0.02	1.26	0.39	13	7	174	30	10	19	0	2.1	0.2
7	Сметана 15.0%	0.00	0.01	8.03	0.06	0	4	12	10	1	7	0	1.1	0.0
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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
10	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
11	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.02	0.04	131.19	0.61	13	123	230	46	16	39	0	19	0.3

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

Суп картофельный с рыбой (треска)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21с-2020

Наименование изделия: Суп картофельный с рыбой (треска)

Номер рецептуры: 54-21с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	174.4	112.5	2.11	0.40	16.69	78.8
2	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
3	Петрушка (зелень)	2.2	1.8	0.06	0.01	0.12	0.8
4	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
5	Треска (филе)	60.7	53.8	8.08	0.28	0.00	34.9
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	3.8	3.8	0.03	2.39	0.04	21.8
7	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
9	Вода	175.0	175.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			250	10.53	3.11	18.25	143.2

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	0.10	0.06	2.02	1.62	9	4	530	10	23	57	1	5.6	0.3
2	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
3	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	9.98	0.01	1	0	12	4	1	1	0	0.1	0.0
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
5	Треска (филе)	0.03	0.03	3.22	0.99	0	22	152	12	14	98	0	72.6	10.8
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	10.12	0.01	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
8	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	54	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.13	0.1	145.43	2.75	10	138	727	87	42	167	1	94.1	11.1

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. Петрушку (зелень) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, затем пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на порционные куски. В кипящую воду кладут картофель, доводят до кипения, затем добавляют морковь, лук, зелень и куски рыбного филе. 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, овощи сохранили форму; консистенция – овощей и рыбы - мягкая, овощи сохранили форму; цвет: бульона - светлый; вкусы запах - рыбы и овощей.

Каша жидкая молочная гречневая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-20к-2020

Наименование изделия: Каша жидкая молочная гречневая

Номер рецептуры: 54-20к-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			200	7.15	5.76	26.71	187.3

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
Итого		0.15	0.18	23.93	2.81	0	331	237	132	78	176	2	49.9	3.6

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.

Борщ с капустой и картофелем со сметаной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2с-2020

Наименование изделия: Борщ с капустой и картофелем со сметаной

Номер рецептуры: 54-2с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	27.2	20.0	0.38	0.07	2.97	14.0
2	Капуста белокочанная	25.0	20.0	0.34	0.02	0.86	4.9
3	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
4	Морковь	15.6	12.5	0.15	0.01	0.78	3.8
5	Петрушка (корень)	0.6	0.5	0.01	0.00	0.05	0.2
6	Свекла	50.0	40.0	0.56	0.04	3.20	15.4
7	Томатное пюре	7.5	7.5	0.25	0.00	0.81	4.2
8	Сметана 15.0%	12.5	12.5	0.31	1.65	0.41	17.7
9	Масло подсолнечное	5.0	5.0	0.00	4.40	0.00	39.6
10	Сахар-песок	2.5	2.5	0.00	0.00	2.27	9.1
11	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
12	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
13	Бульон	200.0	200.0	3.76	0.88	0.55	25.1
14	Кислота лимонная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.01	0.1
Выход:			250	5.89	7.09	12.68	137.9

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	0.02	0.01	0.36	0.29	2	1	94	2	4	10	0	1.0	0.0
2	Капуста белокочанная	0.00	0.01	0.36	0.11	4	2	50	8	3	5	0	0.6	0.1
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
4	Морковь	0.01	0.01	150.00	0.10	0	2	21	3	4	6	0	0.6	0.0

5	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.01	0.01	0	0	1	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Свекла	0.01	0.01	0.48	0.06	2	14	96	13	8	15	0	2.8	0.2
7	Томатное пюре	0.00	0.00	9.00	0.07	1	1	42	1	3	5	0	0.0	0.0
8	Сметана 15.0%	0.00	0.01	8.03	0.06	0	4	12	10	1	7	0	1.1	0.0
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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
12	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
13	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
14	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.05	168.33	0.74	9	134	331	41	24	53	0	21.4	0.3

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. Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, 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 нашинкованную капусту, доводят до кипения, варят 10 мин., затем закладывают картофель, вареную свеклу, коренья, пассерованный лук с морковью, томатное пюре, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности борщ заправляют солью, сахаром, лимонной кислотой. 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:

Внешний вид - на поверхности блески жира светло-желтого цвета, овощи аккуратно нашинкованы, нарезка сохранилась; вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

Суп картофельный с макаронными изделиями

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-24с-2020

Наименование изделия: Суп картофельный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 54-24с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта	10.0	10.0	1.03	0.11	6.42	30.8
2	Картофель	116.2	75.0	1.41	0.26	11.12	52.5
3	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1

4	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
5	Масло подсолнечное	1.8	1.8	0.00	1.54	0.00	13.8
6	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
8	Бульон	175.0	175.0	3.29	0.77	0.48	22.0
Выход:		250	5.98	2.71	19.42	126	

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	0.01	0.00	0.00	0.23	0	0	10	2	1	8	0	0.2	0.0
2	Картофель	0.06	0.04	1.35	1.08	6	3	354	7	15	38	1	3.8	0.2
3	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.05	121.44	1.43	6	115	396	15	20	56	1	19.8	0.2

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 (иливоду) 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 гречневой крупой

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-17к-2020

Наименование изделия: Суп молочный с гречневой крупой

Номер рецептуры: 54-17к-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа гречневая ядрица	16.0	16.0	1.90	0.46	8.31	45.0
2	Молоко 2.5% м.д.ж	140.0	140.0	3.82	3.08	6.12	67.4
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	2.0	2.0	0.02	1.28	0.02	11.6
4	Сахар-песок	1.6	1.6	0.00	0.00	1.45	5.8
5	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	60.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	5.74	4.82	15.9	129.8

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	0.05	0.03	0.19	0.92	0	0	50	3	28	41	1	0.5	0.8
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.04	0.17	18.48	0.90	1	53	170	148	17	110	0	12.6	2.5
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	5.40	0.00	0	0	0	0	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	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	18	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.09	0.2	24.07	1.82	1	112	220	170	45	152	1	21.1	3.3

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Крупу варят в подсоленной воде 10-15 минут до полуготовности, затем добавляют горячее молоко, растопленное сливочное масло, сахар, соль и варят до готовности. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - крупа хорошо набухла, но не разварилась; консистенция, цвет, вкус и запах соответствуют наименованию супа.

Суп картофельный с макаронными изделиями

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-7с-2020

Наименование изделия: Суп картофельный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 54-7с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта	10.0	10.0	1.03	0.11	6.42	30.8
2	Картофель	136.0	100.0	1.88	0.35	14.83	70.0
3	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
4	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
5	Масло подсолнечное	2.5	2.5	0.00	2.20	0.00	19.8
6	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
8	Бульон	175.0	175.0	3.29	0.77	0.48	22.0
Выход:			250	6.45	3.46	23.13	149.5

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	Макаронные изделия высшего сорта	0.01	0.00	0.00	0.23	0	0	10	2	1	8	0	0.2	0.0
2	Картофель	0.09	0.06	1.80	1.44	8	4	471	9	20	50	1	5.0	0.2
3	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.1	0.07	121.89	1.79	8	116	513	17	25	68	1	21	0.2

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 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 крестьянский с крупой (крупа перловая)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10с-2020

Наименование изделия: Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)

Номер рецептуры: 54-10с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа перловая	8.0	8.0	0.70	0.08	4.87	23.0
2	Картофель	27.2	20.0	0.38	0.07	2.97	14.0
3	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
4	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
5	Капуста белокочанная	30.0	24.0	0.41	0.02	1.03	5.9
6	Сметана 15.0%	10.0	10.0	0.24	1.32	0.33	14.2
7	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6
8	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
10	Бульон	170.0	170.0	3.20	0.75	0.46	21.4
Выход:			200	5.14	5.78	10.78	115.6

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 перловая	0.01	0.00	0.00	0.24	0	1	11	3	3	22	0	0.0	2.7
2	Картофель	0.02	0.01	0.36	0.29	2	1	94	2	4	10	0	1.0	0.0
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
4	Морковь	0.00	0.00	96.00	0.06	0	1	13	2	3	4	0	0.4	0.0
5	Капуста белокочанная	0.01	0.01	0.43	0.13	4	2	60	10	3	6	0	0.7	0.1
6	Сметана 15.0%	0.00	0.01	6.42	0.05	0	3	10	8	1	5	0	0.9	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	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.07	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.03	103.28	0.8	6	96	200	28	15	51	0	15.2	2.8

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 перловую перебирают, промывают, несколько раз меняя воду. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной

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 гороховый

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-25с-2020

Наименование изделия: Суп гороховый

Номер рецептуры: 54-25с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горох	20.0	20.0	3.85	0.35	9.01	54.6
2	Картофель	77.5	50.0	0.94	0.18	7.42	35.0
3	Морковь	15.6	12.5	0.15	0.01	0.78	3.8
4	Петрушка (корень)	3.1	2.5	0.04	0.01	0.23	1.2
5	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
6	Масло подсолнечное	2.5	2.5	0.00	2.20	0.00	19.8
7	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
9	Бульон	162.5	162.5	3.05	0.71	0.44	20.4
Выход:			250	8.16	3.48	18.65	138.6

Витамины и минеральные вещества

[illegible]

9	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.17	0.06	151.26	1.93	4	119	424	32	34	95	1	19.4	2.4

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.

Суп гороховый

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-8с-2020

Наименование изделия: Суп гороховый

Номер рецептуры: 54-8с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горох	20.0	20.0	3.85	0.35	9.01	54.6
2	Картофель	85.0	62.5	1.17	0.22	9.27	43.8
3	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
4	Петрушка (корень)	3.1	2.5	0.04	0.01	0.23	1.2
5	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
6	Масло подсолнечное	5.0	5.0	0.00	4.40	0.00	39.6
7	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
9	Бульон	162.5	162.5	3.05	0.71	0.44	20.4
Выход:			250	8.36	5.72	20.35	166.5

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	0.12	0.02	0.24	1.04	0	5	145	20	19	57	1	1.0	2.3
2	Картофель	0.05	0.04	1.12	0.90	5	2	295	6	13	32	0	3.1	0.1
3	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0

4	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.03	0.03	0	0	7	1	0	2	0	0.0	0.0
5	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
8	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.17	0.07	121.48	2.09	5	119	479	33	36	101	1	19.9	2.4

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 и запах -свойственные гороху.

Каша жидкая молочная рисовая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-25.1к-2020

Наименование изделия: Каша жидкая молочная рисовая

Номер рецептуры: 54-25.1к-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			200	5.28	5.42	28.66	184.5

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
Итого		0.05	0.15	26.38	1.58	1	342	170	149	27	134	0	51	6.2

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. Температура подачи: не менее 65 градусовС.

Каша вязкая молочная пшенная**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-6к-2020**

Наименование изделия: Каша вязкая молочная пшенная

Номер рецептуры: 54-6к-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа пшенная	50.0	50.0	5.40	1.45	30.26	155.7
2	Молоко 2.5% м.д.ж	104.0	104.0	2.84	2.29	4.54	50.1
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	52.0	52.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	8.32	10.12	37.64	274.9

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	0.15	0.02	0.90	1.84	0	4	88	12	36	101	1	2.2	1.2
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.12	13.73	0.67	1	40	126	110	13	81	0	9.4	1.8
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	16	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.18	0.15	41.63	2.53	1	339	216	143	49	186	1	51.6	3.1

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают сначала теплой водой (40°-50° С), затем горячей водой (60°-70° С), пшено после промывания ошпаривают. В кипящую воду с молоком добавляют соль, сахар и доводят до кипения, затем всыпают подготовленную крупу и варят кашу при слабом кипении. 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 мягкая, однородная; консистенция - мягкая, однородная; цвет - желтоватый; вкус и запах - соответствуют наименованию каши.

Рассольник Ленинградский

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3с-2020

Наименование изделия: Рассольник Ленинградский

Номер рецептуры: 54-3с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	5.0	5.0	0.33	0.04	3.37	15.2
2	Картофель	102.0	75.0	1.41	0.26	11.12	52.5
3	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
4	Огурец соленый	18.8	15.0	0.11	0.01	0.23	1.5
5	Лук репчатый	12.5	10.0	0.13	0.02	0.75	3.7
6	Сметана 15.0%	12.5	12.5	0.31	1.65	0.41	17.7
7	Масло подсолнечное	5.0	5.0	0.00	4.40	0.00	39.6
8	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.1	0.1	0.00	0.00	0.02	0.1
10	Бульон	187.5	187.5	3.52	0.82	0.51	23.6
Выход:			250	5.93	7.21	17.04	157

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	0.00	0.00	0.00	0.13	0	0	4	0	2	7	0	0.1	0.7
2	Картофель	0.06	0.04	1.35	1.08	6	3	354	7	15	38	1	3.8	0.2
3	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
4	Огурец соленый	0.00	0.00	0.45	0.02	0	127	18	3	2	3	0	0.0	0.0
5	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
6	Сметана 15.0%	0.00	0.01	8.03	0.06	0	4	12	10	1	7	0	1.1	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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.09	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.06	129.92	1.41	6	246	420	26	24	65	1	20.8	0.9

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.

Омлет с зеленым горошком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2о-2020

Наименование изделия: Омлет с зеленым горошком

Номер рецептуры: 54-2о-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горошек зеленый консервированный	55.4	35.8	1.04	0.06	2.12	13.2
2	Молоко 2.5% м.д.ж	74.0	74.0	2.02	1.63	3.23	35.7

3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.2	6.2	0.05	3.93	0.07	35.9
4	Яйцо куриное	81.4	74.0	8.83	7.49	0.47	104.6
5	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:		185	11.94	13.11	5.89	189.4	

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	Горошек зеленый консервированный	0.03	0.01	10.73	0.20	1	98	29	6	7	19	0	0.0	0.4
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.02	0.09	9.77	0.47	0	28	90	78	9	58	0	6.7	1.3
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	16.65	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
4	Яйцо куриное	0.04	0.26	115.44	2.13	0	75	86	36	8	124	2	14.8	20.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	145	0	2	0	0	0	19.7	0.0
Итого		0.09	0.37	152.59	2.81	1	347	207	123	24	203	2	41.2	21.8

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Зеленый горошек консервированный доводят до кипения в отваре при открытой крышке, отвар сливают, горошек охлаждают и вводят в яичную массу. Затем яичную массу выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки. Омлет можно варить на пару 25-30 мин. Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена, горошек распределен равномерно; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Запеканка из творога с морковью

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2т-2020

Наименование изделия: Запеканка из творога с морковью

Номер рецептуры: 54-2т-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	4.0	4.0	0.42	0.05	2.44	11.9

2	Крупа манная	15.0	15.0	1.45	0.13	9.64	45.5
3	Морковь	117.5	94.0	1.15	0.08	5.90	28.9
4	Молоко 2.5% м.д.ж	23.0	23.0	0.63	0.51	1.01	11.1
5	Творог 5.0% м.д.ж	56.0	56.0	11.06	2.47	1.53	72.5
6	Сметана 15.0%	4.0	4.0	0.10	0.52	0.13	5.6
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	7.5	7.5	0.06	4.78	0.09	43.6
8	Яйцо куриное	6.6	6.0	0.72	0.61	0.04	8.5
9	Сахар-песок	6.0	6.0	0.00	0.00	5.45	21.8
10	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:		150	15.59	9.15	26.23	249.4	

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	Сухари панировочные	0.01	0.00	0.00	0.14	0	16	6	1	2	4	0	0.0	0.9
2	Крупа манная	0.02	0.00	0.00	0.36	0	0	16	3	2	11	0	0.0	0.0
3	Морковь	0.04	0.05	1127.70	0.75	2	15	156	22	31	45	1	4.7	0.1
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.03	3.04	0.15	0	9	28	24	3	18	0	2.1	0.4
5	Творог 5.0% м.д.ж	0.02	0.12	11.09	1.75	0	17	52	81	11	107	0	5.0	14.8
6	Сметана 15.0%	0.00	0.00	2.55	0.02	0	1	4	3	0	2	0	0.4	0.0
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	20.25	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
8	Яйцо куриное	0.00	0.02	9.36	0.17	0	6	7	3	1	10	0	1.2	1.6
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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
Итого		0.1	0.23	1173.99	3.35	2	175	271	140	50	199	1	28.4	17.9

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Творог перетирают. Морковь перебирают, промывают, нарезают соломкой, припускают со сливочным маслом (1/3 общего количества) в молоке. В конце припускания постепенно всыпают манную крупу и варят при помешивании 10-15 мин, затем охлаждают до температуры 40-50 градусов Цельсия и вводят протертый творог, сырые яйца, сахар, соль. Смесь перемешивают и выкладывают на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями, слоем 3,0 см. Поверхность запеканки разравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия до образования легкой корочки, затем в жарочном шкафу с температурой 160-180 градусов Цельсия (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, имеет неглубокую корочку, консистенция - творог и морковь - мягкие; цвет - корочка золотистая, на разрезе - розовато-белая; вкус и запах - входящих в состав продуктов.

Запеканка из творога

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1т-2020

Наименование изделия: Запеканка из творога

Номер рецептуры: 54-1т-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	5.2	5.2	0.54	0.06	3.18	15.5
2	Крупа манная	9.7	9.7	0.94	0.09	6.22	29.4
3	Творог 5.0% м.д.ж	139.5	139.5	27.54	6.14	3.81	180.6
4	Сметана 15.0%	5.2	5.2	0.13	0.68	0.17	7.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.2	5.2	0.04	3.30	0.06	30.1
6	Яйцо куриное	4.4	4.0	0.47	0.40	0.03	5.6
7	Сахар-песок	9.0	9.0	0.00	0.00	8.17	32.7
8	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	36.0	36.0	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Ванилин	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.0
Выход:			150	29.66	10.67	21.65	301.2

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	Сухари панировочные	0.01	0.00	0.00	0.18	0	21	8	1	2	6	0	0.0	1.1
2	Крупа манная	0.01	0.00	0.00	0.23	0	0	10	2	2	7	0	0.0	0.0
3	Творог 5.0% м.д.ж	0.04	0.29	27.62	4.35	0	43	130	201	28	267	0	12.6	36.8
4	Сметана 15.0%	0.00	0.00	3.32	0.02	0	2	5	4	0	3	0	0.5	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.97	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
6	Яйцо куриное	0.00	0.01	6.20	0.11	0	4	5	2	0	7	0	0.8	1.1
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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	11	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
Итого		0.06	0.3	51.11	4.9	0	181	159	223	32	291	0	28.9	39

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.

Омлет с сыром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4о-2020

Наименование изделия: Омлет с сыром

Номер рецептуры: 54-4о-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	53.6	53.6	1.46	1.18	2.34	25.8
2	Сыр российский	34.5	33.2	7.24	8.62	0.00	106.5
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.7	10.7	0.08	6.83	0.13	62.3
4	Яйцо куриное	94.3	85.7	10.23	8.67	0.55	121.2
5	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	19.01	25.3	3.02	315.8

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	Молоко 2.5% м.д.ж	0.02	0.06	7.08	0.34	0	20	65	57	7	42	0	4.8	0.9
2	Сыр российский	0.01	0.08	51.79	0.08	0	204	24	257	10	144	0	0.0	4.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	28.89	0.02	0	1	3	2	0	3	0	0.0	0.1
4	Яйцо куриное	0.04	0.30	133.69	2.47	0	87	100	41	9	143	2	17.1	23.2
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	132	0	1	0	0	0	18.0	0.0
Итого		0.07	0.45	221.45	2.91	0	444	192	358	26	332	2	39.9	28.4

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия, натирают на терке. Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, добавляют тертый сыр, перемешивают и взбивают до образования пены, затем выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки. Омлет можно варить на пару 25-30 мин. Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Яйцо вареное

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-6о-2020

Наименование изделия: Яйцо вареное

Номер рецептуры: 54-6о-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Яйцо куриное	44.0	40.0	4.78	4.05	0.25	56.6
Выход:			40	4.78	4.05	0.25	56.6

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	Яйцо куриное	0.02	0.14	62.40	1.15	0	41	46	19	4	67	1	8.0	10.8
Итого		0.02	0.14	62.4	1.15	0	41	46	19	4	67	1	8	10.8

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Яйца обрабатывают, погружают в кипящую подсоленную воду и варят вкрутую 8-10 мин с момента закипания. После варки яйца погружают в холодную воду.

Температура подачи: 16 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - овальной формы, без трещин на поверхности; вкус свежего вареного яйца, приятный.

Каша гречневая рассыпчатая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4г-2020

Наименование изделия: Каша гречневая рассыпчатая

Номер рецептуры: 54-4г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			150	8.22	6.34	35.93	233.7

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
Итого		0.21	0.12	19.19	3.98	0	150	220	46	120	181	4	22.3	3.6

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 100° 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.

Рис отварной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-6г-2020

Наименование изделия: Рис отварной

Номер рецептуры: 54-6г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	54.0	54.0	3.55	0.48	36.36	163.9
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	324.0	324.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	3.6	4.82	36.44	203.5

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	0.02	0.00	1.43	0	5	45	4	23	70	0	0.8	7.2

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	100	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.03	18.36	1.44	0	153	47	107	23	72	0	20.8	7.3

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают в теплой воде несколько раз меняя воду. Подготовленную крупу всыпают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают воде стечь.

Рис перекладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют горячим сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия 5-7 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, не деформированные, не слипшиеся; консистенция - мягкая; вкус: не допускается вкус подгорелой каши; запах: не допускается запах подгорелой каши.

Картофельное пюре

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11г-2020

Наименование изделия: Картофельное пюре

Номер рецептуры: 54-11г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	171.4	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
Выход:			150	3.07	5.31	19.82	139.4

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
Итого		0.12	0.11	23.8	1.97	10	162	625	39	28	85	1	28.5	0.8

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 протирающую 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.

Картофель отварной в молоке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10г-2020

Наименование изделия: Картофель отварной в молоке

Номер рецептуры: 54-10г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	7.5	7.5	0.76	0.09	4.77	22.9
2	Картофель	181.6	133.5	2.51	0.47	19.80	93.5
3	Молоко 2.5% м.д.ж	45.0	45.0	1.23	0.99	1.97	21.7
4	Масло подсолнечное	4.5	4.5	0.00	3.96	0.00	35.6
5	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	4.5	5.51	26.54	173.7

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	0.07	0	0	8	1	1	6	0	0.1	0.4
2	Картофель	0.12	0.07	2.40	1.92	11	5	629	12	27	67	1	6.7	0.3
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.05	5.94	0.29	0	17	55	48	5	35	0	4.0	0.8
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	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
Итого		0.14	0.12	8.34	2.28	11	169	692	63	33	108	1	30.8	1.5

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают дольками или крупными кубиками, заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до полуготовности. Затем отвар сливают, добавляют горячее молоко (35 г.), варят до готовности. Для приготовления мучной пассеровки необходимо всыпать муку в предварительно растопленное масло и пассеровать при температуре 120 градусов С до приобретения светло-желтого цвета.

Разведенную молоком холодную мучную пассеровку добавляют в картофель, и, помешивая, доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – форма нарезки картофеля должна сохраниться; консистенция - рыхлая, картофель частично разварен; вкус и запах - отварного картофеля и кипяченого молока.

Макаронны отварные

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1г-2020

Наименование изделия: Макароны отварные

Номер рецептуры: 54-1г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			150	5.32	4.92	32.8	196.8

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
Итого		0.06	0.03	18.36	1.19	0	149	54	106	7	41	1	20.8	0.1

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Макароны 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 недоваренной 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 градусовС.

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.

Рагу из овощей

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9г-2020

Наименование изделия: Рагу из овощей

Номер рецептуры: 54-9г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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	0.72	3.5
2	Картофель	65.3	48.0	0.90	0.17	7.12	33.6
3	Капуста белокочанная	37.5	30.0	0.51	0.03	1.28	7.4
4	Лук репчатый	15.0	12.0	0.16	0.02	0.90	4.4
5	Морковь	30.0	24.0	0.29	0.02	1.51	7.4
6	Репа	30.0	24.0	0.34	0.02	1.35	7.0
7	Сметана 15.0%	22.5	22.5	0.55	2.97	0.74	31.9
8	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.1	1.1	0.01	0.72	0.01	6.6
9	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6
10	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
11	Вода	24.6	24.6	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	2.87	7.48	13.63	133.4

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	0.04	0.03	0.86	0.69	4	2	226	4	10	24	0	2.4	0.1
3	Капуста белокочанная	0.01	0.01	0.54	0.17	5	3	75	13	4	8	0	0.9	0.1
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	0	0	17	3	1	6	0	0.4	0.1
5	Морковь	0.01	0.01	288.00	0.19	0	4	40	6	8	11	0	1.2	0.0
6	Репа	0.01	0.01	2.45	0.21	2	3	47	10	4	7	0	0.1	0.1
7	Сметана 15.0%	0.00	0.02	14.45	0.11	0	7	22	17	2	12	0	2.0	0.1

8	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	3.05	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Масло подсолнечное	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	150	0	2	0	0	0	20.4	0.0
11	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	8	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.08	309.35	1.43	11	169	428	63	29	69	0	27.4	0.6

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту нарезают шашками, припускают в половине масла, указанного в технологии. Морковь перебирают, промывают, нарезают на кубики, припускают в оставшемся масле. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, измельчают, бланшируют. Репу моют, очищают, нарезают кубиками, затем бланшируют. Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают кубиками, бланшируют. Соус: муку подсушивают при температуре 110-120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов, растирают со сливочным маслом, вливают 1/4 горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшуюся воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения, соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. В подготовленную посуду закладывают припущенную морковь, капусту, бланшированный лук, картофель, репу, заливают сметанным соусом и тушат 15-20 минут, добавляют соль и доводят до готовности.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки овощей одинаковой формы и величины, форма нарезки сохранена, допускается, что часть картофеля разварена; консистенция - мягкая сочная; вкус и запах – соответствуют наименованию блюда.

Каша пшенная рассыпчатая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-12г-2020

Наименование изделия: Каша пшенная рассыпчатая

Номер рецептуры: 54-12г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа пшенная	58.5	58.5	6.32	1.70	35.40	182.2
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	7.5	7.5	0.06	4.78	0.09	43.6
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	103.5	103.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	6.38	6.48	35.49	225.8

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	Крупа пшенная	0.18	0.02	1.05	2.15	0	4	102	14	42	119	1	2.6	1.4

2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	20.25	0.01	0	1	2	2	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	32	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.18	0.03	21.3	2.16	0	152	104	50	42	121	1	22.6	1.5

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, варят 30 минут, после чего воду сливают, добавляют кипящую воду и варят до загустения при слабом кипении. Добавляют половину растопленного масла, перемешивают, закрывают крышкой и уваривают до готовности на водяной бане при температуре 100 градусов Цельсия или в жарочном шкафу при температуре 140 градусов Цельсия, затем взрыхляют, добавляют оставшееся растопленное сливочное масло, проваривают еще 5 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - крупинки легко отделяются друг от друга, полностью проварены, но не деформированы; консистенция - рассыпчатая; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Макаронные изделия с сыром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3г-2020

Наименование изделия: Макароны отварные с сыром

Номер рецептуры: 54-3г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта	50.5	50.5	5.23	0.58	32.43	155.8
2	Сыр российский	17.7	17.0	3.71	4.41	0.00	54.5
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	4.3	4.3	0.03	2.75	0.05	25.1
4	Соль поваренная йодированная	0.6	0.6	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Вода	111.3	111.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			170	8.97	7.74	32.48	235.4

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	Макаронные изделия высшего сорта	0.06	0.02	0.00	1.17	0	1	52	8	7	38	1	0.8	0.0
2	Сыр российский	0.00	0.04	26.52	0.04	0	105	12	132	5	74	0	0.0	2.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	11.63	0.01	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0

4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	167	0	2	0	0	0	22.7	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	34	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.06	38.15	1.22	0	273	65	177	12	113	1	23.5	2.2

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Сыр нарезают на крупные куски, очищают от наружного покрытия, натирают на терке. Макароны 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 не проваренной 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. Перед подачей посыпают сыром. 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 и сыра.

Рис припущенный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-7г-2020

Наименование изделия: Рис припущенный

Номер рецептуры: 54-7г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	51.8	51.8	3.41	0.46	34.88	157.3
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	263.9	263.9	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	3.46	4.8	34.96	196.9

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	0.02	0.00	1.37	0	5	43	4	23	68	0	0.7	6.9
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	81	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.03	18.36	1.38	0	153	45	88	23	70	0	20.7	7

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают в теплой воде несколько раз, меняя воду. Подготовленную крупу всыпают в кипящую подсоленную воду. Варят, периодически помешивая, при слабом кипении до загустения. Затем вводят растопленное сливочное масло и уваривают до готовности на водяной бане или в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия при закрытой крышке 5-7 мин., взрыхляют поварской иглой. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна крупы набухшие, не деформированные, не слипшиеся; консистенция - мягкая; вкус и запах – соответствует наименованию блюда.

Тефтели из говядины с рисом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21м-2020

Наименование изделия: Тефтели из говядины с рисом

Номер рецептуры: 54-21м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	9.0	9.0	0.59	0.08	6.06	27.3
2	Лук репчатый	11.2	9.0	0.12	0.02	0.67	3.3
3	Говядина 1 категории	77.3	68.4	11.96	9.63	0.00	134.5
4	Молоко 2.5% м.д.ж	12.6	12.6	0.34	0.28	0.55	6.1
5	Масло подсолнечное	3.6	3.6	0.00	3.16	0.00	28.5
6	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	13.01	13.17	7.28	199.7

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	0.24	0	1	7	1	4	12	0	0.1	1.2
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	13	2	1	5	0	0.3	0.0
3	Говядина 1 категории	0.03	0.08	0.00	4.49	0	34	185	5	13	112	2	4.9	0.0
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.02	1.66	0.08	0	5	15	13	2	10	0	1.1	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	150	0	2	0	0	0	20.4	0.0
Итого		0.04	0.1	1.66	4.85	0	190	220	23	20	139	2	26.8	1.4

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Рис перебирают и промывают, варят рассыпчатую кашу. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают кубиками бланшируют и пассеруют на масле. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, измельчают на мясорубке дважды. В измельченное мясо добавляют воду,

Характеристика блюда на выходе:

Курица тушеная с морковью

Наименование изделия: Курица тушеная с морковью

Номер рецептури: 54-25м-2020

Пищевые вещества:

Витамины и минеральные вещества

[illegible]

8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	193	0	2	0	0	0	26.3	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	11	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.05	257.68	3.56	0	222	187	31	49	101	1	31.5	10.8

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Мясо птицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах, нарезают порционными кусками, панируют в муке, кладут на предварительно смазанный противень и запекают. Подготовленные овощи нарезают соломкой и припускают. Порционные куски запеченной курицы кладут в сотейник, добавляют подготовленные овощи, немного воды, закрывают крышкой и тушат до полуготовности, затем заливают подготовленным соусом сметанным и доводят до готовности. Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу при температуре 120 градусов С, не допуская изменения ее цвета, охлаждают до 70 градусов С, растирают со сливочным маслом, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы. Затем заливают оставшейся водой и варят до готовности. В конце варки добавляют соль. Горячий процеженный соус соединяют со сметаной, доведенной до кипения, и варят 3-5 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – курица нарезана кубиками, консистенция – курица мягкая, овощи сохранили форму, цвет – курица на разрезе белого цвета, поверхность кусочков – розоватая, цвета соуса, вкус и запах – куриного мяса.

Курица отварная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21м-2020

Наименование изделия: Курица отварная

Номер рецептуры: 54-21м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лук репчатый	4.1	3.6	0.05	0.01	0.27	1.3
2	Петрушка (зелень)	4.1	3.6	0.13	0.01	0.25	1.6
3	Куриная грудка (филе)	146.4	129.6	28.75	2.17	0.47	136.4
4	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Вода	324.0	324.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	28.93	2.19	0.99	139.3

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	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	5	1	0	2	0	0.1	0.0
2	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	20.52	0.02	2	1	24	8	3	3	0	0.2	0.0

3	Куриная грудка (филе)	0.07	0.07	7.00	7.98	1	59	314	9	97	193	2	7.8	26.0
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	132	0	1	0	0	0	18.0	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	100	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.07	27.52	8.01	3	192	343	119	100	198	2	26.1	26

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Мясоптицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах.

Оттаявшее мясо нарезают на куски и кладут в горячую воду, доводят до кипения, затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанную зелень, лук, соль и варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего мясо вынимают из бульона, дают ему остыть и нарубают на порции. Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения и кипятят 5-7 минут. Хранят отварную птицу на мармите не более 2 часов. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – аккуратно нарубленные куски отварной птицы; консистенция: нежная, сочная; цвет - светло-кремовый или серовато-белый; вкус и запах - характерный для отварной птицы, умеренно соленый; консистенция – нежная, мягкая, сочная.

Плов с курицей

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-12м-2020

Наименование изделия: Плов с курицей

Номер рецептуры: 54-12м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	49.8	49.8	3.28	0.44	33.56	151.3
2	Лук репчатый	9.2	7.4	0.10	0.01	0.55	2.7
3	Морковь	14.7	11.8	0.14	0.01	0.74	3.6
4	Томатное пюре	11.8	11.8	0.40	0.00	1.26	6.6
5	Куриная грудка (филе)	132.6	117.4	26.04	1.96	0.43	123.5
6	Масло подсолнечное	7.4	7.4	0.00	6.48	0.00	58.3
7	Соль поваренная йодированная	0.9	0.9	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Вода	199.5	199.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			220	29.96	8.9	36.54	346

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	0.02	0.00	1.32	0	5	41	4	22	65	0	0.7	6.6
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	11	2	1	4	0	0.2	0.0

3	Морковь	0.01	0.01	141.24	0.09	0	2	20	3	4	6	0	0.6	0.0
4	Томатное пюре	0.00	0.00	14.12	0.10	1	1	65	2	5	7	0	0.0	0.1
5	Куриная грудка (филе)	0.06	0.07	6.34	7.23	1	54	284	8	88	175	1	7.0	23.5
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	259	0	3	0	1	0	35.2	0.0
8	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	61	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.1	0.1	161.7	8.77	2	321	421	83	120	258	1	43.7	30.2

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Рис перебирают и промывают. Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, нарезают кубиками. Лук бланшируют и пассеруют вместе с морковью на сливочном масле с добавлением бульона 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, обжаривают, добавляют слегка 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 мин. Отпускают, равномерно распределяя мясо вместе с рисом и овощами. Плов можно готовить без томатного пюре.

Характеристика блюда на выходе:

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

Голубцы ленивые

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3м-2020

Наименование изделия: Голубцы ленивые

Номер рецептуры: 54-3м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	12.0	12.0	0.79	0.11	8.08	36.4
2	Капуста белокочанная	180.0	144.0	2.44	0.13	6.16	35.5
3	Лук репчатый	18.0	14.4	0.19	0.03	1.07	5.3
4	Говядина 1 категории	108.5	96.0	16.78	13.52	0.00	188.8
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	7.2	7.2	0.05	4.59	0.09	41.9
6	Соль поваренная йодированная	0.7	0.7	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	72.0	72.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			240	20.25	18.38	15.4	307.9

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	0.32	0	1	10	1	5	16	0	0.2	1.6
2	Капуста белокочанная	0.03	0.05	2.59	0.81	26	14	359	61	20	39	1	4.3	0.4
3	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.06	1	0	21	4	2	7	0	0.4	0.1
4	Говядина 1 категории	0.04	0.12	0.00	6.30	0	47	260	8	18	157	2	6.9	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	19.44	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	212	0	2	0	0	0	28.8	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	22	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.09	0.18	22.03	7.5	27	275	652	100	45	221	3	40.6	2.2

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Рис промывают, варят рассыпчатую кашу. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют, бланшируют и пассеруют в половинном количестве сливочного масла. 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, припускают в подсоленной кипящей воде до полуготовности, воду сливают. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, подготовленный лук смешивают с рассыпчатым рисом, мясом и капустой. Хорошо вымешивают, формируют порционно, складывают на противень, добавляют воду, сливочное масло и тушат в духовом шкафу (пароконвектомате) 30 минут при температуре 250 градусов Цельсия. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму; консистенция - сочная; вкус и запах -соответствующие тушеному мясу с капустой.

Гуляш из говядины

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2м-2020

Наименование изделия: Гуляш из говядины

Номер рецептуры: 54-2м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	2.8	2.8	0.29	0.03	1.79	8.6
2	Томатное пюре	8.2	8.2	0.28	0.00	0.88	4.6
3	Лук репчатый	13.1	10.5	0.14	0.02	0.78	3.8
4	Говядина 1 категории	94.1	83.2	14.56	11.72	0.00	163.7

5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	4.8	4.8	0.04	3.09	0.06	28.2
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	120.4	120.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:		90	15.31	14.86	3.51	208.9	

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	0.03	0	0	3	0	0	2	0	0.0	0.1
2	Томатное пюре	0.00	0.00	9.86	0.07	1	1	46	1	3	5	0	0.0	0.1
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.04	0	0	15	3	1	5	0	0.3	0.0
4	Говядина 1 категории	0.04	0.10	0.00	5.46	0	41	225	7	16	136	2	6.0	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.06	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	66	0	1	0	0	0	9.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	37	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.1	22.92	5.61	1	109	290	50	20	149	2	15.3	0.2

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют, бланшируют, пассеруют с томатным пюре. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, отваривают до полуготовности, очищают от пленок и соединительной ткани, нарезают кубиками по 20-30 г, заливают горячей водой, добавляют пассерованные лук с томатным пюре, соль и тушат в закрытой посуде около 1 часа. Затем бульон сливают. Муку пассеруют без изменения цвета, разводят охлажденным до 55 градусов Цельсия бульоном, проваривают 7-10 минут. Процеживают. Приготовленным соусом заливают мясо и тушат 15 минут до полной готовности блюда. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус - свойственный тушеному мясу с луком и томатом; запах вареного мяса и овощей.

Капуста тушеная с мясом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10м-2020

Наименование изделия: Капуста тушеная с мясом

Номер рецептуры: 54-10м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.9	1.9	0.19	0.02	1.22	5.9

2	Томатное пюре	9.6	9.6	0.32	0.00	1.03	5.4
3	Капуста белокочанная	229.2	183.4	3.10	0.16	7.84	45.2
4	Лук репчатый	16.1	12.8	0.17	0.02	0.96	4.7
5	Морковь	7.9	6.4	0.08	0.01	0.40	2.0
6	Говядина 1 категории	144.7	128.0	22.39	18.03	0.00	251.8
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	12.0	12.0	0.09	7.66	0.14	69.8
8	Масло подсолнечное	0.6	0.6	0.00	0.53	0.00	4.7
9	Сахар-песок	4.8	4.8	0.00	0.00	4.36	17.4
10	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
11	Лавровый лист	0.1	0.1	0.01	0.01	0.05	0.3
Выход:		240	26.35	26.44	16	407.2	

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	Томатное пюре	0.00	0.00	11.52	0.08	1	1	53	2	4	6	0	0.0	0.1
3	Капуста белокочанная	0.04	0.06	3.30	1.03	33	18	457	77	26	49	1	5.5	0.5
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	1	0	19	4	2	6	0	0.4	0.1
5	Морковь	0.00	0.00	76.32	0.05	0	1	11	2	2	3	0	0.3	0.0
6	Говядина 1 категории	0.06	0.15	0.00	8.40	0	63	346	10	25	209	3	9.2	0.0
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	32.40	0.02	0	1	3	3	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	282	0	3	0	1	0	38.4	0.0
11	Лавровый лист	0.00	0.00	0.22	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.1	0.22	123.76	9.65	35	366	892	102	59	278	4	53.8	0.9

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 припущенным 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 говядины

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-6м-2020

Наименование изделия: Биточек из говядины

Номер рецептуры: 54-6м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд

и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	10.0	10.0	1.05	0.12	6.12	29.8
2	Хлеб пшеничный	17.2	17.2	1.23	0.12	7.68	36.7
3	Говядина 1 категории	87.5	77.4	13.53	10.90	0.00	152.2
4	Молоко 2.5% м.д.ж	20.8	20.8	0.57	0.46	0.91	10.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.4	6.4	0.05	4.06	0.08	37.0
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	16.43	15.66	14.79	265.7

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	Сухари панировочные	0.02	0.01	0.00	0.35	0	40	16	3	4	11	0	0.0	2.2
2	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.30	0	65	13	3	2	10	0	0.5	0.9
3	Говядина 1 категории	0.03	0.09	0.00	5.08	0	38	209	6	15	127	2	5.6	0.0
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.02	2.74	0.13	0	8	25	22	3	16	0	1.9	0.4
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	17.17	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	71	0	1	0	0	0	9.6	0.0
Итого		0.07	0.13	19.91	5.87	0	223	265	36	24	166	2	17.6	3.6

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Мясо 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 молоке, добавляют соль и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют биточки. 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: мяса.

Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11р-2020

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

Номер рецептуры: 54-11р-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	31.2	25.0	0.31	0.02	1.57	7.7
2	Петрушка (корень)	5.0	4.0	0.06	0.02	0.37	1.9
3	Томатное пюре	9.0	9.0	0.30	0.00	0.97	5.1
4	Лук репчатый	17.5	14.0	0.18	0.02	1.04	5.1
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
Выход:			100	13.85	7.41	6.29	147.2

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	0.01	0.01	300.00	0.20	1	4	42	6	8	12	0	1.2	0.0
2	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.05	0.04	1	0	11	2	1	3	0	0.0	0.0
3	Томатное пюре	0.00	0.00	10.80	0.08	1	1	50	2	4	5	0	0.0	0.1
4	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.06	1	0	20	4	2	7	0	0.4	0.1
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
Итого		0.09	0.09	316.07	3.58	4	115	426	54	57	209	1	143.5	12.4

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.

Оладьи из печени по-кунцевски

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-31м-2020

Наименование изделия: Оладьи из печени по-кунцевски

Номер рецептуры: 54-31м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	15.3	15.3	1.55	0.18	9.73	46.7
2	Морковь	12.4	9.9	0.12	0.01	0.62	3.0
3	Печень говяжья	74.9	72.0	12.11	2.34	3.47	83.4
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	9.6	9.6	0.07	6.14	0.11	56.0
5	Яйцо куриное	16.8	15.3	1.83	1.55	0.10	21.6
6	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	15.68	10.22	14.03	210.7

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	0.02	0.00	0.00	0.15	0	0	15	2	2	11	0	0.2	0.8
2	Морковь	0.00	0.01	118.80	0.08	0	2	16	2	3	5	0	0.5	0.0
3	Печень говяжья	0.16	1.26	3614.54	7.49	10	57	166	6	11	197	4	4.5	25.2
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	26.00	0.02	0	1	2	2	0	3	0	0.0	0.1
5	Яйцо куриное	0.01	0.05	23.87	0.44	0	16	18	7	2	26	0	3.1	4.1
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	106	0	1	0	0	0	14.4	0.0
Итого		0.19	1.33	3783.21	8.18	10	182	217	20	18	242	4	22.7	30.2

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой, пассеруют. Печень размораживают, очищают от пленок, пропускают через мясорубку, затем соединяют с пассерованной морковью и вновь пропускают через мясорубку, затем добавляют муку, подготовленные яйца. Порционируют и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 градусов С. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, мягкая; цвет - на разрезе серый.

Котлета из курицы

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-5м-2020

Наименование изделия: Котлета из курицы

Номер рецептуры: 54-5м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	10.0	10.0	1.05	0.12	6.12	29.8
2	Хлеб пшеничный	11.2	11.2	0.80	0.08	5.00	23.9
3	Куриная грудка (филе)	75.9	67.2	14.91	1.12	0.24	70.7
4	Молоко 2.5% м.д.ж	15.5	15.5	0.42	0.34	0.68	7.5
5	Масло подсолнечное	2.5	2.5	0.00	2.22	0.00	19.9
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	10.2	10.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	17.18	3.88	12.04	151.8

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	0.02	0.01	0.00	0.35	0	40	16	3	4	11	0	0.0	2.2
2	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.20	0	42	9	2	1	6	0	0.4	0.6
3	Куриная грудка (филе)	0.03	0.04	3.63	4.14	0	31	163	5	50	100	1	4.0	13.5
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.02	2.04	0.10	0	6	19	16	2	12	0	1.4	0.3
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	71	0	1	0	0	0	9.6	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	3	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.07	5.67	4.79	0	190	207	30	57	129	1	15.4	16.6

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.

Биточек из курицы

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-23м-2020

Наименование изделия: Биточек из курицы

Номер рецептуры: 54-23м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	10.0	10.0	1.05	0.12	6.12	29.8
2	Хлеб пшеничный	11.2	11.2	0.80	0.08	5.00	23.9
3	Куриная грудка (филе)	75.9	67.2	14.91	1.12	0.24	70.7
4	Молоко 2.5% м.д.ж	15.5	15.5	0.42	0.34	0.68	7.5
5	Масло подсолнечное	2.5	2.5	0.00	2.22	0.00	19.9
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	10.2	10.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	17.18	3.88	12.04	151.8

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	Сухари панировочные	0.02	0.01	0.00	0.35	0	40	16	3	4	11	0	0.0	2.2
2	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.20	0	42	9	2	1	6	0	0.4	0.6
3	Куриная грудка (филе)	0.03	0.04	3.63	4.14	0	31	163	5	50	100	1	4.0	13.5
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.02	2.04	0.10	0	6	19	16	2	12	0	1.4	0.3
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	71	0	1	0	0	0	9.6	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	3	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.07	5.67	4.79	0	190	207	30	57	129	1	15.4	16.6

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 из говядины паровые

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-8м-2020

Наименование изделия: Тефтели из говядины паровые

Номер рецептуры: 54-8м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Хлеб пшеничный	11.7	11.7	0.84	0.08	5.24	25.0
2	Лук репчатый	37.1	29.7	0.39	0.05	2.22	10.9
3	Говядина 1 категории	71.2	63.0	11.01	8.87	0.00	123.9
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	2.7	2.7	0.02	1.72	0.03	15.7
5	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	18.0	18.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	12.26	10.72	7.49	175.5

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	0.21	0	44	9	2	1	7	0	0.4	0.6
2	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.12	1	1	43	8	4	15	0	0.9	0.1
3	Говядина 1 категории	0.03	0.08	0.00	4.13	0	31	170	5	12	103	1	4.5	0.0
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	7.29	0.00	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	79	0	1	0	0	0	10.8	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	6	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.05	0.08	7.29	4.46	1	155	223	23	17	126	1	16.6	0.7

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют, бланшируют, пассеруют. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, пропускают через мясорубку, соединяют с предварительно замоченным пшеничным черствым хлебом без корок, добавляют соль, лук и повторно пропускают через мясорубку. Массу перемешивают, формируют тефтели (шарики по 24 г). Изделие выкладывают на смоченную кипяченой водой решетку паровой коробки и готовят на пару 20-25 минут.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, поверхность ровная; консистенция: пышная, на разрезе однородная без отдельных кусочков; вкус и запах: мяса.

Котлета рыбная (треска)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1р-2020

Наименование изделия: Котлета рыбная (треска)

Номер рецептуры: 54-1р-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Хлеб пшеничный	17.1	17.1	1.22	0.12	7.66	36.6
2	Треска (филе)	81.4	72.0	10.83	0.38	0.00	46.7
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.8	1.8	0.01	1.15	0.02	10.5
4	Яйцо куриное	5.9	5.4	0.64	0.55	0.03	7.6
5	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	12.6	12.6	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	12.7	2.2	7.71	101.4

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	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.30	0	65	13	3	2	10	0	0.5	0.9
2	Треска (филе)	0.05	0.04	4.32	1.32	0	30	203	16	19	132	0	97.2	14.5
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	4.86	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Яйцо куриное	0.00	0.02	8.42	0.16	0	5	6	3	1	9	0	1.1	1.5
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	106	0	1	0	0	0	14.4	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	4	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.06	17.6	1.78	0	206	222	27	22	151	0	113.2	16.9

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде температурой не выше +12 градусов Цельсия из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 литр. Размороженную рыбу очищают от кожи, нарезают на куски и измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым пшеничным хлебом, добавляют соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты. Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают до готовности (20-25 минут) в духовом шкафу или пароконвектомате. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, рыхлая, сочная; цвет - белый с сероватым оттенком; вкус и запах -рыбный.

Котлета рыбная любительская (треска)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13р-2020

Наименование изделия: Котлета рыбная любительская (треска)

Номер рецептуры: 54-13р-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Хлеб пшеничный	7.2	7.2	0.51	0.05	3.22	15.4
2	Лук репчатый	9.0	7.2	0.09	0.01	0.54	2.6
3	Морковь	24.5	19.6	0.24	0.02	1.23	6.0
4	Треска (филе)	68.1	60.3	9.07	0.32	0.00	39.1
5	Молоко 2.5% м.д.ж	9.0	9.0	0.25	0.20	0.39	4.3
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	2.7	2.7	0.02	1.72	0.03	15.7
7	Яйцо куриное	12.9	11.7	1.40	1.18	0.07	16.5
8	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	11.58	3.5	5.48	99.6

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	0.13	0	27	6	1	1	4	0	0.2	0.4
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	10	2	1	4	0	0.2	0.0
3	Морковь	0.01	0.01	235.44	0.16	0	3	33	5	6	9	0	1.0	0.0
4	Треска (филе)	0.04	0.03	3.62	1.11	0	25	170	13	16	110	0	81.4	12.2
5	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.01	1.19	0.06	0	3	11	10	1	7	0	0.8	0.2
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	7.29	0.00	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
7	Яйцо куриное	0.01	0.04	18.25	0.34	0	12	14	6	1	20	0	2.3	3.2
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	106	0	1	0	0	0	14.4	0.0
Итого		0.07	0.09	265.79	1.83	0	176	245	39	26	155	0	100.3	16

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов Цельсия из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 литр. Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают и варят в небольшом количестве воды. После варки нарезают мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют.

Размороженную рыбу очищают от кожи, нарезают на куски и измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке пшеничным хлебом, вареной морковью и бланшированным луком. В массу добавляют соль, сырые яйца, все тщательно перемешивают и формируют котлеты. Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают в духовом шкафу или пароконвектомате до готовности (20-25 минут). Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие круглой или яйцевидной приплюснутой формы, без трещин; консистенция - однородная, рыхлая, сочная; цвет - белый с сероватым оттенком; вкус и запах -рыбный.

Соус белый основной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2соус-2020

Наименование изделия: Соус белый основной

Номер рецептуры: 54-2соус-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	2.5	2.5	0.25	0.03	1.59	7.6
2	Лук репчатый	2.5	2.0	0.03	0.00	0.15	0.7
3	Петрушка (корень)	1.9	1.5	0.02	0.01	0.14	0.7
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	2.5	2.5	0.02	1.59	0.03	14.5
5	Соль поваренная йодированная	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Лавровый лист	0.2	0.2	0.02	0.02	0.11	0.7
7	Бульон	55.0	55.0	1.03	0.24	0.15	6.9
Выход:			50	1.37	1.89	2.17	31.1

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	3	0	0	2	0	0.0	0.1
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	3	1	0	1	0	0.1	0.0
3	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.02	0.02	0	0	4	1	0	1	0	0.0	0.0

4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	6.75	0.00	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	4	0	0	0	0	0	0.6	0.0
6	Лавровый лист	0.00	0.00	0.46	0.00	0	0	1	2	0	0	0	0.0	0.0
7	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0	7.23	0.05	0	4	12	5	0	5	0	0.7	0.1

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Петрушку (коренья) промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. В растопленное сливочное масло всыпают просеянную муку и пассеруют при непрерывном помешивании до кремового цвета, не допуская пригорания. В пассерованную муку, охлажденную до 60-70 градусов С, вливают четвертую часть горячего бульона и вымешивают, до образования однородной массы, затем добавляют остывший бульон. В соус добавляют нарезанные петрушку, лук и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют соль, лавровый лист. Затем соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Готовый соус используют для приготовления производных соусов. Если соус используют как самостоятельный, его заправляют кислотой лимонной (1 гр. на 1 литр) и маслом сливочным (70 гр. на 1 литр). Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса без комочков; консистенция - однородная, полужидкая, вязкая; цвет - от белого до светло-кремового; вкус - нежный, насыщенный; запах - запах продуктов, входящих в соус.

Чай с сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2ГН-2020

Наименование изделия: Чай с сахаром

Номер рецептуры: 54-2ГН-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептур блюд для организации питания детей школьного возраста в организациях с круглосуточным режимом пребывания и иными режимами функционирования / Новосибирск, 2020 г.

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
Выход:			200	0.19	0.04	6.42	26.8

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	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
Итого		0	0.01	0.3	0.09	0	1	21	66	4	7	1	0	0

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.

Кофейный напиток с молоком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-23гн-2020

Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком

Номер рецептуры: 54-23гн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	100.0	100.0	2.73	2.20	4.37	48.2
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Кофейный напиток	5.0	5.0	1.14	0.66	0.46	12.4
4	Вода	120.0	120.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	3.87	2.86	11.19	86

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	0.03	0.12	13.20	0.64	1	38	121	106	12	78	0	9.0	1.8
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Кофейный напиток	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	37	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.13	13.29	0.91	1	38	184	149	30	106	1	9	1.8

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Воду доводят до кипения, добавляют кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные кофейному напитку с молоком и сахаром.

Какао с молоком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21гн-2020

Наименование изделия: Какао с молоком

Номер рецептуры: 54-21гн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций /

Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			200	4.68	3.52	12.5	100.4

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
Итого		0.04	0.17	17.25	1.1	1	49	221	168	34	130	1	11.7	2.3

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 с молоком и сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4гн-2020

Наименование изделия: Чай с молоком и сахаром

Номер рецептуры: 54-4гн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	5.0	5.0	0.14	0.11	0.22	2.4
2	Сахар-песок	0.7	0.7	0.00	0.00	0.64	2.5
3	Чай черный байховый	0.1	0.1	0.01	0.00	0.00	0.1
4	Вода	15.0	15.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			20	0.15	0.11	0.86	5

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	0.00	0.01	0.66	0.03	0	2	6	5	1	4	0	0.5	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	0.00	0.01	0.00	0	0	1	0	0	0	0	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	5	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.67	0.03	0	2	7	10	1	4	0	0.5	0.1

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 и горячее кипяченое молоко. Чай разливают по стаканам.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с молоком и сахаром.

Чай с сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2ГН-2020

Наименование изделия: Чай с сахаром

Номер рецептуры: 54-2ГН-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			200	0.19	0.04	6.42	26.8

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
Итого		0	0.01	0.3	0.09	0	1	21	66	4	7	1	0	0

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 лимоном и сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3гн-2020

Наименование изделия: Чай с лимоном и сахаром

Номер рецептуры: 54-3гн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лимон	7.5	7.0	0.06	0.01	0.19	1.1
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	195.0	195.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.25	0.05	6.61	27.9

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	Лимон	0.00	0.00	0.08	0.01	1	1	9	2	1	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	60	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.38	0.1	1	2	30	66	5	8	1	0	0

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 и добавляют подготовленный и нарезанный кружочками лимон. Температура подачи: не менее 75 градусовС.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром и лимоном.

Компот из свежих яблок

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-32хн-2020

Наименование изделия: Компот из свежих яблок

Номер рецептуры: 54-32хн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			200	0.15	0.14	9.93	41.5

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	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
Итого		0.01	0.01	1.2	0.1	2	8	92	58	3	4	1	0.8	0.1

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.

Компот из кураги

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2хн-2020

Наименование изделия: Компот из кураги

Номер рецептуры: 54-2хн-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Курага	21.4	20.0	0.98	0.05	9.28	41.5
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	202.0	202.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.98	0.05	15.64	66.9

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	Курага	0.01	0.03	69.96	0.48	0	3	285	28	18	25	1	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	62	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.03	69.96	0.48	0	3	285	90	18	25	1	0	0

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Для приготовления сахарного сиропа сахар растворяют в горячей воде, доводят воду до кипения. Курагу варят 10-20 минут. Компот охлаждают, процеживают. При отпуске в стакан раскладывают фрукты и заливают отваром. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сухофрукты сохранили форму и залиты прозрачным компотом; цвет - желтоватый; вкус - сладкий с хорошо выраженным привкусом сухофруктов; запах - вареных сухофруктов.

Напиток из шиповника

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13хн-2020

Наименование изделия: Напиток из шиповника

Номер рецептуры: 54-13хн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Шиповник (сухой)	21.4	20.0	0.64	0.25	8.79	39.9
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	230.0	230.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.64	0.25	15.15	65.3

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	Шиповник (сухой)	0.01	0.05	98.04	0.19	80	2	8	11	3	3	1	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	71	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.05	98.04	0.19	80	2	8	82	3	3	1	0	0

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 мин. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Охлаждают, разливают в стаканы. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус: сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах – свойственные шиповнику.

Компот из яблок с лимоном

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-34хн-2020

Наименование изделия: Компот из яблок с лимоном

Номер рецептуры: 54-34хн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лимон	7.5	7.0	0.06	0.01	0.19	1.1
2	Яблоко	56.5	50.0	0.19	0.18	4.46	20.2
3	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
4	Вода	180.0	180.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.25	0.19	11.01	46.7

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	Лимон	0.00	0.00	0.08	0.01	1	1	9	2	1	1	0	0.0	0.0
2	Яблоко	0.01	0.01	1.50	0.12	2	10	115	7	4	5	1	1.0	0.1
3	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	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
Итого		0.01	0.01	1.58	0.13	3	11	124	64	5	6	1	1	0.1

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Яблоки перебирают, моют, удаляют семенные гнезда, нарезают тонкими ломтиками. С лимонов снимают цедру, мякоть нарезают ломиками острым ножом.

Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают. Подготовленные яблоки и цедру заливают горячей водой, варят 10-15 минут и процеживают. В отвар добавляют сахар, доводят до кипения, закладывают лимон, доводят до кипения и варят 2-3 минуты. Компот охлаждают. Готовый компот разливают по стаканам. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус кисло- сладкий с ароматом яблок и лимона, цвет светло-желтый.

Компот из изюма

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4хн-2020

Наименование изделия: Компот из изюма

Номер рецептуры: 54-4хн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Изюм	20.4	20.0	0.43	0.09	11.98	50.4
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	202.0	202.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.43	0.09	18.34	75.8

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	Изюм	0.02	0.01	0.72	0.10	0	18	138	14	7	22	1	0.2	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	62	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.02	0.01	0.72	0.1	0	18	138	76	7	22	1	0.2	0.1

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Изюм перебирают, удаляя плодоножки, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Изюм заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят 10 минут до готовности. Готовый компот разливают по стаканам. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - сладкий, с выраженным привкусом изюма.

Компот из смородины

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-7хн-2020

Наименование изделия: Компот из смородины

Номер рецептуры: 54-7хн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			200	0.28	0.11	8.35	35.4

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	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
Итого		0.01	0.01	3.06	0.07	24	7	87	62	8	9	0	0.3	0.3

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.

Кисель из смородины

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-23хн-2020

Наименование изделия: Кисель из смородины

Номер рецептуры: 54-23хн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Смородина черная	25.7	24.0	0.23	0.08	1.59	8.0
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
Выход:		200	0.24	0.08	12.22	50.5	

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	Смородина черная	0.01	0.01	2.45	0.06	19	6	70	8	6	7	0	0.2	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	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
Итого		0.01	0.01	2.45	0.06	19	6	71	65	6	11	0	0.2	0.2

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 кипении 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 - ягодный.

Компот из смеси сухофруктов

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1хн-2020

Наименование изделия: Компот из смеси сухофруктов

Номер рецептуры: 54-1хн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			200	0.47	0	19.78	81

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
Итого		0	0	15	0.05	0	0	0	108	2	4	0	0	0

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.

Булочка школьная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9в-2020

Наименование изделия: Булочка школьная

Номер рецептуры: 54-9в-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептур блюд для организации питания детей школьного возраста в организациях с круглосуточным режимом пребывания и иными режимами функционирования / Новосибирск, 2020 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	32.7	32.7	3.32	0.37	20.78	99.7
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.0	1.0	0.01	0.64	0.01	5.8
3	Масло подсолнечное	0.2	0.2	0.00	0.14	0.00	1.3
4	Сахар-песок	2.0	2.0	0.00	0.00	1.82	7.3
5	Дрожжи прессованные	1.0	1.0	0.12	0.02	0.08	1.0
6	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	16.0	16.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			40	3.45	1.17	22.69	115.1

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	0.04	0.01	0.00	0.31	0	1	33	5	5	24	0	0.5	1.7
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	2.70	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	0.00	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	137	0	2	0	0	0	18.7	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	5	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.02	2.7	0.42	0	138	38	12	5	27	0	19.2	1.7

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 свежесдобитому изделию из дрожжевого теста.

Кекс "Столичный"

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4в-2020

Наименование изделия: Кекс "Столичный"

Номер рецептуры: 54-4в-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	32.0	32.0	3.25	0.37	20.35	97.7
2	Изюм	19.0	18.7	0.40	0.08	11.17	47.0
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	23.3	23.3	0.18	14.89	0.28	135.8
4	Яйцо куриное	14.7	13.3	1.59	1.35	0.08	18.9
5	Сахар-песок	16.6	16.6	0.00	0.00	15.08	60.3
6	Пудра рафинадная	1.1	1.1	0.00	0.00	0.96	3.9
7	Соль поваренная йодированная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Натрий двууглекислый	0.1	0.1	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	5.42	16.69	47.92	363.6

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	0.04	0.01	0.00	0.31	0	1	32	5	4	24	0	0.5	1.7
2	Изюм	0.02	0.01	0.67	0.09	0	17	129	13	7	21	0	0.1	0.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.02	63.02	0.04	0	3	6	5	0	6	0	0.0	0.2
4	Яйцо куриное	0.01	0.05	20.81	0.38	0	14	16	6	1	22	0	2.7	3.6
5	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Пудра рафинадная	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	29	0	0	0	0	0	4.0	0.0
8	Натрий двууглекислый	0.00	0.00	0.00	0.00	0	21	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.09	84.5	0.82	0	85	183	29	12	73	0	7.3	5.6

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Размягченное сливочное масло взбивают в течение 7-10 мин, добавляют сахар и взбивают еще 5-7 минут, постепенно вливая яйца. К взбитой массе добавляют подготовленный изюм, эссенцию, соду и соль, тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто. Тесто раскладывают в формы, предварительно смазанные маслом или выстланные бумагой, и выпекают при температуре 205-215 градусов в течение 25-30 минут. Выпеченные и охлажденные кексы посыпают рафинадной пудрой.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: кекс прямоугольной или круглой формы, поверхность посыпана рафинадной пудрой, на разрезе виден равномерно распределенный изюм. Консистенция: мякиш плотный. Цвет желтый. Вкус сладкий. Запах свежесдобитого теста, приятный.

Коржик молочный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2в-2020

Наименование изделия: Коржик молочный

Номер рецептуры: 54-2в-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	56.3	56.3	5.72	0.64	35.83	172.0
2	Молоко 2.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.27	0.22	0.44	4.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	13.3	13.3	0.10	8.50	0.16	77.5
4	Яйцо куриное	5.5	5.0	0.60	0.51	0.03	7.1
5	Сахар-песок	17.5	17.5	0.00	0.00	15.89	63.6
6	Ванилин	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1

7	Натрий двууглекислый	0.8	0.8	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	6.69	9.87	52.37	325.1

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	0.54	0	1	57	9	8	42	1	0.8	3.0
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.01	1.32	0.06	0	4	12	11	1	8	0	0.9	0.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	35.98	0.02	0	2	3	3	0	3	0	0.0	0.1
4	Яйцо куриное	0.00	0.02	7.80	0.14	0	5	6	2	1	8	0	1.0	1.4
5	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Ванилин	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Натрий двууглекислый	0.00	0.00	0.00	0.00	0	156	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.06	45.1	0.76	0	168	78	25	10	61	1	2.7	4.7

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Размягченное масло взбивают с сахаром до полного его растворения, добавляют яйца и молоко, растворенные разрыхлитель и ванилин, а затем всыпают муку и замешивают тесто 1-4 минут. Приготовленное тесто раскатывают в виде пласта толщиной 6-7 мм, наносят рисунок рифленой скалкой, вырезают изделия круглой формы диаметром 95 мм, укладывают на листы, смазывают яйцом и выпекают при температуре 200-220 градусов в течение 10-12 минут.

Характеристика блюда на выходе:

Изделия круглой формы с узорчатой поверхностью, края с зубчиками. Цвет светло-желтый. Влажность: не более 14,50%.

Ватрушка творожная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1в-2020

Наименование изделия: Ватрушка творожная

Номер рецептуры: 54-1в-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	13.3	13.3	1.35	0.15	8.48	40.7
2	Творог 5.0% м.д.ж	33.3	33.3	6.58	1.47	0.91	43.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	13.3	13.3	0.10	8.50	0.16	77.6
4	Яйцо куриное	1.9	1.7	0.21	0.18	0.01	2.4
5	Сахар-песок	6.0	6.0	0.00	0.00	5.45	21.8
6	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			50	8.24	10.3	15.01	185.7

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	0.02	0.00	0.00	0.13	0	0	13	2	2	10	0	0.2	0.7
2	Творог 5.0% м.д.ж	0.01	0.07	6.60	1.04	0	10	31	48	7	64	0	3.0	8.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	35.99	0.02	0	2	3	3	0	3	0	0.0	0.1
4	Яйцо куриное	0.00	0.01	2.70	0.05	0	2	2	1	0	3	0	0.3	0.5
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	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
Итого		0.03	0.09	45.29	1.24	0	102	49	55	9	80	0	15.5	10.1

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Масло сливочное взбивают с сахарным песком до однородной пышной массы. Затем добавляют протертый творог, массу перемешивают, всыпают муку. Тесто замешивают в течение 1-2 минут. Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 7-8 мм и формируют двумя разными формочками различного диаметра круглые сочни. Первый слой изделия (большого диаметра) смазывают яйцом, накладывают сверху второй. Сверху делают углубление и заполняют сахарным песком. Выпекают при температуре 220-230 градусов.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид готового изделия: круглой формы, посыпано сахарным песком, золотистого цвета. Вкус приятный сладкий, без посторонних привкусов и запахов. Консистенция мягкая.

Технологические карты блюд и кулинарных изделий для цикличного меню (1-4 классы, 2 вариант)

Сборники рецептов, которые были использованы в меню:

Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций сборник технических нормативов

Сборник типовых меню и рецептов блюд для организации питания детей школьного возраста в организациях с круглосуточным режимом пребывания и иными режимами функционирования /Новосибирск, 2020 г.

Сборник технологических нормативов ,рецептур блюд и кулинарных изделий

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

Список блюд(всего 71):

Салат из моркови и чернослива

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-17з-2020

Наименование изделия: Салат из моркови и чернослива

Номер рецептуры: 54-173-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	56.2	45.0	0.59	0.05	3.11	15.2
2	Чернослив	16.1	15.0	0.34	0.10	8.62	36.8
3	Сахар-песок	1.2	1.2	0.00	0.00	1.20	4.8
Выход:			60	0.93	0.15	12.93	56.8

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	900.00	0.45	2	9	90	12	17	25	0	2.2	0.0
2	Чернослив	0.00	0.01	1.50	0.26	0	2	130	12	15	12	0	0.1	0.0
3	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.04	901.5	0.71	2	11	220	24	32	37	0	2.3	0

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.

Масло сливочное (порциями)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 53-193-2020

Наименование изделия: Масло сливочное (порциями)

Номер рецептуры: 53-193-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			10	0.08	7.25	0.13	66.1

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	Масло сливочное 72.5% М.Д.Ж	0.00	0.01	45.00	0.02	0	2	3	2	0	3	0	0.0	0.1
Итого		0	0.01	45	0.02	0	2	3	2	0	3	0	0	0.1

Способ обработки: Иное (не предусматривает термической обработки)

Технология приготовления: Масло нарезают на кусочки. Перед раздачей порционированное масло хранят в холодильнике. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

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

Горошек зеленый

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-203-2020

Наименование изделия: Горошек зеленый

Номер рецептуры: 54-203-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горошек зеленый консервированный	93.0	60.0	1.75	0.11	3.55	22.1
Выход:			60	1.75	0.11	3.55	22.1

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	Горошек зеленый консерви рованное	0.05	0.02	18.00	0.34	2	164	49	11	11	32	0	0.0	0.7
Итого		0.05	0.02	18	0.34	2	164	49	11	11	32	0	0	0.7

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Зеленый горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку 3-5 минут, отвар сливают. Охлажденный горошек раскладывают на порции. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - зерна сохранили форму; консистенция - зерна мягкие; цвет - характерный для входящих в состав изделия продуктов; вкус и запах - характерный для входящих в состав изделия продуктов, без посторонних привкусов и запахов.

Помидор в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3з-2020

Наименование изделия: Помидор в нарезке

Номер рецептуры: 54-3з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томат	67.8	60.0	0.66	0.12	2.28	12.8
Выход:			60	0.66	0.12	2.28	12.8

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	0.04	0.02	79.80	0.42	15	2	174	8	12	16	1	1.2	0.2
Итого		0.04	0.02	79.8	0.42	15	2	174	8	12	16	1	1.2	0.2

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.

Сыр твердых сортов в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1з-2020

Наименование изделия: Сыр твердых сортов в нарезке

Номер рецептуры: 54-1з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			30	6.96	8.85	0	107.5

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	Сыр российский	0.01	0.09	78.00	0.09	0	243	26	264	11	150	0	0.0	4.3
Итого		0.01	0.09	78	0.09	0	243	26	264	11	150	0	0	4.3

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.

Салат из свеклы отварной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13з-2020

Наименование изделия: Салат из свеклы отварной

Номер рецептуры: 54-13з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Свекла	95.0	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
Выход:			80	1.07	3.59	6.09	60.8

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	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
Итого		0.01	0.02	0.91	0.12	3	105	182	26	15	28	1	16	0.5

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 «Мозаика»

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 94

Наименование изделия: Салат «Мозаика»

Номер рецептуры: 94

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций сборник технических нормативов, 2016

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	37.0	27.2	0.51	0.10	4.03	19.0
2	Горошек зеленый консерв.	9.3	6.0	0.17	0.01	0.35	2.2
3	Морковь	22.6	18.1	0.22	0.02	1.14	5.6
4	Масло подсолнечное	3.6	3.6	0.00	3.16	0.00	28.5
5	Яйцо куриное	6.6	6.0	0.72	0.61	0.04	8.5
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			60	1.62	3.9	5.56	63.8

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	0.02	0.02	0.49	0.39	2	1	128	2	5	14	0	1.4	0.1
2	Горошек зеленый консерв.	0.00	0.00	1.80	0.03	0	16	5	1	1	3	0	0.0	0.1
3	Морковь	0.01	0.01	217.44	0.14	0	3	30	4	6	9	0	0.9	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	Яйцо куриное	0.00	0.02	9.36	0.17	0	6	7	3	1	10	0	1.2	1.6
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	53	0	1	0	0	0	7.2	0.0
Итого		0.03	0.05	229.09	0.73	2	79	170	11	13	36	0	10.7	1.8

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Картофель и морковь закладывают в кипящую воду, варят до готовности, охлаждают. Подготовленные овощи нарезают: картофель и морковь кубиком. Подготовленные яйца мелко рубят. Консервированный горошек зеленый отваривают в собственной заливке в течение 5 минут после закипания. Отвар сливают, продукцию охлаждают. Овощи соединяют с яйцом, добавляют подготовленный горошек, соль, заправляют маслом растительным и перемешивают.

Характеристика блюда на выходе:

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

Салат из моркови и яблок

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-113-2020

Наименование изделия: Салат из моркови и яблок

Номер рецептуры: 54-113-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	76.2	61.0	0.79	0.06	4.21	20.6
2	Яблоко	33.9	30.0	0.12	0.12	2.94	13.3
3	Масло подсолнечное	10.0	10.0	0.00	9.99	0.00	89.9
4	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	0.91	10.17	7.15	123.8

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	0.04	0.04	1220.00	0.61	3	13	122	16	23	34	0	3.1	0.1
2	Яблоко	0.01	0.01	1.50	0.09	3	8	83	5	3	3	1	0.6	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	129	0	1	0	0	0	13.3	0.0
Итого		0.05	0.05	1221.5	0.7	6	150	205	22	26	37	1	17	0.2

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.

Салат из свежих помидоров и огурцов

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-5з-2020

Наименование изделия: Салат из свежих помидоров и огурцов

Номер рецептуры: 54-5з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Огурец	31.6	28.0	0.22	0.03	0.70	3.9
2	Томат	43.4	38.4	0.42	0.08	1.46	8.2
3	Лук зеленый	10.8	9.6	0.12	0.01	0.31	1.8
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
Выход:			80	0.76	4.12	2.47	49.9

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	0.01	2.80	0.06	3	2	39	6	4	12	0	0.8	0.1
2	Томат	0.02	0.02	51.07	0.27	10	1	111	5	8	10	0	0.8	0.2
3	Лук зеленый	0.00	0.01	31.97	0.05	3	1	25	10	2	2	0	0.1	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	103	0	1	0	0	0	10.7	0.0
Итого		0.03	0.04	85.84	0.38	16	107	175	22	14	24	0	12.4	0.3

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.

Винегрет с растительным маслом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-163-2020

Наименование изделия: Винегрет с растительным маслом

Номер рецептуры: 54-163-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	29.9	22.0	0.41	0.08	3.26	15.4
2	Лук репчатый	18.8	15.0	0.20	0.03	1.12	5.5
3	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
4	Свекла	18.8	15.0	0.21	0.01	1.20	5.8
5	Огурец соленый	37.5	30.0	0.23	0.03	0.46	3.0
6	Масло подсолнечное	10.0	10.0	0.00	8.79	0.00	79.1
7	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	1.17	8.95	6.67	111.9

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	0.40	0.32	2	1	104	2	4	11	0	1.1	0.1
2	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.06	1	0	22	4	2	8	0	0.5	0.1
3	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
4	Свекла	0.00	0.00	0.18	0.02	1	5	36	5	3	6	0	1.1	0.1
5	Огурец соленый	0.00	0.00	0.90	0.05	1	253	35	6	4	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	74	0	1	0	0	0	10.0	0.0
Итого		0.03	0.02	121.48	0.53	5	335	214	20	16	36	0	13.2	0.3

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Свеклу перебирают, промывают проточной водой, обрезают, 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 белокочанной капусты с морковью и яблоками

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9з-2020

Наименование изделия: Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками **Номер рецептуры:** 54-9з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			80	1.09	8.12	4.82	96.7

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	0.02	1.37	0.32	21	6	137	22	7	14	0	1.4	0.1
2	Морковь	0.01	0.01	320.00	0.16	1	3	32	4	6	9	0	0.8	0.0
3	Яблоко	0.00	0.00	0.80	0.05	2	4	44	3	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	103	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
Итого		0.02	0.03	322.17	0.53	24	116	213	31	14	25	0	13.2	0.1

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: 14градусов 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.

Икра морковная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-123-2020

Наименование изделия: Икра морковная

Номер рецептуры: 54-123-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Томатное пюре	16.8	16.8	0.57	0.00	1.80	9.5
2	Лук репчатый	13.5	10.8	0.14	0.02	0.81	4.0
3	Морковь	56.2	45.0	0.55	0.04	2.83	13.9
4	Масло подсолнечное	4.8	4.8	0.00	4.22	0.00	38.0

5	Сахар-песок	0.7	0.7	0.00	0.00	0.64	2.5
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Кислота лимонная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.01	0.1
Выход:		60	1.26	4.28	6.09	68	

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	0.01	0.00	20.16	0.15	2	1	93	3	7	10	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	0.02	0.03	540.00	0.36	1	7	75	11	15	22	0	2.2	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	59	0	1	0	0	0	8.0	0.0
7	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.01	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.03	560.17	0.55	3	67	184	18	23	37	0	10.5	0.1

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Морковь перебирают, промывают проточной водой, отваривают, очищают от кожицы, пропускают через мясорубку (для готовой продукции). Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, шинкуют и пассеруют с добавлением масла подсолнечного, в конце пассерования добавляют томатное пюре. Для приготовления 2%-го раствора лимонной кислоты в количестве 100 мл к 98 мл охлажденной кипяченной воды добавляют 2 г лимонной кислоты, раствор перемешивают.

Морковь соединяют с пассерованным луком, добавляют соль, раствор лимонной кислоты, сахар, прогревают и охлаждают. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - густая, однородная; цвет - морковно-оранжевый; вкус и запах - соответствует продуктам, входящим в блюдо.

Салат из свеклы с черносливом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-183-2020

Наименование изделия: Салат из свеклы с черносливом

Номер рецептуры: 54-183-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Свекла	62.2	49.8	0.70	0.04	3.99	19.2
2	Чернослив	7.7	7.2	0.16	0.04	3.77	16.1
3	Масло подсолнечное	3.6	3.6	0.00	3.16	0.00	28.5
Выход:		60	0.86	3.24	7.76	63.8	

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	0.60	0.08	2	17	119	16	10	19	1	3.5	0.3
2	Чернослив	0.00	0.01	0.43	0.10	0	1	52	5	6	5	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
Итого		0.01	0.03	1.03	0.18	2	18	171	21	16	24	1	3.5	0.3

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Чернослив перебирают, промывают в теплой воде, замачивают на 20-30 мин. в горячей воде, удаляют косточки и нарезают кусочками. Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают или запекают в жарочном шкафу до готовности, очищают от кожицы, нарезают тонкой мелкой соломкой. Смешивают чернослив с нарезанной свеклой, добавляют растительное масло. Температура подачи: 14 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - ингредиенты аккуратно нарезаны; консистенция – сочная; вкус, цвет и запах - свойственные свекле и черносливу.

Салат из белокочанной капусты

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-7з-2020

Наименование изделия: Салат из белокочанной капусты

Номер рецептуры: 54-7з-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Капуста белокочанная	93.8	75.0	1.35	0.08	3.53	20.2
2	Лук репчатый	7.5	6.0	0.08	0.01	0.49	2.4
3	Морковь	7.5	6.0	0.08	0.01	0.41	2.0
4	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.99	0.00	53.9
5	Сахар-песок	1.8	1.8	0.00	0.00	1.80	7.2
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Кислота лимонная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.01	0.0
Выход:			60	1.51	6.09	6.24	85.7

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	2.25	0.52	34	10	225	36	12	23	0	2.2	0.2
2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	1	0	11	2	1	3	0	0.2	0.0

3	Морковь	0.00	0.00	120.00	0.06	0	1	12	2	2	3	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	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	77	0	1	0	0	0	8.0	0.0
7	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.02	0.03	122.25	0.61	35	88	248	41	15	29	0	10.7	0.2

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 х 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.

Огурец в нарезке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-23-2020

Наименование изделия: Огурец в нарезке

Номер рецептуры: 54-23-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Огурец	75.0	60.0	0.48	0.06	1.50	8.5
Выход:			60	0.48	0.06	1.5	8.5

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	0.02	6.00	0.12	6	5	85	14	8	25	0	1.8	0.2
Итого		0.02	0.02	6	0.12	6	5	85	14	8	25	0	1.8	0.2

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.

Борщ с капустой и картофелем со сметаной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2с-2020

Наименование изделия: Борщ с капустой и картофелем со сметаной

Номер рецептуры: 54-2с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд

и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	21.8	16.0	0.30	0.06	2.37	11.2
2	Томатное пюре	6.0	6.0	0.20	0.00	0.64	3.4
3	Капуста белокочанная	20.0	16.0	0.27	0.01	0.68	3.9
4	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
5	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
6	Петрушка (корень)	0.5	0.4	0.01	0.00	0.04	0.2
7	Свекла	40.0	32.0	0.45	0.03	2.56	12.3
8	Сметана 15.0%	10.0	10.0	0.24	1.32	0.33	14.2
9	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6
10	Сахар-песок	2.0	2.0	0.00	0.00	1.82	7.3
11	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
12	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
13	Бульон	160.0	160.0	3.01	0.70	0.44	20.1
14	Кислота лимонная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.01	0.1
Выход:			200	4.71	5.66	10.14	110.4

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	0.01	0.01	0.29	0.23	1	1	75	1	3	8	0	0.8	0.0
2	Томатное пюре	0.00	0.00	7.20	0.05	1	0	33	1	2	4	0	0.0	0.0
3	Капуста белокочанная	0.00	0.01	0.29	0.09	3	2	40	7	2	4	0	0.5	0.0
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
5	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
6	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	1	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Свекла	0.00	0.01	0.38	0.05	1	11	76	10	6	12	0	2.2	0.2

8	Сметана 15.0%	0.00	0.01	6.42	0.05	0	3	10	8	1	5	0	0.9	0.0
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	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
12	Лавровый лист	0.00	0.00	0.07	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
13	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
14	Кислота лимонная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.05	134.65	0.58	6	107	264	32	18	42	0	17.1	0.2

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. Свеклу перебирают, промывают проточной водой, отваривают целиком в кожуре, очищают, нарезают соломкой.

Морковь перебирают, промывают, очищают, повторно промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, 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 нашинкованную капусту, доводят до кипения, варят 10 мин., затем закладывают картофель, вареную свеклу, коренья, пассерованный лук с морковью, томатное пюре, варят до готовности овощей. За 5 минут до готовности борщ заправляют солью, сахаром, лимонной кислотой. 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:

Внешний вид - на поверхности блески жира светло-желтого цвета, овощи аккуратно нашинкованы, нарезка сохранилась; вкус - кисло-сладкий; запах - приятный, свойственный вареным овощам.

Суп лапша с курицей

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 155

Наименование изделия: Суп лапша с курицей

Номер рецептуры: 155

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций сборник технических нормативов, 2016

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта, яичные	12.0	12.0	1.27	0.22	7.60	37.5
2	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
3	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
4	Куриная грудка (филе)	33.9	30.0	6.66	0.50	0.11	31.6
5	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.27	0.00	47.5
6	Соль поваренная йодированная	0.6	0.6	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Бульон	190.0	190.0	3.57	0.84	0.52	23.9
Выход:			200	11.71	6.85	9.33	145.9

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, яичные	0.01	0.01	1.30	0.31	0	2	13	3	2	11	0	0.5	0.0
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	Куриная грудка (филе)	0.02	0.02	1.62	1.85	0	14	73	2	22	45	0	1.8	6.0
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	177	0	2	0	0	0	24.0	0.0
7	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.03	98.92	2.25	0	194	111	11	28	64	0	26.9	6

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Подготовленные овощи нарезают: морковь соломкой, лук репчатый мелко рубят. Измельченный лук репчатый и морковь припускают в небольшом количестве воды (часть от рецептурной нормы) с добавлением масла растительного в течение 5-10 минут. В кипящий бульон и/или воду закладывают припущенные овощи и варят 5-8 минут, добавляют макаронные изделия и варят 5-7 минут до готовности. За 5 минут до окончания варки в суп добавляют соль.

Характеристика блюда на выходе:

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

Суп крестьянский с крупой (крупка перловая)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10с-2020

Наименование изделия: Суп крестьянский с крупой (крупка перловая)

Номер рецептуры: 54-10с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупка перловая	8.0	8.0	0.70	0.08	4.87	23.0
2	Картофель	27.2	20.0	0.38	0.07	2.97	14.0
3	Капуста белокочанная	30.0	24.0	0.41	0.02	1.03	5.9
4	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
5	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
6	Сметана 15.0%	10.0	10.0	0.24	1.32	0.33	14.2
7	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6

8	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
10	Бульон	170.0	170.0	3.20	0.75	0.46	21.4
Выход:		200	5.14	5.78	10.78	115.6	

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 перловая	0.01	0.00	0.00	0.24	0	1	11	3	3	22	0	0.0	2.7
2	Картофель	0.02	0.01	0.36	0.29	2	1	94	2	4	10	0	1.0	0.0
3	Капуста белокочанная	0.01	0.01	0.43	0.13	4	2	60	10	3	6	0	0.7	0.1
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
5	Морковь	0.00	0.00	96.00	0.06	0	1	13	2	3	4	0	0.4	0.0
6	Сметана 15.0%	0.00	0.01	6.42	0.05	0	3	10	8	1	5	0	0.9	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	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.07	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.03	103.28	0.8	6	96	200	28	15	51	0	15.2	2.8

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 перловую 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 мин. 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 из овощей

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-17с-2020

Наименование изделия: Суп из овощей

Номер рецептуры: 54-17с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	54.4	40.0	0.75	0.14	5.93	28.0
2	Горошек зеленый консерв.	9.3	6.0	0.17	0.01	0.35	2.2
3	Капуста белокочанная	20.0	16.0	0.27	0.01	0.68	3.9
4	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
5	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
6	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6
7	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Вода	150.0	150.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	1.4	3.7	8.06	71.1

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	0.03	0.02	0.72	0.58	3	2	189	4	8	20	0	2.0	0.1
2	Горошек зеленый консерв.	0.00	0.00	1.80	0.03	0	16	5	1	1	3	0	0.0	0.1
3	Капуста белокочанная	0.00	0.01	0.29	0.09	3	2	40	7	2	4	0	0.5	0.0
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
5	Морковь	0.00	0.00	96.00	0.06	0	1	13	2	3	4	0	0.4	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	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
8	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	46	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.03	98.81	0.79	6	109	259	63	15	35	0	15.1	0.2

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 пассерованный 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

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-25с-2020

Наименование изделия: Суп гороховый

Номер рецептуры: 54-25с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горох	16.0	16.0	3.08	0.28	7.21	43.7
2	Картофель	62.0	40.0	0.75	0.14	5.93	28.0
3	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
4	Морковь	12.5	10.0	0.12	0.01	0.63	3.1
5	Петрушка (корень)	2.5	2.0	0.03	0.01	0.18	0.9
6	Масло подсолнечное	2.0	2.0	0.00	1.76	0.00	15.8
7	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
9	Бульон	130.0	130.0	2.44	0.57	0.35	16.3
Выход:			200	6.53	2.78	14.92	110.8

Витамины и минеральные вещества

№	Продукт	В1, мг	В2, мг	А, мкг. рет. экв.	РР, мг.	С, мг.	Na, мг.	K, мг.	Ca, мг.	Mg, мг.	P, мг.	FE, мг.	I, мкг.	Se, мкг.
1	Горох	0.09	0.02	0.19	0.83	0	4	116	16	15	46	1	0.8	1.8
2	Картофель	0.03	0.02	0.72	0.58	3	2	189	4	8	20	0	2.0	0.1
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
4	Морковь	0.00	0.01	120.00	0.08	0	2	17	2	3	5	0	0.5	0.0
5	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.02	0.02	0	0	6	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	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
8	Лавровый лист	0.00	0.00	0.07	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.12	0.05	121	1.54	3	96	340	26	27	76	1	15.5	1.9

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.

Лапшевник с творогом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 222

Наименование изделия: Лапшевник с творогом

Номер рецептуры: 222

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций сборник технических нормативов, 2016

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	4.0	4.0	0.42	0.05	2.46	12.0
2	Макаронные изделия высшего сорта	50.0	50.0	5.17	0.57	32.08	154.1
3	Творог 9.0% м.д.ж	66.0	66.0	11.17	5.23	3.12	104.2
4	Сметана 15.0%	4.0	4.0	0.10	0.53	0.13	5.7
5	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6
6	Сахар-песок	6.0	6.0	0.00	0.00	5.45	21.8
7	Соль поваренная йодированная	0.6	0.6	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Вода	110.0	110.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	16.86	9.9	43.24	329.4

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	Сухари панировочные	0.01	0.00	0.00	0.14	0	16	6	1	2	4	0	0.0	0.9
2	Макаронные изделия высшего сорта	0.06	0.02	0.00	1.16	0	1	51	8	7	38	1	0.8	0.0
3	Творог 9.0% м.д.ж	0.02	0.14	19.80	0.21	0	21	61	95	13	126	0	5.9	17.4
4	Сметана 15.0%	0.00	0.00	2.57	0.02	0	1	4	3	0	2	0	0.4	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	Сахар-песок	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	177	0	2	0	0	0	24.0	0.0
8	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	34	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.09	0.16	22.37	1.53	0	216	122	143	22	170	1	31.1	18.3

Способ обработки: Запекание

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Внешний вид - макаронные изделия сохранили форму; консистенция мягкая, макаронные изделия хорошо разварены, но не потеряли форму, творог равномерно распределен, без образования комочков; вкус - соответствует наименованию блюда; запах - соответствует наименованию блюда.

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	4.0	4.0	0.26	0.04	2.69	12.1
2	Картофель	81.6	60.0	1.13	0.21	8.90	42.0
3	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
4	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
5	Огурец соленый	15.0	12.0	0.09	0.01	0.19	1.2
6	Сметана 15.0%	10.0	10.0	0.24	1.32	0.33	14.2
7	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6
8	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
10	Бульон	150.0	150.0	2.82	0.66	0.41	18.9
Выход:			200	4.75	5.78	13.64	125.5

[illegible]

10	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.05	0.04	103.93	1.13	5	195	335	20	20	51	0	16.6	0.6

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 "Дружба"

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-16к-2020

Наименование изделия: Каша "Дружба"

Номер рецептуры: 54-16к-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа пшеничная	12.1	12.1	1.31	0.35	7.32	37.7
2	Крупа рисовая	16.5	16.5	1.09	0.15	11.11	50.1
3	Молоко 2.5% м.д.ж	112.2	112.2	3.06	2.47	4.90	54.1
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.5	5.5	0.04	3.51	0.07	32.0
5	Сахар-песок	3.3	3.3	0.00	0.00	3.00	12.0
6	Соль поваренная йодированная	1.1	1.1	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	77.0	77.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			220	5.5	6.48	26.4	185.9

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	0.04	0.00	0.22	0.45	0	1	21	3	9	25	0	0.5	0.3
2	Крупа рисовая	0.01	0.01	0.00	0.44	0	2	14	1	7	22	0	0.2	2.2
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.03	0.13	14.81	0.72	1	43	136	118	14	88	0	10.1	2.0

4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	14.85	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	324	0	4	0	1	0	44.0	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	24	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.08	0.15	29.88	1.62	1	371	172	151	30	137	0	54.8	4.5

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Пшено перебирают, промывают сначала теплой водой (40°-50°С), затем горячей водой (60°-70° 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.

Суп картофельный с клецками

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-6с-2020

Наименование изделия: Суп картофельный с клецками

Номер рецептуры: 54-6с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	6.2	6.2	0.63	0.07	3.92	18.8
2	Картофель	54.4	40.0	0.75	0.14	5.93	28.0
3	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
4	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.7	0.7	0.01	0.45	0.01	4.1
6	Масло подсолнечное	2.0	2.0	0.00	1.76	0.00	15.8
7	Яйцо куриное	1.9	1.8	0.21	0.18	0.01	2.5
8	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
10	Вода	9.2	9.2	0.00	0.00	0.00	0.0
11	Бульон	150.0	150.0	2.82	0.66	0.41	18.9
Выход:			200	4.63	3.28	11.4	93.6

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	0.06	0	0	6	1	1	5	0	0.1	0.3
2	Картофель	0.03	0.02	0.72	0.58	3	2	189	4	8	20	0	2.0	0.1
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
4	Морковь	0.00	0.00	96.00	0.06	0	1	13	2	3	4	0	0.4	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	1.89	0.00	0	0	0	0	0	0	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	0.01	2.75	0.05	0	2	2	1	0	3	0	0.4	0.5
8	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	53	0	1	0	0	0	7.2	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.07	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	3	0	0	0	0.0	0.0
11	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.03	101.43	0.78	3	58	222	14	13	36	0	10.3	0.9

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.

Щи из свежей капусты со сметаной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1с-2020

Наименование изделия: Щи из свежей капусты со сметаной

Номер рецептуры: 54-1с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	2.0	2.0	0.20	0.02	1.27	6.1
2	Томатное пюре	1.2	1.2	0.04	0.00	0.13	0.7
3	Капуста белокочанная	70.0	56.0	0.95	0.05	2.40	13.8
4	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
5	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
6	Петрушка (корень)	0.5	0.4	0.01	0.00	0.04	0.2
7	Сметана 15.0%	10.0	10.0	0.24	1.32	0.33	14.2
8	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6
9	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
11	Бульон	160.0	160.0	3.01	0.70	0.44	20.1
Выход:			200	4.66	5.63	5.73	92.2

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	Томатное пюре	0.00	0.00	1.44	0.01	0	0	7	0	0	1	0	0.0	0.0
3	Капуста белокочанная	0.01	0.02	1.01	0.31	10	6	139	24	8	15	0	1.7	0.1
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
5	Морковь	0.00	0.00	96.00	0.06	0	1	13	2	3	4	0	0.4	0.0
6	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	1	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Сметана 15.0%	0.00	0.01	6.42	0.05	0	3	10	8	1	5	0	0.9	0.0
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	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
10	Лавровый лист	0.00	0.00	0.07	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
11	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.03	104.94	0.48	10	98	184	37	13	30	0	15.2	0.2

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

Суп картофельный с рыбой (минтай)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-20с-2020

Наименование изделия: Суп картофельный с рыбой (минтай)

Номер рецептуры: 54-20с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	139.5	90.0	1.69	0.32	13.35	63.0
2	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
3	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
4	Петрушка (зелень)	1.8	1.4	0.05	0.00	0.10	0.6
5	Минтай (филе)	48.6	43.0	6.43	0.34	0.00	28.8
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	3.0	3.0	0.02	1.91	0.04	17.5
7	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
9	Вода	140.0	140.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	8.4	2.59	14.61	115.4

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	0.08	0.05	1.62	1.30	7	3	424	8	18	45	1	4.5	0.2
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	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	7.98	0.01	1	0	9	3	1	1	0	0.1	0.0
5	Минтай (филе)	0.03	0.04	2.58	1.58	0	13	150	15	21	90	0	64.5	6.0
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	8.10	0.00	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
7	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
8	Лавровый лист	0.00	0.00	0.07	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	43	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.11	0.09	116.35	2.98	8	105	609	75	44	145	1	81.7	6.2

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. Петрушку (зелень) промывают проточной водой

не менее 5 минут, шинкуют. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают, и шинкуют. Лук бланшируют, пассеруют вместе с морковью и петрушкой с добавлением масла. Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на порционные куски. В кипящую воду кладут картофель, доводят до кипения, затем добавляют морковь, лук, зелень и куски рыбного филе. 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, овощи сохранили форму; консистенция – овощей и рыбы - мягкая, овощи сохранили форму; цвет: бульона - светлый; вкусы запах - рыбы и овощей.

Суп картофельный с макаронными изделиями

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-7с-2020

Наименование изделия: Суп картофельный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 54-7с-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Макаронные изделия высшего сорта	8.0	8.0	0.83	0.09	5.13	24.7
2	Картофель	108.8	80.0	1.50	0.28	11.87	56.0
3	Лук репчатый	10.0	8.0	0.11	0.01	0.60	2.9
4	Морковь	10.0	8.0	0.10	0.01	0.50	2.5
5	Масло подсолнечное	2.0	2.0	0.00	1.76	0.00	15.8
6	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.02	0.1
8	Бульон	140.0	140.0	2.63	0.62	0.38	17.6
Выход:			200	5.17	2.77	18.5	119.6

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	0.01	0.00	0.00	0.19	0	0	8	1	1	6	0	0.1	0.0
2	Картофель	0.07	0.04	1.44	1.15	6	3	377	7	16	40	1	4.0	0.2
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.03	0	0	12	2	1	4	0	0.2	0.0
4	Морковь	0.00	0.00	96.00	0.06	0	1	13	2	3	4	0	0.4	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	88	0	1	0	0	0	12.0	0.0
7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.07	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.08	0.04	97.51	1.43	6	92	410	13	21	54	1	16.7	0.2

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 (иливоду) 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.

Каша жидкая молочная овсяная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-22к-2020

Наименование изделия: Каша жидкая молочная овсяная

Номер рецептуры: 54-22к-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа овсяная	30.8	30.8	3.56	1.65	16.68	95.8
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	5.0	5.0	0.04	3.19	0.06	29.1
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
Выход:			200	6.82	7.44	24.61	192.6

Витамины и минеральные вещества

[illegible]

6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	308	0	3	0	1	0	41.9	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	19	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.22	0.21	78.77	2.74	1	364	436	180	76	258	2	53.7	15.2

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Курагу перебирают, распаривают в небольшом количестве воды, измельчают. 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 курагу, 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 распределена курага; консистенция - однородная, вязкая, зерна – мягкие; цвет - серовато-белый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Омлет с зеленым горошком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2о-2020

Наименование изделия: Омлет с зеленым горошком

Номер рецептуры: 54-2о-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Горошек зеленый консервированный	45.0	29.0	0.85	0.05	1.72	10.7
2	Молоко 2.5% м.д.ж	60.0	60.0	1.64	1.32	2.62	28.9
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.0	5.0	0.04	3.19	0.06	29.1
4	Яйцо куриное	66.0	60.0	7.16	6.07	0.38	84.8
5	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	9.69	10.63	4.78	153.5

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	Горошек зеленый консервированный	0.02	0.01	8.70	0.16	1	79	24	5	5	16	0	0.0	0.3
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.02	0.07	7.92	0.38	0	23	73	63	7	47	0	5.4	1.1
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	Яйцо куриное	0.03	0.21	93.60	1.73	0	61	70	29	6	100	1	12.0	16.2
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	118	0	1	0	0	0	16.0	0.0
Итого		0.07	0.29	123.72	2.28	1	282	168	99	18	164	1	33.4	17.6

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Зеленый горошек консервированный доводят до кипения в отваре при открытой крышке, отвар сливают, горошек охлаждают и вводят в яичную массу. Затем яичную массу выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки. Омлет можно варить на пару 25-30 мин. Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена, горошек распределен равномерно; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Омлет натуральный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1о-2020

Наименование изделия: Омлет натуральный

Номер рецептуры: 54-1о-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	69.2	69.2	1.89	1.52	3.02	33.4
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	13.9	13.9	0.10	8.84	0.16	80.7
3	Яйцо куриное	121.8	110.8	13.22	11.21	0.71	156.6
4	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			180	15.21	21.57	3.89	270.7

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	0.02	0.08	9.14	0.44	0	26	84	73	8	54	0	6.2	1.2
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	37.42	0.02	0	2	3	3	0	4	0	0.0	0.1
3	Яйцо куриное	0.06	0.39	172.79	3.19	0	113	129	54	12	185	2	22.2	29.9
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	159	0	2	0	0	0	21.6	0.0
Итого		0.08	0.48	219.35	3.65	0	300	216	132	20	243	2	50	31.2

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную посуду по 2-3 шт. и потом соединяют с общей массой. В яичную смесь добавляют молоко и соль, перемешивают и взбивают до образования пены. Затем яичную массу выливают на разогретый смазанный маслом (половина от закладываемого масла) противень слоем 2,5-3,0 см и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 180-200 градусов Цельсия 8-10 минут до образования румяной корочки. Омлет можно варить на пару 25-30 мин. Перед подачей нарезают на порции, поливают оставшейся половиной растопленного сливочного масла. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - пористый, слегка зарумянен; консистенция - нежная, пористая поверхность слегка зарумянена; цвет - золотисто-желтый; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Запеканка из творога с морковью

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2т-2020

Наименование изделия: Запеканка из творога с морковью

Номер рецептуры: 54-2т-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	4.0	4.0	0.42	0.05	2.44	11.9
2	Крупа манная	15.0	15.0	1.45	0.13	9.64	45.5
3	Морковь	117.5	94.0	1.15	0.08	5.90	28.9
4	Молоко 2.5% м.д.ж	23.0	23.0	0.63	0.51	1.01	11.1
5	Творог 5.0% м.д.ж	56.0	56.0	11.06	2.47	1.53	72.5
6	Сметана 15.0%	4.0	4.0	0.10	0.52	0.13	5.6
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	7.5	7.5	0.06	4.78	0.09	43.6
8	Яйцо куриное	6.6	6.0	0.72	0.61	0.04	8.5
9	Сахар-песок	6.0	6.0	0.00	0.00	5.45	21.8
10	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	15.59	9.15	26.23	249.4

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	Сухари панировочные	0.01	0.00	0.00	0.14	0	16	6	1	2	4	0	0.0	0.9
2	Крупа манная	0.02	0.00	0.00	0.36	0	0	16	3	2	11	0	0.0	0.0
3	Морковь	0.04	0.05	1127.70	0.75	2	15	156	22	31	45	1	4.7	0.1
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.03	3.04	0.15	0	9	28	24	3	18	0	2.1	0.4
5	Творог 5.0% м.д.ж	0.02	0.12	11.09	1.75	0	17	52	81	11	107	0	5.0	14.8
6	Сметана 15.0%	0.00	0.00	2.55	0.02	0	1	4	3	0	2	0	0.4	0.0

7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	20.25	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
8	Яйцо куриное	0.00	0.02	9.36	0.17	0	6	7	3	1	10	0	1.2	1.6
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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
Итого		0.1	0.23	1173.99	3.35	2	175	271	140	50	199	1	28.4	17.9

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Творог перетирают. Морковь перебирают, промывают, нарезают соломкой, припускают со сливочным маслом (1/3 общего количества) в молоке. В конце припускания постепенно всыпают манную крупу и варят при помешивании 10-15 мин, затем охлаждают до температуры 40-50 градусов Цельсия и вводят протертый творог, сырые яйца, сахар, соль. Смесь перемешивают и выкладывают на противень, смазанный маслом и посыпанный сухарями, слоем 3,0 см. Поверхность запеканки разравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовом шкафу (пароконвектомате) при температуре 250 градусов Цельсия до образования легкой корочки, затем в жарочном шкафу с температурой 160-180 градусов Цельсия (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, имеет неглубокую корочку, консистенция - творог и морковь - мягкие; цвет - корочка золотистая, на разрезе - розовато-белая; вкус и запах - входящих в состав продуктов.

Запеканка из творога

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1т-2020

Наименование изделия: Запеканка из творога

Номер рецептуры: 54-1т-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	5.2	5.2	0.54	0.06	3.18	15.5
2	Крупа манная	9.7	9.7	0.94	0.09	6.22	29.4
3	Творог 5.0% м.д.ж	139.5	139.5	27.54	6.14	3.81	180.6
4	Сметана 15.0%	5.2	5.2	0.13	0.68	0.17	7.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.2	5.2	0.04	3.30	0.06	30.1
6	Яйцо куриное	4.4	4.0	0.47	0.40	0.03	5.6
7	Сахар-песок	9.0	9.0	0.00	0.00	8.17	32.7
8	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Вода	36.0	36.0	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Ванилин	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.0
Выход:			150	29.66	10.67	21.65	301.2

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	Сухари панировочные	0.01	0.00	0.00	0.18	0	21	8	1	2	6	0	0.0	1.1
2	Крупа манная	0.01	0.00	0.00	0.23	0	0	10	2	2	7	0	0.0	0.0
3	Творог 5.0% м.д.ж	0.04	0.29	27.62	4.35	0	43	130	201	28	267	0	12.6	36.8
4	Сметана 15.0%	0.00	0.00	3.32	0.02	0	2	5	4	0	3	0	0.5	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	13.97	0.01	0	1	1	1	0	1	0	0.0	0.0
6	Яйцо куриное	0.00	0.01	6.20	0.11	0	4	5	2	0	7	0	0.8	1.1
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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
9	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	11	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
Итого		0.06	0.3	51.11	4.9	0	181	159	223	32	291	0	28.9	39

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.

Вареники ленивые

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 505

Наименование изделия: Вареники ленивые

Номер рецептуры: 505

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций сборник технических нормативов, 2016

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	14.0	14.0	1.42	0.16	8.91	42.7
2	Творог 5.0% м.д.ж	96.0	96.0	18.95	4.22	2.62	124.3
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	10.0	10.0	0.08	6.38	0.12	58.2
4	Яйцо куриное	3.9	3.5	0.42	0.35	0.02	4.9

5	Сахар-песок	6.3	6.3	0.00	0.00	5.72	22.9
6	Соль поваренная йодированная	1.2	1.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:		110	20.87	11.11	17.39	253	

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	0.02	0.00	0.00	0.13	0	0	14	2	2	10	0	0.2	0.7
2	Творог 5.0% м.д.ж	0.03	0.20	19.01	3.00	0	30	89	139	19	184	0	8.6	25.3
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	Яйцо куриное	0.00	0.01	5.46	0.10	0	4	4	2	0	6	0	0.7	0.9
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	353	0	4	0	1	0	48.0	0.0
Итого		0.05	0.22	51.47	3.25	0	388	109	149	21	204	0	57.5	27

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Творог протирают, добавляют к нему муку пшеничную, подготовленное яйцо, сахар-песок, соль (часть от рецептурной нормы) и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Затем массу раскатывают пластом толщиной 10-12 мм и разрезают на полоски шириной 25 мм. Полоски нарезают на кусочки прямоугольной или треугольной формы. Подготовленные вареники отваривают в подсоленной воде (на 1 кг вареников 4 л воды) при слабом кипении в течение 4-5 минут

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - держит форму; консистенция - нежная, однородно промешанная; вкус и запах -творожный.

Картофель отварной в молоке

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10г-2020

Наименование изделия: Картофель отварной в молоке

Номер рецептуры: 54-10г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	7.5	7.5	0.76	0.09	4.77	22.9
2	Картофель	181.6	133.5	2.51	0.47	19.80	93.5
3	Молоко 2.5% м.д.ж	45.0	45.0	1.23	0.99	1.97	21.7
4	Масло подсолнечное	4.5	4.5	0.00	3.96	0.00	35.6
5	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:		150	4.5	5.51	26.54	173.7	

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	0.07	0	0	8	1	1	6	0	0.1	0.4
2	Картофель	0.12	0.07	2.40	1.92	11	5	629	12	27	67	1	6.7	0.3
3	Молоко 2.5% м.д.ж	0.01	0.05	5.94	0.29	0	17	55	48	5	35	0	4.0	0.8
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	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
Итого		0.14	0.12	8.34	2.28	11	169	692	63	33	108	1	30.8	1.5

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают дольками или крупными кубиками, заливают горячей водой так, чтобы она покрывала картофель на 1-1,5 см, добавляют соль, закрывают крышкой и варят при слабом кипении до полуготовности. Затем отвар сливают, добавляют горячее молоко (35 г.), варят до готовности. Для приготовления мучной пассеровки необходимо всыпать муку в предварительно растопленное масло и пассеровать при температуре 120 градусов С до приобретения светло-желтого цвета.

Разведенную молоком холодную мучную пассеровку добавляют в картофель, и, помешивая, доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – форма нарезки картофеля должна сохраниться; консистенция - рыхлая, картофель частично разварен; вкус и запах - отварного картофеля и кипяченого молока.

Картофельное пюре

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-11г-2020

Наименование изделия: Картофельное пюре

Номер рецептуры: 54-11г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	171.4	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
Выход:			150	3.07	5.31	19.82	139.4

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
Итого		0.12	0.11	23.8	1.97	10	162	625	39	28	85	1	28.5	0.8

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 протирачную 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.

Рис отварной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-6г-2020

Наименование изделия: Рис отварной

Номер рецептуры: 54-6г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	54.0	54.0	3.55	0.48	36.36	163.9
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	324.0	324.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	3.6	4.82	36.44	203.5

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	0.02	0.00	1.43	0	5	45	4	23	70	0	0.8	7.2

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	100	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.03	18.36	1.44	0	153	47	107	23	72	0	20.8	7.3

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают в теплой воде несколько раз, меняя воду. Подготовленную крупу всыпают в кипящую подсоленную воду и варят при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, рис откидывают на сито, дают воде стечь.

Рис перекладывают на противень слоем 3-4 см, заправляют горячим сливочным маслом, перемешивают и прогревают в жарочном шкафу при температуре 160 градусов Цельсия 5-7 мин. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: зерна крупы набухшие, не деформированные, не слипшиеся; консистенция - мягкая; вкус: не допускается вкус подгорелой каши; запах: не допускается запах подгорелой каши.

Рагу из овощей

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9г-2020

Наименование изделия: Рагу из овощей

Номер рецептуры: 54-9г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд для организации питания детей школьного возраста в организациях с круглосуточным режимом пребывания и иными режимами функционирования / Новосибирск, 2020 г.

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	0.72	3.5
2	Картофель	65.3	48.0	0.90	0.17	7.12	33.6
3	Капуста белокочанная	37.5	30.0	0.51	0.03	1.28	7.4
4	Лук репчатый	15.0	12.0	0.16	0.02	0.90	4.4
5	Морковь	30.0	24.0	0.29	0.02	1.51	7.4
6	Репа	30.0	24.0	0.34	0.02	1.35	7.0
7	Сметана 15.0%	22.5	22.5	0.55	2.97	0.74	31.9
8	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.1	1.1	0.01	0.72	0.01	6.6
9	Масло подсолнечное	4.0	4.0	0.00	3.52	0.00	31.6
10	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
11	Вода	24.6	24.6	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	2.87	7.48	13.63	133.4

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	0.04	0.03	0.86	0.69	4	2	226	4	10	24	0	2.4	0.1
3	Капуста белокочанная	0.01	0.01	0.54	0.17	5	3	75	13	4	8	0	0.9	0.1
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	0	0	17	3	1	6	0	0.4	0.1
5	Морковь	0.01	0.01	288.00	0.19	0	4	40	6	8	11	0	1.2	0.0
6	Репка	0.01	0.01	2.45	0.21	2	3	47	10	4	7	0	0.1	0.1
7	Сметана 15.0%	0.00	0.02	14.45	0.11	0	7	22	17	2	12	0	2.0	0.1
8	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	3.05	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
9	Масло подсолнечное	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	150	0	2	0	0	0	20.4	0.0
11	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	8	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.08	309.35	1.43	11	169	428	63	29	69	0	27.4	0.6

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Капусту перебирают, удаляют 3-4 наружных листа, промывают проточной водой не менее 5 минут. Обработанную белокочанную капусту нарезают шашками, припускают в половине масла, указанного в технологии. Морковь перебирают, промывают, нарезают на кубики, припускают в оставшемся масле. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, измельчают, бланшируют. Репу моют, очищают, нарезают кубиками, затем бланшируют. Картофель перебирают, моют, чистят, нарезают кубиками, бланшируют.

Соус: муку подсушивают при температуре 110-120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов, растирают со сливочным маслом, вливают 1/4 горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшуюся воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения, соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. В подготовленную посуду закладывают припущенную морковь, капусту, бланшированный лук, картофель, репу, заливают сметанным соусом и тушат 15-20 минут, добавляют соль и доводят до готовности.

Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки овощей одинаковой формы и величины, форма нарезки сохранена, допускается, что часть картофеля разварена; консистенция - мягкая сочная; вкус и запах – соответствуют наименованию блюда.

Каша пшенная рассыпчатая

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-12г-2020

Наименование изделия: Каша пшенная рассыпчатая

Номер рецептуры: 54-12г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа пшеничная	58.5	58.5	6.32	1.70	35.40	182.2
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	7.5	7.5	0.06	4.78	0.09	43.6
3	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
4	Вода	103.5	103.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	6.38	6.48	35.49	225.8

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	0.18	0.02	1.05	2.15	0	4	102	14	42	119	1	2.6	1.4
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	20.25	0.01	0	1	2	2	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	32	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.18	0.03	21.3	2.16	0	152	104	50	42	121	1	22.6	1.5

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Крупу перебирают, промывают, несколько раз меняя воду, засыпают в кипящую подсоленную воду, варят 30 минут, после чего воду сливают, добавляют кипящую воду и варят до загустения при слабом кипении. Добавляют половину растопленного масла, перемешивают, закрывают крышкой и уваривают до готовности на водяной бане при температуре 100°C или в жарочном шкафу при температуре 140 градусов Цельсия, затем взрыхляют, добавляют оставшееся растопленное сливочное масло, проваривают еще 5 минут. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - крупинки легко отделяются друг от друга, полностью проварены, но не деформированы; консистенция - рассыпчатая; вкус и запах - соответствуют наименованию блюда.

Макаронные отварные

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1г-2020

Наименование изделия: Макароны отварные

Номер рецептуры: 54-1г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			150	5.32	4.92	32.8	196.8

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
Итого		0.06	0.03	18.36	1.19	0	149	54	106	7	41	1	20.8	0.1

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Макароны варят в большом количестве кипящей подсоленной воды 25-30 минут (лапшу - 20-25 минут, вермишель - 10-12 минут); проверяют наготовность - 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 градусовС.

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.

Рис с овощами

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-26г-2020

Наименование изделия: Рис с овощами

Номер рецептуры: 54-26г-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	33.0	33.0	2.17	0.29	22.22	100.2
2	Горошек зеленый консервированный	23.2	15.0	0.44	0.03	0.89	5.5
3	Кукуруза консервированная	23.2	15.0	0.31	0.05	1.53	7.8
4	Морковь	27.5	22.0	0.27	0.02	1.38	6.8
5	Масло подсолнечное	6.0	6.0	0.00	5.27	0.00	47.5
6	Соль поваренная йодированная	0.5	0.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			150	3.19	5.66	26.02	167.8

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	0.87	0	3	27	2	14	43	0	0.5	4.4
2	Горошек зеленый консервированный	0.01	0.01	4.50	0.08	1	41	12	3	3	8	0	0.0	0.2
3	Кукуруза консервированная	0.00	0.01	0.18	0.11	0	46	17	6	2	5	0	0.0	0.1
4	Морковь	0.01	0.01	264.00	0.18	0	4	37	5	7	11	0	1.1	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	147	0	2	0	0	0	20.0	0.0
Итого		0.04	0.04	268.68	1.24	1	241	93	18	26	67	0	21.6	4.7

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Рис перебирают, промывают под проточной водой, припускают с добавлением масла растительного. Морковь моют, очищают, нарезают мелким кубиком и припускают с добавлением воды. Консервированные кукурузу и горох подогревают, сливают жидкость и вводят рис вместе с припущенной морковью. Все перемешивают и подогревают.
Температура подачи не ниже 65 градусов С.

Котлета из курицы

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-5м-2020

Наименование изделия: Котлета из курицы

Номер рецептуры: 54-5м-2020

Наименование сборника рецептур, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сухари панировочные	10.0	10.0	1.05	0.12	6.12	29.8
2	Хлеб пшеничный	11.2	11.2	0.80	0.08	5.00	23.9
3	Куриная грудка (филе)	75.9	67.2	14.91	1.12	0.24	70.7
4	Молоко 2.5% м.д.ж	15.5	15.5	0.42	0.34	0.68	7.5
5	Масло подсолнечное	2.5	2.5	0.00	2.22	0.00	19.9
6	Соль поваренная йодированная	0.2	0.2	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Вода	10.2	10.2	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	17.18	3.88	12.04	151.8

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	Сухари панировочные	0.02	0.01	0.00	0.35	0	40	16	3	4	11	0	0.0	2.2
2	Хлеб пшеничный	0.01	0.00	0.00	0.20	0	42	9	2	1	6	0	0.4	0.6
3	Куриная грудка (филе)	0.03	0.04	3.63	4.14	0	31	163	5	50	100	1	4.0	13.5
4	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.02	2.04	0.10	0	6	19	16	2	12	0	1.4	0.3
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	71	0	1	0	0	0	9.6	0.0
7	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	3	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.07	5.67	4.79	0	190	207	30	57	129	1	15.4	16.6

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-2020

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

Номер рецептуры: 54-11р-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:		100	13.85	7.41	6.29	147.2	

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
Итого		0.09	0.09	316.07	3.58	4	115	426	54	57	209	1	143.5	12.4

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.

Капуста тушеная с мясом

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10м-2020

Наименование изделия: Капуста тушеная с мясом

Номер рецептуры: 54-10м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.9	1.9	0.19	0.02	1.22	5.9
2	Томатное пюре	9.6	9.6	0.32	0.00	1.03	5.4
3	Капуста белокочанная	229.2	183.4	3.10	0.16	7.84	45.2
4	Лук репчатый	16.1	12.8	0.17	0.02	0.96	4.7
5	Морковь	7.9	6.4	0.08	0.01	0.40	2.0
6	Говядина 1 категории	144.7	128.0	22.39	18.03	0.00	251.8
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	12.0	12.0	0.09	7.66	0.14	69.8
8	Масло подсолнечное	0.6	0.6	0.00	0.53	0.00	4.7
9	Сахар-песок	4.8	4.8	0.00	0.00	4.36	17.4
10	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
11	Лавровый лист	0.1	0.1	0.01	0.01	0.05	0.3
Выход:			240	26.35	26.44	16	407.2

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	Томатное пюре	0.00	0.00	11.52	0.08	1	1	53	2	4	6	0	0.0	0.1
3	Капуста белокочанная	0.04	0.06	3.30	1.03	33	18	457	77	26	49	1	5.5	0.5
4	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.05	1	0	19	4	2	6	0	0.4	0.1
5	Морковь	0.00	0.00	76.32	0.05	0	1	11	2	2	3	0	0.3	0.0
6	Говядина 1 категории	0.06	0.15	0.00	8.40	0	63	346	10	25	209	3	9.2	0.0
7	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	32.40	0.02	0	1	3	3	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	282	0	3	0	1	0	38.4	0.0
11	Лавровый лист	0.00	0.00	0.22	0.00	0	0	1	1	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.1	0.22	123.76	9.65	35	366	892	102	59	278	4	53.8	0.9

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.

Жаркое по-домашнему

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9м-2020

Наименование изделия: Жаркое по-домашнему

Номер рецептуры: 54-9м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Картофель	169.4	124.6	2.34	0.44	18.48	87.2
2	Томатное пюре	7.8	7.8	0.26	0.00	0.84	4.4
3	Лук репчатый	20.7	16.6	0.22	0.03	1.24	6.1
4	Говядина 1 категории	137.0	121.2	21.19	17.06	0.00	238.3
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	7.8	7.8	0.06	4.98	0.09	45.4
6	Соль поваренная йодированная	1.0	1.0	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.1
Выход:			240	24.07	22.51	20.66	381.5

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	2.24	1.79	10	5	587	11	25	63	1	6.2	0.3
2	Томатное пюре	0.00	0.00	9.36	0.07	1	1	43	1	3	5	0	0.0	0.0
3	Лук репчатый	0.01	0.00	0.00	0.07	1	1	24	5	2	8	0	0.5	0.1
4	Говядина 1 категории	0.05	0.15	0.00	7.95	0	60	328	10	23	198	3	8.7	0.0
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	21.06	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	282	0	3	0	1	0	38.4	0.0
7	Лавровый лист	0.00	0.00	0.06	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.17	0.23	32.72	9.89	12	350	984	32	53	277	4	53.8	0.5

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Картофель перебирают, моют, чистят, повторно промывают, нарезают кубиками. Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают, повторно промывают,

нарезают кубиками, бланшируют, пассеруют с добавлением масла сливочного. Мясо размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах. Оттаявшее мясо нарезают на куски, поперек волокон порционно из расчета по 2 куску на порцию, массой по 30-40 г, мясо запекают до образования легкой румяной корочки.

Запеченное мясо и овощи кладут в электросковороду слоями, чтобы сверху и снизу мяса были овощи, добавляют томатное пюре, соль и воду (продукты должны быть покрыты жидкостью), закрывают крышкой и тушат до готовности. За 5-10 минут до окончания тушения кладут лавровый лист. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - кусочки мяса и овощи сохраняют форму нарезки; консистенция - мягкая; вкус и запах - свойственный тушеному мясу и овощам.

Плов с курицей

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-12м-2020

Наименование изделия: Плов с курицей

Номер рецептуры: 54-12м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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)	76.0	67.3	14.93	1.13	0.24	70.8
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
Выход:			200	18.49	7.44	33.07	273.1

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	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)	0.03	0.04	3.63	4.15	0	31	163	5	50	100	1	4.0	13.5
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
Итого		0.06	0.06	144.87	5.56	1	273	289	74	79	175	1	37.3	19.6

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.

Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-9р-2020

Наименование изделия: Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)

Номер рецептуры: 54-9р-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептур блюд для организации питания детей школьного возраста в организациях с круглосуточным режимом пребывания и иными режимами функционирования / Новосибирск, 2020 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	5.5	5.5	0.56	0.06	3.51	16.9
2	Минтай (филе)	117.0	103.5	15.47	0.82	0.00	69.3
3	Сыр российский	7.1	6.8	1.49	1.77	0.00	21.9
4	Сметана 15.0%	58.8	58.8	1.44	7.75	1.92	83.2
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	5.9	5.9	0.04	3.75	0.07	34.2
6	Масло подсолнечное	8.9	8.9	0.00	7.80	0.00	70.2
7	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
8	Вода	15.0	15.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	19	21.95	5.5	295.7

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	Мука пшеничная высший сорт	0.01	0.00	0.00	0.05	0	0	6	1	1	4	0	0.1	0.3
2	Минтай (филе)	0.08	0.09	6.21	3.81	0	31	361	36	50	216	1	155.2	14.5

3	Сыр российский	0.00	0.02	10.63	0.02	0	42	5	53	2	30	0	0.0	0.9
4	Сметана 15.0%	0.01	0.05	37.72	0.28	0	18	57	45	5	31	0	5.3	0.2
5	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	15.86	0.01	0	1	1	1	0	2	0	0.0	0.1
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	110	0	1	0	0	0	15.0	0.0
8	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	5	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.1	0.17	70.42	4.17	0	202	430	142	58	283	1	175.6	16

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде температурой не выше +12 градусов, обмывают водой и нарезают на порционные куски под углом 45 градусов. Рыбу панируют в муке, запекают до слабой золотистой корочки, покрытую корочкой рыбу заливают сметанным соусом, добавляют протертый сыр, сбрызгивают растопленным маслом и запекают при температуре 250 градусов Цельсия 25-30 минут.

Сметанный соус: белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. Приготовление белого соуса: муку подсушивают при температуре 110-120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов Цельсия, растирают со сливочным маслом, вливают постепенно воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют йодированную соль, затем процеживают и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - корочка подрумяненная, соус загустевший, но не высохший; консистенция: сочная; цвет, вкус и запах – соответствуют данному блюду, рыбный.

Сердце в соусе

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 403

Наименование изделия: Сердце в соусе

Номер рецептуры: 403

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий, 2013

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Морковь	4.5	3.6	0.04	0.00	0.23	1.1
2	Чеснок	1.1	0.9	0.05	0.00	0.24	1.2
3	Лук репчатый	4.5	3.6	0.05	0.01	0.27	1.3
4	Сердце говяжье	155.4	149.4	22.47	4.60	2.72	142.2
5	Масло подсолнечное	9.0	9.0	0.00	7.91	0.00	71.2
6	Соль поваренная пищевая	0.9	0.9	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	22.61	12.52	3.46	217

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	0.00	0.00	43.20	0.03	0	1	6	1	1	2	0	0.2	0.0
2	Чеснок	0.00	0.00	0.00	0.02	0	0	2	1	0	1	0	0.1	0.1
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	5	1	0	2	0	0.1	0.0
4	Сердце говяжье	0.39	0.90	17.93	10.40	2	114	322	9	30	273	6	10.9	28.7
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 пищевая	0.00	0.00	0.00	0.00	0	256	0	4	1	0	0	0.0	0.0
Итого		0.39	0.9	61.13	10.46	2	371	335	16	32	278	6	11.3	28.8

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Сердце отваривают с добавлением овощей до готовности. Затем нарезают на куски массой по 20-30гр и обжаривают. Заливают соусом сметанным с томатом и луком тушат 5-10мин. Перед окончанием тушения добавляют чеснок. Отпускают с соусом и гарниром. Гарниры: каши рассыпчатые, макаронные изделия отварные, Картофель отварной, картофельное пюре, картофель жареный (из отварного), картофель жареный (из сырого), овощи отварные с маслом, овощи припущенные с маслом, капуста тушеная.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид: отварное сердце нарезано кусками(20-30гр) в сметанном соусе, сбоку уложен гарнир. Консистенция мягкая, сочная. Цвет темно-серый. Вкус тушеного сердца, умеренно соленый. Запах тушеного сердца, с ароматом корней и чеснока.

Оладьи из печени по-кунцевски

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-31м-2020

Наименование изделия: Оладьи из печени по-кунцевски

Номер рецептуры: 54-31м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	15.3	15.3	1.55	0.18	9.73	46.7
2	Морковь	12.4	9.9	0.12	0.01	0.62	3.0
3	Печень говяжья	74.9	72.0	12.11	2.34	3.47	83.4
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	9.6	9.6	0.07	6.14	0.11	56.0
5	Яйцо куриное	16.8	15.3	1.83	1.55	0.10	21.6
6	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	15.68	10.22	14.03	210.7

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	0.02	0.00	0.00	0.15	0	0	15	2	2	11	0	0.2	0.8
2	Морковь	0.00	0.01	118.80	0.08	0	2	16	2	3	5	0	0.5	0.0
3	Печень говяжья	0.16	1.26	3614.54	7.49	10	57	166	6	11	197	4	4.5	25.2
4	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	26.00	0.02	0	1	2	2	0	3	0	0.0	0.1
5	Яйцо куриное	0.01	0.05	23.87	0.44	0	16	18	7	2	26	0	3.1	4.1
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	106	0	1	0	0	0	14.4	0.0
Итого		0.19	1.33	3783.21	8.18	10	182	217	20	18	242	4	22.7	30.2

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Морковь перебирают, промывают, шинкуют с помощью овощерезательной машины мелкой соломкой, пассеруют. Печень размораживают, очищают от пленок, пропускают через мясорубку, затем соединяют с пассерованной морковью и вновь пропускают через мясорубку, затем добавляют муку, подготовленные яйца. Порционируют и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280 градусов С. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, мягкая; цвет - на разрезе серый.

Курица отварная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21м-2020

Наименование изделия: Курица отварная

Номер рецептуры: 54-21м-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Петрушка (зелень)	4.1	3.6	0.13	0.01	0.25	1.6
2	Лук репчатый	4.1	3.6	0.05	0.01	0.27	1.3
3	Куриная грудка (филе)	146.4	129.6	28.75	2.17	0.47	136.4
4	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Вода	324.0	324.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			90	28.93	2.19	0.99	139.3

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	Петрушка (зелень)	0.00	0.00	20.52	0.02	2	1	24	8	3	3	0	0.2	0.0

2	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	5	1	0	2	0	0.1	0.0
3	Куриная грудка (филе)	0.07	0.07	7.00	7.98	1	59	314	9	97	193	2	7.8	26.0
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	132	0	1	0	0	0	18.0	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	100	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.07	0.07	27.52	8.01	3	192	343	119	100	198	2	26.1	26

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Лук репчатый перебирают, промывают проточной водой, очищают и шинкуют. Петрушку промывают проточной водой не менее 5 минут, шинкуют. Мясоптицы размораживают в дефростере или в мясном цехе на производственных столах.

Оттаявшее мясо нарезают на куски и кладут в горячую воду, доводят до кипения, затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют нарезанную зелень, лук, соль и варят при слабом кипении в закрытой посуде до готовности, после чего мясо вынимают из бульона, дают ему остыть и нарубают на порции. Нарубленные порции птицы заливают горячим бульоном, доводят до кипения и кипятят 5-7 минут. Хранят отварную птицу на мармите не более 2 часов. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид – аккуратно нарубленные куски отварной птицы; консистенция: нежная, сочная; цвет - светло-кремовый или серовато-белый; вкус и запах - характерный для отварной птицы, умеренно соленый; консистенция – нежная, мягкая, сочная.

Голубцы ленивые

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 296

Наименование изделия: Голубцы ленивые

Номер рецептуры: 296

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций сборник технических нормативов, 2016

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Крупа рисовая	14.4	14.4	0.95	0.13	9.70	43.7
2	Капуста белокочанная	135.0	108.0	1.83	0.10	4.62	26.6
3	Морковь	22.5	18.0	0.22	0.02	1.13	5.5
4	Томатная паста	5.4	5.4	0.24	0.02	0.93	4.9
5	Говядина 1 категории	50.9	45.0	7.87	6.34	0.00	88.5
6	Сметана 15.0%	3.6	3.6	0.09	0.48	0.12	5.1
7	Масло подсолнечное	6.3	6.3	0.00	5.54	0.00	49.8
8	Соль поваренная йодированная	1.8	1.8	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Бульон	21.6	21.6	0.41	0.10	0.06	2.7
Выход:			180	11.61	12.73	16.56	226.8

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	0.38	0	1	12	1	6	19	0	0.2	1.9
2	Капуста белокочанная	0.02	0.03	1.94	0.60	19	11	269	46	15	29	1	3.2	0.3
3	Морковь	0.01	0.01	216.00	0.14	0	3	30	4	6	9	0	0.9	0.0
4	Томатная паста	0.00	0.00	6.48	0.03	1	0	30	1	2	3	0	0.0	0.0
5	Говядина 1 категории	0.02	0.05	0.00	2.95	0	22	122	4	9	74	1	3.2	0.0
6	Сметана 15.0%	0.00	0.00	2.31	0.02	0	1	3	3	0	2	0	0.3	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	530	0	6	0	1	0	72.0	0.0
9	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.06	0.09	226.73	4.12	20	568	466	65	38	137	2	79.8	2.2

Способ обработки: Тушение

Технология приготовления: Подготовленный рис засыпают в кипящую воду (из расчета 6 л воды на 1 кг риса) и отваривают при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, воду сливают. Подготовленную говядину нарезают на куски массой 1-1,5 кг, закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды), доводят до кипения, снимают образовавшуюся на поверхности пену, добавляют соль (часть от рецептурной нормы) и варят в закрытой посуде при слабом кипении до готовности, охлаждают. Отварное мясо пропускают через мясорубку. Подготовленную морковь нарезают соломкой и пассеруют с добавлением масла растительного (часть от рецептурной нормы). Нашинкованную капусту белокочанную закладывают в кипящую воду и варят до полуготовности, откидывают, дают стечь воде. Сметану доводят до кипения. Отварную капусту белокочанную и пассерованную морковь соединяют, добавляют подготовленное мясо и отварной рис, перемешивают, добавляют оставшуюся часть бульона и/или воды и масла растительного, томатную пасту и тушат в течение 15-20 минут. В конце тушения добавляют соль, сметану и доводят до кипения.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделие сохраняет форму, поверхность ровная; консистенция: пышная, на разрезе однородная; вкус и запах: мяса, овощей.

Котлета рыбная (минтай)**Технологическая карта кулинарного изделия (блюда):** 54-3р-2020**Наименование изделия:** Котлета рыбная (минтай)**Номер рецептуры:** 54-3р-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Хлеб пшеничный	19.0	19.0	1.36	0.13	8.51	40.7
2	Минтай (филе)	90.4	80.0	11.96	0.63	0.00	53.5

3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	2.0	2.0	0.02	1.28	0.02	11.6
4	Яйцо куриное	6.6	6.0	0.72	0.61	0.04	8.5
5	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
6	Вода	14.0	14.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:		100	14.06	2.65	8.57	114.3	

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	Хлеб пшеничный	0.02	0.00	0.00	0.33	0	72	15	3	2	11	0	0.6	1.0
2	Минтай (филе)	0.06	0.07	4.80	2.94	0	24	279	28	38	167	1	120.0	11.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	5.40	0.00	0	0	0	0	0	1	0	0.0	0.0
4	Яйцо куриное	0.00	0.02	9.36	0.17	0	6	7	3	1	10	0	1.2	1.6
5	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	118	0	1	0	0	0	16.0	0.0
6	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	4	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.08	0.09	19.56	3.44	0	220	301	39	41	189	1	137.8	13.8

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Рыбное филе размораживают на воздухе или в холодной воде с температурой не выше +12 градусов Цельсия из расчета 2 л на 1 кг рыбы. Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавлять соль из расчета 7 - 10 г на 1 литр. Размороженную рыбу очищают от кожи, нарезают на куски и измельчают на мясорубке, второй раз пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде и отжатым пшеничным хлебом, добавляют соль, сливочное масло, сырые яйца, оставшуюся воду, все тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты. Изделия укладывают на противень, смазанный маслом в один ряд, добавляют процеженный рыбный бульон или воду и запекают до готовности (20-25 минут) в духовом шкафу или пароконвектомате. Температура подачи: не менее 65 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Консистенция - однородная, рыхлая, сочная; цвет - белый с сероватым оттенком; вкус и запах -рыбный.

Соус красный основной

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3соус-2020

Наименование изделия: Соус красный основной

Номер рецептуры: 54-3соус-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	2.5	2.5	0.25	0.03	1.59	7.6
2	Томатное пюре	10.0	10.0	0.34	0.00	1.07	5.6

3	Лук репчатый	2.5	2.0	0.03	0.00	0.15	0.7
4	Морковь	5.0	4.0	0.05	0.00	0.25	1.2
5	Петрушка (корень)	1.2	1.0	0.01	0.01	0.09	0.5
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.5	1.5	0.01	0.96	0.02	8.7
7	Сахар-песок	1.2	1.2	0.00	0.00	1.14	4.5
8	Соль поваренная йодированная	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.0
9	Лавровый лист	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.0
10	Бульон	50.0	50.0	0.94	0.22	0.14	6.3
Выход:			50	1.63	1.22	4.45	35.1

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	3	0	0	2	0	0.0	0.1
2	Томатное пюре	0.00	0.00	12.00	0.09	1	1	56	2	4	6	0	0.0	0.1
3	Лук репчатый	0.00	0.00	0.00	0.01	0	0	3	1	0	1	0	0.1	0.0
4	Морковь	0.00	0.00	48.00	0.03	0	1	7	1	1	2	0	0.2	0.0
5	Петрушка (корень)	0.00	0.00	0.01	0.01	0	0	3	1	0	1	0	0.0	0.0
6	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	4.05	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	4	0	0	0	0	0	0.6	0.0
9	Лавровый лист	0.00	0.00	0.02	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
10	Бульон	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0	64.08	0.16	1	6	72	5	5	12	0	0.9	0.2

Способ обработки: Варка

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 петрушкой и морковью, припускают в небольшом количестве бульона мясного с добавлением масла сливочного в течении 10- 15 минут, затем вводят томат-пюре при слабом кипении припускают еще 10-15 минут. Муку пшеничную просеивают и просушивают при температуре 150-160 градусов, периодически помешивая, до приобретения светло-желтого цвета, охлаждают до температуры 70-80 градусов и разводят теплым бульоном в соотношении 1:4, тщательно размешивают и добавляют припущенные овощи и при слабом кипении варят в течении 45-60 минут. В конце варки добавляют соль, сахар, лист лавровый. Соус процеживают, протирая в него разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Используют соус красный основной для приготовления производных соусов. При использовании соуса красного основного как самостоятельного, его заправляют предварительно прокипяченным маслом сливочным, которое добавляют в соус, тщательно помешивают до полного соединения масла сливочного с соусом. Затем соус нагревают до температуры от 80 до 85 градусов, но не кипятят. Подают соус красный основной к мясным и рыбным блюдам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса; консистенция - жидкой сметаны, однородная, без комков муки; цвет: красноватый; вкус - нежный, насыщенный; запах - продуктов, входящих в соус.

Соус сметанный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1соус-2020

Наименование изделия: Соус сметанный

Номер рецептуры: 54-1соус-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	1.2	1.2	0.13	0.01	0.80	3.8
2	Сметана 15.0%	25.0	25.0	0.61	3.30	0.82	35.4
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	1.2	1.2	0.01	0.80	0.01	7.3
4	Соль поваренная йодированная	0.0	0.0	0.00	0.00	0.00	0.0
5	Вода	27.5	27.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			50	0.75	4.11	1.63	46.5

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	Сметана 15.0%	0.01	0.02	16.05	0.12	0	8	24	19	2	13	0	2.2	0.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	3.38	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	4	0	0	0	0	0	0.6	0.0
5	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	8	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.02	19.43	0.13	0	12	25	27	2	14	0	2.8	0.2

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Муку подсушивают при температуре 110-120 градусов, не допуская изменения цвета, охлаждают до 60-70 градусов, растирают со сливочным маслом, вливают 1/4 горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем добавляют оставшуюся воду и варят 25-30 минут. В конце варки добавляют соль, затем процеживают и доводят до кипения. Белый соус соединяют со сметаной, доводят до кипения и варят 3-5 минут. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - однородная масса; консистенция - жидкой сметаны; цвет - белый с кремовым оттенком; вкус и запах - сметанный.

Соус сметанный натуральный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4соус-2020

Наименование изделия: Соус сметанный натуральный

Номер рецептуры: 54-4соус-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	2.5	2.5	0.25	0.03	1.59	7.6
2	Сметана 15.0%	50.0	50.0	1.22	6.60	1.64	70.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	2.5	2.5	0.02	1.59	0.03	14.5
4	Соль поваренная йодированная	0.1	0.1	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			50	1.49	8.22	3.26	92.9

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	3	0	0	2	0	0.0	0.1
2	Сметана 15.0%	0.01	0.04	32.10	0.24	0	15	48	39	4	26	0	4.5	0.2
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.00	6.75	0.00	0	0	1	1	0	1	0	0.0	0.0
4	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	44	0	0	0	0	0	6.0	0.0
Итого		0.01	0.04	38.85	0.26	0	59	52	40	4	29	0	10.5	0.3

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Для приготовления сметанного соуса подсушенную без изменения цвета муку, смешивают с маслом и небольшим количеством холодной сметаны, смесь разводят кипящей сметаной, варят 3 минуты, процеживают, добавляют соль и доводят до кипения повторно. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - консистенция густой сметаны, цвет белый, вкус сметанный.

Чай с молоком и сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4гн-2020

Наименование изделия: Чай с молоком и сахаром

Номер рецептуры: 54-4гн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	50.0	50.0	1.36	1.10	2.18	24.1
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	150.0	150.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	1.55	1.14	8.6	50.9

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	0.01	0.06	6.60	0.32	0	19	61	53	6	39	0	4.5	0.9
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	46	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.07	6.9	0.41	0	20	82	103	10	46	1	4.5	0.9

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 и горячее кипяченое молоко. Чай разливают по стаканам.

Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с молоком и сахаром.

Какао с молоком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-21ГН-2020

Наименование изделия: Какао с молоком

Номер рецептуры: 54-21ГН-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	143.0	143.0	3.90	3.15	6.25	68.9
2	Сахар-песок	7.7	7.7	0.00	0.00	6.99	28.0
3	Какао-порошок	5.5	5.5	1.26	0.73	0.51	13.6
4	Вода	88.0	88.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			220	5.16	3.88	13.75	110.5

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	0.17	18.88	0.92	1	54	173	151	17	112	0	12.9	2.5
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	0.10	0.30	0	1	69	6	20	31	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	27	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.04	0.18	18.98	1.22	1	55	242	184	37	143	1	12.9	2.5

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 кипяток и доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные какао с сахаром.

Кофейный напиток с молоком

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-23гн-2020

Наименование изделия: Кофейный напиток с молоком

Номер рецептуры: 54-23гн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	100.0	100.0	2.73	2.20	4.37	48.2
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Кофейный напиток	5.0	5.0	1.14	0.66	0.46	12.4
4	Вода	120.0	120.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	3.87	2.86	11.19	86

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	0.03	0.12	13.20	0.64	1	38	121	106	12	78	0	9.0	1.8
2	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
3	Кофейный напиток	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	37	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.13	13.29	0.91	1	38	184	149	30	106	1	9	1.8

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Воду доводят до кипения, добавляют кофейный напиток. Дают отстояться в течение 5 минут, процеживают, добавляют сахар, горячее молоко и вновь доводят до кипения. Температура подачи: не менее 75 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные кофейному напитку с молоком и сахаром.

Чай с сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2гн-2020

Наименование изделия: Чай с сахаром

Номер рецептуры: 54-2гн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			200	0.19	0.04	6.42	26.8

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
Итого		0	0.01	0.3	0.09	0	1	21	66	4	7	1	0	0

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 лимоном и сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3гн-2020

Наименование изделия: Чай с лимоном и сахаром

Номер рецептуры: 54-3гн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лимон	8.2	7.7	0.07	0.01	0.21	1.2
2	Сахар-песок	7.7	7.7	0.00	0.00	6.99	28.0
3	Чай черный байховый	1.1	1.1	0.21	0.05	0.07	1.5
4	Вода	214.5	214.5	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			220	0.28	0.06	7.27	30.7

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	Лимон	0.00	0.00	0.09	0.01	1	1	10	3	1	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	0.33	0.10	0	1	23	5	4	8	1	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	66	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0.01	0.42	0.11	1	2	33	74	5	9	1	0	0

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 и добавляют подготовленный и нарезанный кружочками лимон. Температура подачи: не менее 75 градусовС.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром и лимоном.

Чай с молоком и сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4гн-2020

Наименование изделия: Чай с молоком и сахаром

Номер рецептуры: 54-4гн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Молоко 2.5% м.д.ж	50.0	50.0	1.36	1.10	2.18	24.1
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	0.5	0.5	0.09	0.02	0.03	0.7
4	Вода	150.0	150.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	1.45	1.12	8.57	50.2

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	0.01	0.06	6.60	0.32	0	19	61	53	6	39	0	4.5	0.9
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	0.00	0.15	0.05	0	0	10	2	2	4	0	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	46	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.06	6.75	0.37	0	19	71	101	8	43	0	4.5	0.9

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 и горячее кипяченое молоко. Чай разливают по стаканам.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с молоком и сахаром.

Чай с сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-45ГН-2020

Наименование изделия: Чай с сахаром

Номер рецептуры: 54-45ГН-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Сахар-песок	5.7	5.7	0.00	0.00	5.14	20.6
2	Чай черный байховый	0.6	0.6	0.11	0.03	0.04	0.8
3	Вода	200.0	200.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.11	0.03	5.18	21.4

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	0.00	0.17	0.05	0	0	12	2	2	4	0	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
Итого		0	0	0.17	0.05	0	0	12	64	2	4	0	0	0

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 лимоном и сахаром

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-3ГН-2020

Наименование изделия: Чай с лимоном и сахаром

Номер рецептуры: 54-3ГН-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных организациях (от 1 до 7 лет) / Новосибирск, 2021 г

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Лимон	7.5	7.0	0.06	0.01	0.19	1.1
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Чай черный байховый	0.5	0.5	0.09	0.02	0.03	0.7
4	Вода	195.0	195.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.15	0.03	6.58	27.2

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	Лимон	0.00	0.00	0.08	0.01	1	1	9	2	1	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	0.00	0.15	0.05	0	0	10	2	2	4	0	0.0	0.0
4	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	60	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0	0	0.23	0.06	1	1	19	64	3	5	0	0	0

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 и добавляют предварительно ошпаренный и нарезанный кружочками лимон.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус и запах - свойственные чаю с сахаром и лимоном.

Компот из смеси сухофруктов

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1ХН-2020

Наименование изделия: Компот из смеси сухофруктов

Номер рецептуры: 54-1ХН-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			200	0.47	0	19.78	81

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
Итого		0	0	15	0.05	0	0	0	108	2	4	0	0	0

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.

Напиток из шиповника

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-13хн-2020

Наименование изделия: Напиток из шиповника

Номер рецептуры: 54-13ХН-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Шиповник (сухой)	21.4	20.0	0.64	0.25	8.79	39.9
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	230.0	230.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.64	0.25	15.15	65.3

Витамины и минеральные вещества

[illegible]

3	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	71	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.05	98.04	0.19	80	2	8	82	3	3	1	0	0

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Целые сушеные плоды шиповника промывают холодной водой, подсушивают для лучшей экстракции дробят, заливают кипятком и кипятят 15 мин. Снимают с огня и оставляют для охлаждения, после чего настой процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения. Охлаждают, разливают в стаканы. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус: сладкий, с выраженным вкусом ягод; цвет и запах – свойственные шиповнику.

Компот из кураги

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2хн-2020

Наименование изделия: Компот из кураги

Номер рецептуры: 54-2хн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Курага	21.4	20.0	0.98	0.05	9.28	41.5
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	202.0	202.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.98	0.05	15.64	66.9

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	Курага	0.01	0.03	69.96	0.48	0	3	285	28	18	25	1	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	62	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.01	0.03	69.96	0.48	0	3	285	90	18	25	1	0	0

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Плоды перебирают, тщательно промывают, несколько раз меняя воду. Подготовленные плоды закладывают в кипящий сахарный сироп и варят до готовности. Для приготовления сахарного сиропа сахар растворяют в горячей воде, доводят воду до кипения. Курагу варят 10-20 минут. Компот охлаждают, процеживают. При отпуске в стакан раскладывают фрукты и заливают отваром. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - сухофрукты сохранили форму и залиты прозрачным компотом; цвет - желтоватый; вкус - сладкий с хорошо выраженным привкусом сухофруктов; запах - вареных сухофруктов.

Компот из изюма

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-4хн-2020

Наименование изделия: Компот из изюма

Номер рецептуры: 54-4хн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Изюм	20.4	20.0	0.43	0.09	11.98	50.4
2	Сахар-песок	7.0	7.0	0.00	0.00	6.36	25.4
3	Вода	202.0	202.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			200	0.43	0.09	18.34	75.8

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	Изюм	0.02	0.01	0.72	0.10	0	18	138	14	7	22	1	0.2	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	62	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.02	0.01	0.72	0.1	0	18	138	76	7	22	1	0.2	0.1

Способ обработки: Варка

Технология приготовления: Изюм перебирают, удаляя плодоножки, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Изюм заливают горячей водой, нагревают до кипения, всыпают сахар, добавляют лимонную кислоту и варят 10 минут до готовности. Готовый компот разливают по стаканам. Температура подачи: 20 градусов С.

Характеристика блюда на выходе:

Вкус - сладкий, с выраженным привкусом изюма.

Компот из свежих яблок

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-32хн-2020

Наименование изделия: Компот из свежих яблок

Номер рецептуры: 54-32хн-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Пособие. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Новосибирск, 2022 г.

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
Выход:			200	0.15	0.14	9.93	41.5

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
Итого		0.01	0.01	1.2	0.1	2	8	92	58	3	4	1	0.8	0.1

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.

Коржик молочный

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-2в-2020

Наименование изделия: Коржик молочный

Номер рецептуры: 54-2в-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд для организации питания детей школьного возраста в организациях с круглосуточным режимом пребывания и иными режимами функционирования / Новосибирск, 2020 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	28.2	28.2	2.86	0.32	17.91	86.0
2	Молоко 2.5% м.д.ж	5.0	5.0	0.14	0.11	0.22	2.4
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	6.7	6.7	0.05	4.25	0.08	38.8
4	Яйцо куриное	2.8	2.5	0.30	0.25	0.02	3.5
5	Сахар-песок	8.8	8.8	0.00	0.00	7.95	31.8
6	Ванилин	0.0	0.0	0.00	0.00	0.01	0.0
7	Натрий двууглекислый	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			50	3.35	4.93	26.19	162.5

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	0.03	0.01	0.00	0.27	0	1	29	4	4	21	0	0.4	1.5
2	Молоко 2.5% м.д.ж	0.00	0.01	0.66	0.03	0	2	6	5	1	4	0	0.4	0.1
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	17.99	0.01	0	1	2	1	0	2	0	0.0	0.1

4	Яйцо куриное	0.00	0.01	3.90	0.07	0	3	3	1	0	4	0	0.5	0.7
5	Сахар-песок	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
6	Ванилин	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
7	Натрий двууглекислый	0.00	0.00	0.00	0.00	0	78	0	0	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.03	0.04	22.55	0.38	0	85	40	11	5	31	0	1.3	2.4

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость. Размягченное масло взбивают с сахаром до полного его растворения, добавляют яйца и молоко, растворенные разрыхлитель и ванилин, а затем всыпают муку и замешивают тесто 1-4 минут. Приготовленное тесто раскатывают в виде пласта толщиной 6-7 мм, наносят рисунок рифленой скалкой, вырезают изделия круглой формы диаметром 95 мм, укладывают на листы, смазывают яйцом и выпекают при температуре 200-220 градусов в течение 10-12 минут.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид - изделия круглой формы с узорчатой поверхностью, края с зубчиками. Цвет светло-желтый.

Булочка ванильная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-10в-2020

Наименование изделия: Булочка ванильная

Номер рецептуры: 54-10в-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептов блюд для организации питания детей школьного возраста в организациях с круглосуточным режимом пребывания и иными режимами функционирования / Новосибирск, 2020 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	67.5	67.5	6.85	0.77	42.94	206.1
2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	8.3	8.3	0.06	5.32	0.10	48.5
3	Яйцо куриное	6.6	6.0	0.72	0.61	0.04	8.5
4	Сахар-песок	8.3	8.3	0.00	0.00	7.57	30.3
5	Дрожжи прессованные	1.3	1.3	0.16	0.03	0.10	1.3
6	Соль поваренная йодированная	1.3	1.3	0.00	0.00	0.00	0.0
7	Ванилин	0.1	0.1	0.00	0.00	0.04	0.2
8	Вода	30.0	30.0	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			100	7.79	6.73	50.79	294.9

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	0.65	0	2	68	11	9	51	1	1.0	3.6

2	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.01	22.50	0.01	0	1	2	2	0	2	0	0.0	0.1
3	Яйцо куриное	0.00	0.02	9.36	0.17	0	6	7	3	1	10	0	1.2	1.6
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	0.15	0	0	7	0	1	5	0	0.1	0.0
6	Соль поваренная йодированная	0.00	0.00	0.00	0.00	0	392	0	4	0	1	0	53.3	0.0
7	Ванилин	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.0	0.0
8	Вода	0.00	0.00	0.00	0.00	0	0	0	9	0	0	0	0.0	0.0
Итого		0.09	0.06	31.86	0.98	0	401	84	29	11	69	1	55.6	5.3

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.

Ватрушка творожная

Технологическая карта кулинарного изделия (блюда): 54-1в-2020

Наименование изделия: Ватрушка творожная

Номер рецептуры: 54-1в-2020

Наименование сборника рецептов, год выпуска, автор: Сборник типовых меню и рецептур блюд для организации питания детей школьного возраста в организациях с круглосуточным режимом пребывания и иными режимами функционирования / Новосибирск, 2020 г.

Пищевые вещества:

№	Наименование сырья	Брутто, г.	Нетто, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.
1	Мука пшеничная высший сорт	16.0	16.0	1.62	0.18	10.17	48.8
2	Творог 5.0% м.д.ж	40.0	40.0	7.90	1.76	1.09	51.8
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	16.0	16.0	0.12	10.21	0.19	93.1
4	Яйцо куриное	2.3	2.1	0.25	0.21	0.01	2.9
5	Сахар-песок	7.2	7.2	0.00	0.00	6.54	26.2
6	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.00	0.00	0.00	0.0
Выход:			60	9.89	12.36	18	222.8

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	0.02	0.01	0.00	0.15	0	0	16	3	2	12	0	0.2	0.8

2	Творог 5.0% м.д.ж	0.01	0.08	7.92	1.25	0	12	37	58	8	77	0	3.6	10.6
3	Масло сливочное 72.5% м.д.ж	0.00	0.02	43.19	0.03	0	2	4	3	0	4	0	0.0	0.1
4	Яйцо куриное	0.00	0.01	3.24	0.06	0	2	2	1	0	3	0	0.4	0.6
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	106	0	1	0	0	0	14.4	0.0
Итого		0.03	0.12	54.35	1.49	0	122	59	66	10	96	0	18.6	12.1

Способ обработки: Запекание

Технология приготовления: Подготовленные (обработанные) яйца разбивают в отдельную емкость. Масло сливочное взбивают с сахарным песком до однородной пышной массы. Затем добавляют протертый творог, массу перемешивают, всыпают муку. Тесто замешивают в течение 1-2 минут. Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной 7-8 мм и формируют двумя разными формочками различного диаметра круглые сочни. Первый слой изделия (большого диаметра) смазывают яйцом, накладывают сверху второй. Сверху делают углубление и заполняют сахарным песком. Выпекают при температуре 220-230 градусов.

Характеристика блюда на выходе:

Внешний вид готового изделия: круглой формы, посыпано сахарным песком, золотистого цвета. Вкус приятный сладкий, без посторонних привкусов и запахов. Консистенция мягкая.
