

# ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ КАРТЫ

## *блюд и кулинарных изделий для питания детей школьного возраста*

Данные технологические карты составлены в соответствии с «Санитарноэпидемиологическими требованиями к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 23 июля 2008 года № 45 СанПиН 2.4.5.2409 – 08.

При составлении технологических карт использовалась следующая литература:

- Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004. – 639 с.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005 – 656 с
- Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. – М.: Госторгиздат, 1955
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/Составитель Л.Е.Голунова. - Издательство “ПРОФИКС” Санкт-Петербург, 2003 г.
- Химический состав российских пищевых продуктов: Справочник / Под ред. член.-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и академика РАМН, проф. В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2002 – 236 с.
- Химический состав пищевых продуктов/ Под ред. И.М.Скурихина, М.Н.Волгарева, - М.: ВО «Агрохимиздат», 1987., Т. 1

# Холодные блюда

## Бутерброды и салаты

Для приготовления холодных блюд в питании школьников используются свежие, квашеные и соленые овощи и гастрономические товары. Не допускаются к реализации продукты, перечисленные в приложении 7 СанПиН 2.4.5.2409-08.

При обработке овощей должны быть соблюдены следующие требования: овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Овощи урожая прошлого года (капусту, репчатый лук, корнеплоды и др.) в период после 1 марта допускается использовать только после термической обработки (п.6.29 СанПиН 2.4.5.249-08).

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением, свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Зелень, предназначенную для приготовления холодных закусок без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием.

Изготовление салатов и их заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Незаправленные салаты допускается хранить не более 2 часов при температуре плюс  $4\pm 2$  °С. Салаты заправляют непосредственно перед раздачей. В качестве заправки салатов следует использовать растительное масло. Хранение заправленных салатов может осуществляться не более 30 минут при температуре  $4\pm 2$  °С. Использование сметаны и майонеза для заправки салатов не допускается.

При перемешивании ингредиентов, входящих в состав салата, необходимо пользоваться кухонным инвентарем, не касаясь продукта руками.

Потребительскую упаковку консервированных продуктов перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

Холодные закуски, салаты должны иметь температуру подачи не ниже  $+15^{\circ}\text{C}$ .

Утверждаю  
 Директор МКОУ «Шурибская СОШ»  
 А. Г. Ярбилова



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 1**  
**Наименование кулинарного изделия (блюда): МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)**  
**Номер рецептуры: 41**

**Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/ Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 19

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов							
	1 порция							
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Масло сливочное	5	5	10	10	15	15	20	20
<b>ВЫХОД:</b>		5	10		15		20	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B	C	A
5	0,00	4,10	0,05	37,50	0,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	29,50
10	0,00	8,20	0,10	75,00	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	59,00
15	0,00	12,30	0,15	112,50	1,50	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	88,50
20	0,00	16,40	0,20	150,00	2,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	118,00

**Технология приготовления:**

Масло сливочное нарезают кусочками прямоугольной или другой формы.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: ровные кусочки масла с гладкими краями

Консистенция: мягкая, не расплывшаяся

Цвет: соответствует виду масла, светло-желтый

Вкус: сладко-сливочный, без горечи

Запах: свежего масла



Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
 \_\_\_\_\_ А. Г. Ярбилова

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 2**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** СЫР (ПОРЦИЯМИ)

**Номер рецептуры:** 42

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с.19

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов							
	1 порция							
	Бр ут то г	Не тт о, г	Бр ут то г	Не тт о, г	Бр ут то г	Не тт о, г	Бр ут то г	Не тт о, г
Сыр неострых сортов (твердый, полутвердый, мягкий)	5,3	5	10,6	10	15,9	15	21,2	20
<b>ВЫХОД:</b>	5		10		15		20	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Бе лк и, г	Ж ир ы, г	Уг ле во ды , г	це нн ер ос кк г. ть, ал	Са	Mg	Р	Fe	В	С	А
5	1,16	1,48	0,00	18,20	44,00	1,75	25,00	0,05	0,00	0,04	13,00
10	2,32	2,95	0,00	36,40	88,00	3,50	50,00	0,10	0,00	0,07	26,00
15	3,48	4,43	0,00	54,60	132,0	5,25	75,00	0,15	0,01	0,11	39,00
20	4,64	5,90	0,00	72,80	176,0	7,00	100,0	0,20	0,01	0,14	52,00

**Технология приготовления:**

Сыр зачищают от корок, нарезают на порционные куски прямоугольной или иной формы.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: сыр прямоугольной или треугольной формы

Консистенция: мягкая

Цвет: соответствует виду сыра, светло-желтый

Вкус: соответствует виду сыра, без горечи

Запах: свойственный свежему сыру



Утверждаю  
Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
\_\_\_\_\_ А. Г. Ярбилова

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 3

Наименование кулинарного изделия (блюда): САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ

Номер рецептуры: 13

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010, с. 91

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Огурцы свежие	71,3	57	118,8	95
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	<b>6</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B	C	A
60	0,46	3,65	1,43	40,38	13,11	7,98	24,01	0,34	0,02	5,70	0,00
100	0,76	6,09	2,38	67,3	21,85	13,30	40,02	0,57	0,03	9,50	0,00

#### Технология приготовления:

Свежие огурцы очищают от кожицы, нарезают кружочками, ломтиками или мелко шинкуют. Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс  $4 \pm 2$  °С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс  $4 \pm 2$  °С.

Температура подачи не ниже +15 °С.

При отпуске заправляют солью и растительным маслом.

#### Требования к качеству:

Внешний вид: нарезанные огурцы уложены горкой, заправлены растительным маслом

Консистенция: форма нарезки сохраняется, консистенция хрустящая

Цвет: соответствует сорту огурцов

Вкус: свойственный свежим огурцам, в меру соленый

Запах: огурцов и растительного масла

Утверждаю



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №4**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ

**Номер рецептуры:** 14

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛиПринт, 2010, с. 91

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	50,8	43,2	84,7	72
Лук репчатый	17,3	14,5	28,8	24,2
масса бланшированного репчатого лука	-	13,8	-	23
или лук зеленый	17,3	13,8	28,8	23
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
<b>ВЫХОД:</b>		60	100	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B	C	A
60	0,68	3,71	2,83	47,46	10,55	10,67	19,73	0,50	0,04	12,25	0,00
100	1,13	6,19	4,72	79,1	17,58	17,79	32,88	0,84	0,06	20,42	0,00

**Технология приготовления:**

Помидоры промывают проточной водой, удаляют плодоножку, нарезают тонкими ломтиками. Лук очищают, срезают донце и шейку, мелко шинкуют, ошпаривают кипятком. Подготовленный зеленый лук мелко шинкуют. Помидоры и лук перемешивают, заправляют растительным маслом, солью, раскладывают на порции.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С. Температура подачи не ниже +15 °С.

**Требования к качеству:**

**Внешний вид:** помидоры и лук перемешаны, уложены горкой. Овощи имеют привлекательный вид

**Консистенция:** форма нарезки сохраняется, консистенция помидоров – упругая, сочная

**Цвет:** соответствует сорту помидоров

**Вкус:** свойственный свежим помидорам, в меру соленый

**Запах:** свежих помидоров и лука в сочетании с растительным маслом

Утверждаю  
Директор МКОУ «Цурибская СОШ»



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 5**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):**САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ

**Номер рецептуры:** 15

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010, с. 92

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Помидоры свежие	33,9	28,8	56,5	48
Огурцы свежие	26,3	21	43,8	35
Лук репчатый	9	7,6	15	12,6
масса бланшированного репчатого лука	-	7,2	-	12
или лук зеленый	9	7,2	15	12
Масло растительное	3,6	3,6	6	6
<b>ВЫХОД:</b>	60		100	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B	C	A
60	0,59	3,69	2,24	44,52	11,21	9,76	20,77	0,44	0,03	10,06	0,00
100	0,98	6,15	3,73	74,20	18,68	16,26	34,61	0,74	0,05	16,76	0,00

**Технология приготовления:**

Подготовленные свежие помидоры и очищенные огурцы нарезают тонкими ломтиками, лук зеленый очищают, моют, мелко шинкуют, лук репчатый мелко шинкуют и бланшируют. Нарезанные помидоры, огурцы и лук перед отпуском перемешивают, заправляют растительным маслом, солят, раскладывают на порции. Салат можно отпускать и без лука, соответственно уменьшив выход.

Изготовление салата и его заправка осуществляется непосредственно перед раздачей. Не заправленный салат допускается хранить, не более 2-х часов при температуре плюс 4±2°С. Хранение заправленного салата может, осуществляться не более 30 минут при температуре плюс 4±2°С. Температура подачи не ниже +15 °С.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: овощи имеют привлекательный вид, нарезаны тонкими ломтиками, лук мелко нашинкован. Овощи уложены горкой, сохранили форму нарезки, заправлены растительным маслом.

Консистенция: помидоров и огурцов – упругая, лука - сочная

Цвет: помидоров - соответствует сорту (красный, розовый или желтый), огурцов – неочищенных – белый с зеленой каймой, очищенных - белый

Вкус: свойственный свежим помидорам и огурцам, в меру соленый Запах: свежих помидоров, огурцов и лука в сочетании с растительным маслом

# Первые блюда

В питании школьников приготавливаются горячие заправочные, молочные, пюреобразные и прозрачные супы. Супы можно приготавливать с различными мясными, рыбными и консервированными продуктами.

Овощи для приготовления супов сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить наружные листья.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением; закладывают овощи только в кипящую воду, нарезав их перед варкой; свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

При приготовлении супов с крупами следует помнить, что крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы перебирают и промывают проточной водой.

При использовании консервированных продуктов потребительскую упаковку перед вскрытием промывают проточной водой и протирают ветошью.

При отпуске вареного мяса (птицы) к первым блюдам, порционированное мясо подвергают вторичной термической обработке – кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят в нем при температуре +75°C до раздачи не более 1 часа.

Молочные супы варят на молоке, смеси молока и воды, на сгущенном молоке (согласно таблицы норм взаимозаменяемости). Супы готовят с макаронными изделиями, крупами. Молочные супы варят: с макаронными изделиями – 10-40 мин (в зависимости от сорта), с дроблеными крупами – 10-15 мин, с недроблеными крупами (рисовая, гречневая, перловая, пшено) – 20-30 мин. Молочные супы с макаронными изделиями при длительной варке и хранении быстро густеют. Во избежание этого их следует готовить небольшими партиями с таким расчетом, чтобы реализовать их в течение 20-30 мин. Готовые супы заправляют растопленным сливочным маслом.

Температура подачи горячих супов +60...+65°C.



Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
 А. Г. Ярбилова

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 6**  
**Наименование кулинарного изделия (блюда):**БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ  
**Номер рецептуры:** 170

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с.71

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Свекла до 1 января	40	32	50	40
***с 1 января	42,6	32	53,3	40
Капуста свежая	20	16	25	20
Картофель молодой до 1 сент.	20	16	25	20
***с 1 сентября по 31 октября	21,3	16	26,7	20
***с 1 ноября до 31 декабря	22,9	16	28,6	20
***с 1 января по 28-29 февраля	24,6	16	30,8	20
***с 1 марта	26,7	16	33,3	20
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Томатное пюре	6	6	7,5	7,5
Масло сливочное	4	4	5	5
Сахар	2	2	2,5	2,5
Лимонная кислота	3,2	3,2	4	4
Вода	160	160	200	200
<b>ВЫХОД:</b>	<b>200</b>		<b>250</b>	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Са	Mg	P	Fe	B	C	A
200	1,45	3,93	100,20	82,00	35,50	21,00	42,58	0,95	0,04	8,23	0,00
250	1,81	4,91	125,25	102,50	44,38	26,25	53,23	1,19	0,05	10,29	0,00

**Технология приготовления:**

В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 минут до окончания процесса варки добавляют соль, сахар, специи.

Борщ можно готовить с мясом, которое закладывается в следующем количестве: масса брутто – 27 г, масса нетто – 20 г. При отпуске в тарелку можно положить прокипяченную сметану.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: в жидкой части борща распределены овощи, сохранившие форму нарезки (свекла, капуста, морковь, лук – соломкой, картофель – брусочками)

Консистенция: свекла и овощи - мягкие, капуста свежая – упругая; соблюдается соотношение жидкой и плотной части

Цвет: малиново-красный, жир на поверхности - оранжевый

Вкус: кисло-сладкий, умеренно соленый

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Утверждаю  
Директор МКОУ «Щурибская СОШ»  
*А. Г. Ярбилова*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 7

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ

Номер рецептуры: 200

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт. А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. А.С.К., 2005, с. 85

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабриката			
	в			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	112,5	90	140,6	112,5
***с 1 сентября по 31 октября	120	90	150	112,5
***с 1 ноября до 31 декабря	128,6	90	160,7	112,5
***с 1 января по 28-29 февраля	138,5	90	173	112,5
***с 1 марта	150	90	187,5	112,5
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Бульон или вода	140	140	175	175
<b>ВЫХОД:</b>	<b>200</b>		<b>2</b>	<b>50</b>

### Химический состав данного блюда

В ых од , г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Бе лк и, г	Ж ир ы, г	Уг ле во ды , г	це Энн ер ос кк г. ть, ал	Са	Mg	Р	Fe	В	С	А
200	1,87	2,26	13,31	81,00	20,68	24,90	61,44	0,94	0,11	9,6	0,00
250	2,34	2,83	16,64	101,25	25,85	31,13	76,80	1,18	0,14	12,00	0,00

### Технология приготовления:

В кипящий бульон или воду кладут нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 минут, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 минут до окончания процесса варки добавляют соль, специи.

Мясо приготавливают отдельно и при отпуске кладут в каждую тарелку.

### Требования к качеству:

На поверхности супа блески жира. Овощи сохранили форму нарезки, мягкие. Вкус и аромат, свойственные продуктам рецептуры. Не допускается запах пареных овощей.

  
 Утверждаю  
 Директор МКОУ «Щурибская СОШ»  
 А. Г. Ярбилова

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 8**  
**Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ**  
**Номер рецептуры: 204**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт. А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. А.С.К., 2005, с.86

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	75	60	93,8	75
***с 1 сентября по 31 октября	80	60	100	75
***с 1 ноября до 31 декабря	85,7	60	107,1	75
***с 1 января по 28-29 февраля	92,3	60	115,3	75
***с 1 марта	100	60	125	75
Крупа пшеничная, перловая	8	8	10	10
или рис, пшено	4	4	5	5
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Вода	150	150	187,5	187,5
<b>ВЫХОД:</b>	<b>200</b>		<b>250</b>	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B	C	A	
<b>С пшеничной крупой</b>												
200	2,14	2,24	13,71	83,60	20,88	22,80	66,12	1,04	0,09	6,60	0,00	
250	2,68	2,80	17,14	104,50	26,10	28,50	82,65	1,30	0,11	8,25	0,00	
<b>С перловой крупой</b>												
200	2,00	2,23	13,60	82,60	20,72	21,20	69,88	0,81	0,08	6,660	0,00	
250	2,50	2,79	17,00	103,25	25,90	26,50	87,35	1,01	0,10	8,33	0,00	
<b>С рисом</b>												
200	1,58	2,19	11,66	72,60	18,44	20,00	50,04	0,71	0,08	6,60	0,00	
250	1,98	2,74	14,58	90,75	23,05	25,00	62,55	0,89	0,10	8,25	0,00	
<b>С пшеном</b>												
200	1,74	2,27	11,43	73,20	19,20	21,32	53,36	0,77	0,09	6,60	0,00	
250	2,18	2,84	14,29	91,50	24,00	26,65	66,70	0,96	0,11	8,25	0,00	

**Технология приготовления:**

Лук мелко рубят, морковь нарезают мелкими кубиками и пассеруют. Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кладут подготовленную в соответствии с требованиями

СанПиНа крупу, картофель, пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль, специи. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновременно с пассерованными овощами.

Суп картофельный с перловой крупой можно приготовить с рыбой, порции рыбы варят отдельно.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель и овощи, крупа хорошо разварившаяся, но не потерявшая форму

Консистенция: овощи мягкие, крупа хорошо разварилась, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

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

Вкус: картофеля, припущенных овощей, умеренно соленый Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
 А. Г. Ярбилова

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 9

Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

Номер рецептуры: 208

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 88

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	75	60	93,8	75
***с 1 сентября по 31 октября	80	60	100	75
***с 1 ноября до 31 декабря	85,7	60	107,1	75
***с 1 января по 28-29 февраля	92,3	60	115,3	75
***с 1 марта	100	60	125	75
Макаронные изделия	8	8	10	10
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Вода	150	150	188	188
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

### Химический состав данного блюда

В ых од , г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Бе лк и, г	Ж ир ы, г	Уг ле во ды	це Энн ер ос г. ть, ал	Са	Mg	р	Fe	В	С	А
200	2,15	2,27	13,71	83,80	19,68	21,60	53,32	0,87	0,09	6,60	0,00
250	2,69	2,84	17,14	104,75	24,60	27,00	66,65	1,09	0,11	8,25	0,00

### Технология приготовления:

В кипящую воду кладут подготовленные макароны, доводят до кипения и варят 10-15 минут, затем добавляют картофель, пассерованные морковь, лук и томатное пюре и варят до готовности. Лапшу кладут в суп одновременно с картофелем. При приготовлении супа с вермишелью или фигурными изделиями в кипящий бульон или воду кладут картофель, пассерованные овощи, томатное пюре, а вермишель или фигурные изделия добавляют за 10-15 минут до готовности супа.

### Требования к качеству:

Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель, овощи и макаронные изделия, сохранившие форму

Консистенция: овощи и картофель мягкие, макаронные изделия хорошо набухшие, мягкие, соблюдается соотношение жидкой и плотной части супа

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

Вкус: умеренно соленый, свойственный картофелю и овощам Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
 А. Г. Ярбилова

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 10**

**Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ  
 С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ**

**Номер рецептуры: 209**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 88

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	100	80	1252	100
***с 1 сентября по 31 октября	106,7	80	133,3	100
***с 1 ноября до 31 декабря	114,3	80	142,8	100
***с 1 января по 28-29 февраля	123,1	80	153,8	100
***с 1 марта	133,3	80	166,7	100
Морковь до 1 января	10	8	12,5	10
***с 1 января	10,7	8	13,3	10
Лук репчатый	9,6	8	12	10
Томатное пюре	2	2	2,5	2,5
Масло растительное	2	2	2,5	2,5
Вода	150	150	187,5	187,5
На фрикадельки:				
Говядина (котлетное мясо) б/к	18,8	17,1	23,7	21,5
Лук репчатый	1,8	0,2	2,3	0,25
Вода	0,2	0,2	0,25	0,25
Яйцо	1,25	1,2	1,6	1,55
<b>ВЫХОД:</b>	200/20		25	0/25

**Химический состав данного блюда**

В ых о -	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Бе лк и, г	Ж ир ы, г	Уг ле во дыг ,	це Эннн ер ос кк г. ть, ал	Са	Mg	р	Fe	В	С	А
200/20	5,83	4,56	13,59	118,80	25,52	32,01	103,97	1,29	0,12	9,87	3,96
250/25	7,29	5,70	16,99	148,50	31,90	40,01	129,96	1,61	0,15	12,34	4,95

**Технология приготовления:**

В кипящую воду кладут картофель, нарезанный кубиками, брусочками или дольками, доводят до кипения, добавляют нарезанные ломтиками или брусочками пассерованные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют пассерованное томатное пюре, специи, соль.

Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве бульона или воды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон после припускания фрикаделек добавляют в суп. Суп можно готовить без томатного пюре.

Фрикадельки: мясо пропускают через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо размешивают. Сформованные

шарики массой 8-10 г припускают в бульоне до готовности. Хранят фрикадельки на мармите в бульоне.

**Требования к качеству:**


Внешний вид: в жидкой части супа распределены картофель и овощи, сохранившие форму нарезки. Фрикадельки одинакового размера

Консистенция: овощи и картофель мягкие, фрикадельки – упругие, сочные

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

Вкус: умеренно соленый, свойственный фрикаделькам, картофелю и овощам

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам

Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
  
 А. Г. Ярбилова



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 11

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ

**Номер рецептуры:** 94

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010, с. 139

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	140	140	175	175
Вода	60	60	75	75
Крупы: рисовая, манная или кукурузная	12	12	15	15
гречневая или пшено	16	16	20	20
Сахар	1,6	1,6	2	2
Масло сливочное	2	2	2,5	2,5
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

В ых од , г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Бе лк и, г	Ж ир ы, г	Уг ле во дыг ,	це Энн ер ос кк г. ть, ал	Са	Mg	р	Fe	В	С	А
С рисовой крупой											
200	4,82	1,02	16,83	132,4	158,82	23,06	137,46	0,25	0,06	0,91	30,60
250	6,03	1,28	21,04	165,50	198,53	28,83	171,83	0,31	0,08	1,14	38,25
С манной крупой											
200	5,21	5,08	16,42	132,20	160,14	19,60	130,04	0,25	0,07	0,91	30,60
250	6,51	6,35	20,53	165,25	200,18	24,50	162,55	0,31	0,09	1,14	38,25
С кукурузной крупой											
200	4,97	5,10	16,50	131,80	161,68	28,90	154,66	0,55	0,09	0,91	30,60
250	6,21	6,38	20,63	164,75	202,10	36,13	193,33	0,69	0,11	1,14	38,25
С гречневой крупой											
200	5,97	5,48	17,08	141,60	160,88	46,46	165,66	1,13	0,11	0,91	30,60
250	7,46	6,85	21,35	177,00	201,10	58,08	207,08	1,41	0,14	1,14	38,25
С пшеном											
200	5,80	5,48	18,57	146,80	161,92	29,62	155,78	0,54	0,11	0,91	30,60
250	7,25	6,85	23,21	183,50	202,40	37,03	194,73	0,68	0,14	1,14	38,25

**Технология приготовления:**

Крупы подготавливать в соответствии с требованиями СанПиНа.



После закипания смеси молока и воды в нее закладывают крупы. Манную и мелко дробленную крупу засыпают тонкой струйкой в кипящую смесь при быстром помешивании, добавляют сахар и варят до готовности. Затем закладывают растопленное сливочное масло, доводят суп до кипения и раздают.

Суп можно готовить на цельном молоке, на смеси молока и воды, на сгущенном молоке. При приготовлении на молоке сгущенном соотношение цельного молока к сгущенному 1:0,38

**Требования к качеству:**


Внешний вид: в жидкой части супа – крупа разваренная, на поверхности – сливочное масло

Консистенция: в меру вязкая, крупы – мягкая, набухшая, соблюдается соотношение плотной и жидкой частей супа

Цвет: супа – молочно-белый, сливочного масла - желтый

Вкус: сладковатый, молока и сливочного масла

Запах: кипяченого молока, свойственный входящим в блюдо продуктам

  
 Утверждаю  
 Директор МКОУ «Щурибская СОШ»  
А. Г. Ярбилова

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 12

**Наименование кулинарного изделия (блюда):**

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ

**Номер рецептуры:** 93

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред.

М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010, с. 139

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	140	140	175	175
Вода	60	60	75	75
Лапша домашняя № 118 или	16	16	20	20
вермишель, фигурные изделия, макароны	16	16	20	20
Сахар	1,6	1,6	2	2
Масло сливочное	2	2	2,5	2,5
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

В ых од , г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Бе лк и, г	Ж ир ы, г	Уг ле во ды	це Энн ер ос г. ть, ал	Са	Mg	р	Fe	В	С	А
С лапшой домашней № 118											
200	6,05	5,60	18,25	147,60	164,74	24,10	144,28	0,53	0,09	0,91	39,20
250	7,56	7,00	22,81	184,50	205,93	30,13	180,35	0,66	0,11	1,14	49,00
С вермишелью											
200	5,75	5,21	18,84	145,20	161,62	24,14	137,98	0,51	0,09	0,91	30,60
250	7,19	6,51	23,55	181,50	202,03	30,18	172,48	0,64	0,11	1,14	38,25
С макаронными изделиями											
200	5,75	5,21	18,84	145,20	161,62	24,14	137,98	0,51	0,09	0,91	30,60
250	7,19	6,51	23,55	181,50	202,03	30,18	172,48	0,64	0,11	1,14	38,25

**Технология приготовления:**

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны – 15-20 мин, лапшу – 10-12 мин, вермишель – 5-7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности. Заправляют сахаром, солью, сливочным маслом, доводят до кипения.

**Требования к качеству:**

*Внешний вид:* в жидкой части распределены макаронные изделия, сохранившие форму, на поверхности – сливочное масло.

*Консистенция:* макаронные изделий - мягкая

*Цвет:* супа – молочно-белый, сливочного масла - желтый

*Вкус:* умеренно сладковатый, молока и сливочного масла

*Запах:* кипяченого молока, свойственный входящим в блюдо продуктам

## **Блюда из картофеля, овощей, круп и макаронных изделий**

\* блюда из овощей и картофеля

Для приготовления блюд овощи подвергают различным приемам тепловой обработки – варке, припусканию, тушению, запеканию.

Пищевая ценность овощных блюд обусловлена высоким содержанием в них витаминов, углеводов и минеральных солей, легко усвояемых и необходимых организму человека.

Однако содержащиеся в овощах минеральные соли, углеводы и витамин С легко растворимы в воде, поэтому очищенные овощи действующий СанПиН запрещает оставлять на длительный срок в холодной воде. Особенно это относится к картофелю, активность витамина С в котором при хранении в воде снижается на 40%. Для лучшей сохранности витамина С овощи при варке следует опускать в кипящую воду и варить в закрытой посуде при слабом кипении.

Картофель и морковь варят очищенными, свеклу – в кожуре. При варке картофель и овощи кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг). Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня овощей. Соль используют из расчета 10 г на 1 л воды. Свеклу, морковь и горох лущеный варят без соли, так как она ухудшает их вкусовые качества и замедляет процесс варки.

Овощи, имеющие зеленую окраску (зеленый горошек, капусту) варят в большом количестве воды (3-4 л на 1 кг) в открытой посуде при бурном кипении во избежание изменения их цвета.

Для припускания и тушения овощи нарезают дольками, соломкой или кубиками. Для приготовления тушеных блюд, таких как овощное рагу, картофель тушеный, морковь тушеная и др. предварительно обжаренные или припущенные овощи тушат с добавлением соуса. При этом рекомендуется добавить жидкость (воду – в количестве 10-15% от массы овощей) с учетом тепловых потерь при тушении.

Свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи. Зелень, предназначенные для приготовления блюд без последующей термической обработки, следует тщательно промывать проточной водой и выдержать в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10-минут с последующим ополаскиванием проточной водой и просушиванием (п. 8.19 СанПиН 2.4.5.2409 – 08).

\*блюда из круп

Из круп приготавливаются каши (их разнообразие представлено в разделе «Гарниры»), а также изделия из каш.

Каши можно варить из любого вида крупы. Варят из на молоке, на воде, на смеси молока и вода,

при отсутствии цельного молока – на сгущенном, согласно норм взаимозаменяемости в таком случае каждый литр цельного молока заменяется 0,38 (1 банкой) сгущенного.

Перед варки каши крупу просеивают, перебирают и промывают. Пшено, рисовую, перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую – только теплой. При этом следует учитывать, что при промывании в крупе остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10-30% от массы сухой крупы. Это нужно иметь в виду при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и другие дробленые крупы, а также «Геркулес», не промывают. Крупы промывают проточной водой (п. 8.15 СанПиН 2.4.5.2409-08).

При изготовлении блюд из круп чаще всего используют сваренную вязкую кашу. В готовой вязкой каше зерна крупы должны быть полностью набухшими и хорошо разваренными. Такая каша держится на тарелке, не расплываясь.

При варке вязкой каши следует учитывать, что различные виды круп неодинаково быстро набухают и развариваются. Например, рисовая, перловая, овсяная, пшеничная, кукурузная крупы и пшено в молоке с добавлением воды развариваются медленнее, чем в воде. Поэтому сначала эти крупы варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено – не более 10 минут), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Значительно лучше и быстрее развариваются «Геркулес», манная и дробленые крупы: овсяная, рисовая, ячневая и пшеничная (№№ 4, 5, 7, «Артек»). Ячневую крупу или «Геркулес» засыпают в кипящее молоко и варят до готовности.

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90-95 °С почти полностью набухает, поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.

Из таких каш готовят крупеники, запеканки и пудинги (запеченные)

\*блюда из макаронных изделий

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды и 50 г соли) без последующей промывки (согласно п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Макаронные варят 20-30 мин, лапшу – 20-25 мин. В процессе варки макаронные изделия набухают, впитывая воду, в результате чего их масса увеличивается примерно в 3 раза, в зависимости от сорта.

Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным сливочным маслом, чтобы они не склеивались и не образовывали комков. Блюда из макаронных изделий подают в горячем виде. Согласно требований п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409-08 вторые блюда и гарниры при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°С.

Для приготовления запеченных блюд макаронные изделия варят, не откидывая, в небольшом количестве воды (на 1 кг макаронных изделий 2-2,3 л воды и 30 г соли).


Количество масла сливочного и сметаны можно изменять: масла 10-20 г, сметаны 20 или 40 г на порцию, при этом соответственно изменяется выход блюда.

При использовании в рецептурах блюд яиц следует помнить, что перед использованием проводят обработку в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясорыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке (п.8.14. СанПиН 2.4.5.2409-08):

- обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока.

Запеченные блюда из макаронных изделий готовят в жарочном шкафу - 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Горячие блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°С (п. 8.24 СанПиН 2.4.5.2409 – 08).

  
 Утверждаю  
 Директор МКОУ «Пурибская СОШ»  
 А. Г. Ярбилова

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 13

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ  
**Номер рецептуры:** 417

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт. А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – А.С.К., 2005, с.180

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия	48	48
Лук репчатый	13,3	12
Морковь до 1 января	13,3	11
***с 1 января	14,7	11
Зеленый горошек	16,5	11
Томатное пюре	10,6	10,6
Масло сливочное	5,6	5,6
<b>ВЫХОД:</b>	170	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
49,58	1,18	33,12	145,03	54,39	12,88	0,34	0,03	0,01	3,46	0,05

### Технология приготовления:

Овощи нарезают соломкой и пассеруют, добавляют томатное пюре и продолжают пассеровать 5-7 минут. Зеленый горошек прогревают. Макароны отваривают, добавляют к ним подготовленные овощи с томатным пюре и перемешивают. Массу прогревают и раздают.

### Требования к качеству:


**Внешний вид:** компоненты блюда равномерно распределены, макароны и овощи не разварившиеся

**Консистенция:** мягкая, нежная

**Цвет:** светло-красный, с вкраплениями зеленого горошка

**Вкус:** умеренно соленый, с кисловатым привкусом, свойственный макаронным и овощам

**Запах:** свойственный входящим в блюдо продуктам

  
 Утверждаю  
 Директор МКОУ «Щурибская СОШ»  
*А. Г. Ярилова*  
 А. Г. Ярилова

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 14**  
**Наименование кулинарного изделия (блюда):**КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ жидкая  
**Номер рецептуры:** 390

**Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 169

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	100	100
Вода	45	45
Крупа манная	30,8	30,8
Масло сливочное	5	5
Сахар	7	7
<b>ВЫХОД:</b>	200	

**Химический состав данного блюда**

В ых од , г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Бе лк и, г	Ж ир ы, г	Уг ле во ды	це Энн ер ос кк г. ть, ал	Са	Mg	р	Fe	В	С	А
200	6,24	6,10	19,70	158,64	192,17	23,52	156,05	0,30	0,08	1,09	36,72

**Технология приготовления:**

Крупы подготавливать в соответствии с требованиями СанПиНа.

После закипания смеси молока и воды в нее закладывают крупу: засыпают тонкой струйкой в кипящую смесь при быстром помешивании, добавляют сахар и варят до готовности. Затем закладывают растопленное сливочное масло, доводят суп до кипения и раздают.

Можно готовить на цельном молоке, на смеси молока и воды, на сгущенном молоке.

При приготовлении на молоке сгущенном соотношение цельного молока к сгущенному 1 : 0,38

**Требования к качеству:**


Внешний вид: крупа разваренная, на поверхности – сливочное масло

Консистенция: в меру вязкая, крупы – мягкая, набухшая, соблюдается соотношение плотной и жидкой частей супа

Цвет: молочно-белый, сливочного масла - желтый

Вкус: сладковатый, молока и сливочного масла

Запах: кипяченого молока, свойственный входящим в блюдо продуктам

  
 Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
*А. Г. Ярбилова*

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 15**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ С ФРУКТАМИ

**Номер рецептуры:** 167

**Наименование сборника рецептур:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010, с. 192

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Крупа рисовая	60	60
Сахар	5	5
Яблоки	43	36
Изюм	20,3	20,2
Масло сливочное	3	3
Вода	145	145
<b>ВЫХОД:</b>	200	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
200	7,43	12,57	57,59	373,32	46,93	2,83	0,19	0,05	1,67

**Технология приготовления:**

Крупу рисовую промывают и отваривают рассыпчатую кашу. Чернослив и изюм перебирают, удаляют примеси, промывают в холодной проточной воде и замачивают при температуре 30 °С в течение 20 минут. Яблоки перебирают, удаляют плодоножку и семенное гнездо, промывают, нарезают дольками и соединяют с сахаром и подготовленным черносливом, изюмом и сливочным маслом.

Вместе с рассыпчатой кашей фрукты доводят под крышкой до готовности.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: каша рассыпчатая с сохранившими форму фруктами

Консистенция: рассыпчатая

Цвет: от светло-кремового до серого

Вкус: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: свойственный продуктам, входящим в блюдо

Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
 \_\_\_\_\_  
 А. Г. Ярбилова

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 16**  
**Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ, МОЛОЧНАЯ**

**Номер рецептуры: 168**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010, с.193

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Крупа манная	33,3	33,3	44,4	44,4
Вода или молоко	123	123	164	164
***или рисовая	33,3	33,3	44,4	44,4
Вода или молоко	123	123	164	164
***или гречневая	37,5	37,5	50	50
Вода или молоко	120	120	160	160
Сахар	5	5	5	5
Масло сливочное	5	5	5	5
<b>ВЫХОД:</b>		160	210	

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B	C	A
<b>Манная</b>											
160	3,40	3,96	27,83	161,00	8,60	5,90	29,40	0,36	0,03	0,00	20,00
210	4,52	4,07	35,46	197,00	10,70	7,90	38,60	0,47	0,04	0,00	20,00
<b>Рисовая</b>											
160	2,32	3,96	28,97	161,00	4,70	16,40	50,60	0,36	0,02	0,00	20,00
210	3,09	4,07	36,98	197,00	5,90	21,80	67,00	0,47	0,03	0,00	20,00
<b>Гречневая</b>											
160	4,67	4,86	25,83	166,00	9,40	73,50	111,1	2,49	0,11	0,00	20,00
210	6,21	5,28	32,79	203,00	12,20	98,10	147,7	3,32	0,15	0,00	20,00

**Технология приготовления:**

Вязкие каши готовят на воде, молоке или молоке с добавлением воды. Из 1 кг. Крупы получается от 4 до 5 кг каши. Подготовленные крупы всыпают в кипящую жидкость, добавляют соль, сахар и варят периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. В конце приготовления добавляют сахар, прокипяченное сливочное масло.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: зерна крупы набухшие, разваренные

Консистенция: однородная, вязкая, зерна – мягкие, без комков

Цвет: свойственный данному виду крупы

Вкус: свойственный входящим в блюдо продуктам, не допускается вкус подгорелой каши

Запах: свойственный входящим в блюдо продуктам



## **Блюда из творога и яиц.**

Для приготовления блюд из яиц используются свежие куриные яйца.

Не допускаются к использованию в питании яйца водоплавающих птиц, а также яйца с загрязненной скорлупой, с насечкой, «тек», «бой», яйца из хозяйств, неблагополучных по сальмонеллезам (прил. 7 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Яйца используют в виде омлетов или в вареном виде (п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Обработку яиц перед использованием в любые блюда проводят в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду; не допускается хранить яйцо в кассетницах поставщика в производственных цехах пищеблока.

Омлеты готовят в жарочном шкафу в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С, слоем не более 2,5-3 см; хранение яичной массы осуществляется не более 30 минут при температуре 4±2 °С. Яйцо варят 10 минут после закипания воды (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Из творога приготавливают горячие блюда. В питании детей школьного возраста рекомендуется творог не более 9% жирности (прил. 8 СанПиН 2.4.5.2409-08); творог и творожные изделия промышленного выпуска в мелкоштучной упаковке, кроме сырков творожных (прил. 9 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Не допускается использование творога из непастеризованного молока, фляжного творога (прил. 7 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Для приготовления горячих блюд творог протирают через сито или протирающую машину. При протирании образуются потери 1-2%.

Вторые горячие блюда готовят отварными (ленивые вареники), с также запеченными (сырники, пудинги, запеканки).

Запеканки и пудинги из творога готовят в жарочном шкафу - 20-30 минут при температуре 220-280 °С, слоем не более 3-4 см (п.8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Утверждаю  
Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
*А. Г. Ярбилова*



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 17

Наименование кулинарного изделия (блюда): ЯЙЦО ОТВАРНОЕ

Номер рецептуры: 424

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 184

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яйцо куриное	1 шт.	40
<b>ВЫХОД:</b>	-	1 шт. (40 г)

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
5,10	4,60	0,30	63,00	22,00	4,80	76,8	1,00	0,03	0,00	0,10

### Технология приготовления:

Перед использованием яйцо подвергаются специальной обработке в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Затем обработанные яйца погружают в кипящую подсоленную воду (на 3 л воды 40-50 г соли на 10 яиц) и варят после закипания в течение 10 минут.

Сваренное яйцо подают остывшим в скорлупе, не очищая.

### Требования к качеству:

Яйцо, сваренное вкрутую, имеет плотный белок и желток. Желток нежный, рассыпчатый, возможно наличие незатвердевшей капли в центре. Белок нежный, вязкий.

Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
 \_\_\_\_\_  
 А. Г. Ярилова



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 18**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным  
**Номер рецептуры:** 438

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 189

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Яйца	3 шт.	120	3,9 шт.	156,6
Молоко	45	45	55	55
Масло сливочное	5	5	5	5
<b>ВЫХОД:</b>	150/5		20	0/5

**Химический состав данного блюда**

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, м г				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Щелочные элементы, г	Са	Mg	P	Fe	B	C	A
150/5	14,27	22,16	2,65	267,93	114,20	19,50	260,50	2,94	0,10	0,25	345,00
200/5	18,99	28,32	3,51	345,90	151,72	25,97	346,49	3,91	0,13	0,33	452,90

**Технология приготовления:**

Перед использованием яйцо подвергаются специальной обработке в отдельном помещении либо в специально отведенном месте мясо-рыбного цеха, используя для этих целей промаркированные ванны и (или) емкости, возможно использование перфорированных емкостей, при условии полного погружения яиц в раствор в следующем порядке:

- обработка в 1-2 % теплом растворе кальцинированной соды;
- обработка в разрешенных для этой цели дезинфицирующих средствах;
- ополаскивание проточной водой в течение не менее 5 минут с последующим выкладыванием в чистую промаркированную посуду.

Подготовленные в соответствии с санитарными правилами яйца разбивают. В яичную смесь добавляют молоко или воду, соль. Смесь тщательно размешивают, выливают на порционную сковороду с растительным маслом слоем не более 2,5-3 см и запекают в течение 8-10 минут при температуре 180-200 °С до образования легкой румяной корочки.

**Требования к качеству:**

**Внешний вид:** аккуратно нарезанные порционные куски в виде ромбов или квадратов


**Консистенция:** однородная, сочная, нежная, пористая

**Цвет:** цвет корочки от румяного до золотистого, срез – от светло-кремового до кремового

**Вкус:** умеренно соленый, с привкусом молока и сливочного масла

**Запах:** свежих запеченных яиц, сливочного масла Суп можно готовить на цельном молоке, на смеси молока и воды, на сгущенном молоке. При приготовлении на молоке сгущенном соотношение цельного молока к сгущенному 1

: 0,38

Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
  
 А. Г. Ярбилова



**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 19**  
**Наименование кулинарного изделия (блюда): СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ**

**Номер рецептуры: 93**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010, с. 139

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Молоко	140	140	175	175
Вода	60	60	75	75
Лапша домашняя № 118 или	16	16	20	20
вермишель, фигурные изделия, макаронны	16	16	20	20
Сахар	1,6	1,6	2	2
Масло сливочное	2	2	2,5	2,5
<b>ВЫХОД:</b>	200		250	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B	C	A	
<b>С лапшой домашней № 118</b>												
200	6,05	5,60	18,25	147,60	164,74	24,10	144,28	0,53	0,09	0,91	39,20	
250	7,56	7,00	22,81	184,50	205,93	30,13	180,35	0,66	0,11	1,14	49,00	
<b>С вермишелью</b>												
200	5,75	5,21	18,84	145,20	161,62	24,14	137,98	0,51	0,09	0,91	30,60	
250	7,19	6,51	23,55	181,50	202,03	30,18	172,48	0,64	0,11	1,14	38,25	
<b>С макаронными изделиями</b>												
200	5,75	5,21	18,84	145,20	161,62	24,14	137,98	0,51	0,09	0,91	30,60	
250	7,19	6,51	23,55	181,50	202,03	30,18	172,48	0,64	0,11	1,14	38,25	

**Технология приготовления:**

Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макаронны – 15-20 мин, лапшу – 10-12 мин, вермишель – 5-7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды и, периодически помешивая, варят до готовности. Заправляют сахаром, солью, сливочным маслом, доводят до кипения.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: в жидкой части распределены макаронные изделия, сохранившие форму, на поверхности – сливочное масло.

Консистенция: макаронные изделий - мягкая

Цвет: супа – молочно-белый, сливочного масла - желтый

Вкус: умеренно сладковатый, молока и сливочного масла

Запах: кипяченого молока, свойственный входящим в блюдо продуктам

## Блюда из мяса и птицы

Из мяса и птицы приготавливают разнообразный ассортимент отварных, припущенных, тушеных и запеченных блюд.

В отварном виде приготавливают мякоть грудинки, лопаточную и подлопаточную части, покромку туш 1 категории, можно использовать боковой и наружный куски тазобедренной части. Мясо нарезают кусками не более 2 кг, закладывают в горячую воду (на 1 кг мяса 1-1,5 л воды) и варят при слабом кипении. Куски мяса должны быть полностью покрыты водой. Для улучшения вкуса и аромата в бульон при варке добавляют морковь и репчатый лук. Готовность мяса проверяют поварской иглой – в сварившееся мясо она входит легко, при этом выделяется бесцветный сок.

На гарнир к мясу рекомендуется подавать отварные и припущенные овощи, картофельное пюре, тушеную капусту, а также припущенный рис и другие рассыпчатые каши.

В тушеном виде приготавливают верхний, внутренний, боковой и наружный куски тазобедренной части, мякоть лопаточной части, покромку туш 1 категории, подлопаточную часть.

Часто в питании детей школьного возраста используются блюда из рубленого мяса, получаемого путем измельчения говядины или птицы на мясорубке. При этом готовят натуральные рубленые изделия – без добавления хлеба и с добавлением хлеба (например, котлеты). Для приготовления котлетного мяса используют следующие части туши: мякоть шейной части, пашина и обрезки, получающиеся при разделке туши. Все куски мякоти должны быть зачищены от сухожилий и соединительной ткани. Полученное путем измельчения мясо называется котлетным. В котлетном мясе содержание соединительной и жировой части не должно превышать 10%.

В процессе приготовления рубленых полуфабрикатов необходимо принимать меры, снижающие бактериальную обсемененность сырья и готовых полуфабрикатов: например, измельченное мясо и котлетную массу охлаждают.

Также следует соблюдать приемы тепловой обработки, предусмотренные п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08:

Вареные колбасы, сосиски с сардельки варят не менее 5 минут после закипания; при изготовлении вторых блюд из вареного мяса или птицы, порционированное мясо подвергают вторичной термической обработке – кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят в нем до раздачи не более 1 часа.

Органолептическими признаками готовности изделий из рубленого мяса являются выделение бесцветного сока при проколе поварской иглой и серый цвет на разрезе.

Также в ассортимент блюд из мяса входит запеченное мясо. Запекают его с картофелем, овощами, крупами и макаронными изделиями. Мясо в таком случае предварительно варят или припускают. Подготовленные полуфабрикаты запекают в жарочных шкафах слоем не более 4 см при температуре 250-280 град. С в течение 20-25 мин.

Внешними признаками готовности запеченных блюд является образование поджаристой корочки, чему способствует наличие на поверхности сметаны, тертого сыра, сухарей и т.д.. Длительное хранение запеченных блюд запрещено, так как их внешний вид и вкусовые качества быстро ухудшаются.

Горячие блюда при раздаче должны иметь температуру не ниже +65°С.

  
 Утверждаю  
 Директор МКОУ «Щурибская СОШ»  
*А. Г. Ярбилова*

### ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №20

Наименование кулинарного изделия (блюда): СОСИСКИ (САРДЕЛЬКИ) ОТВАРНЫЕ

Номер рецептуры: 536

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Сосиски или сардельки	81,6	80	102	100
<b>ВЫХОД:</b>		80	100	

#### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, м г				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B	C	A
80	8,32	16,00	16,96	179,20	19,20	16,00	127,20	1,44	0,03	0,00	0,00
100	10,40	20,00	21,20	224,00	24,00	20,00	159,00	1,80	0,04	0,00	0,00

#### Технология приготовления:

Искусственную оболочку с сосисок предварительно снимают, затем кладут в кипящую подсоленную воду, доводят до кипения и варят при слабом кипении 3-5 минут. При отпуске гарнируют и поливают соусом или жиром.

Гарниры – каши рассыпчатые, каши вязкие, картофель отварной, пюре картофельное, овощи отварные с жиром, капуста тушеная.

#### Требования к качеству:

Внешний вид: свежепрогретые целые колбасные изделия

Консистенция: колбасные изделия упругие, плотные, сочные

Цвет: светло-розовый

Вкус: в меру соленый, мясной Запах: колбасных изделий

#### Гарниры

Гарниры повышают питательную ценность блюд, разнообразят их вкус, дают возможность красиво аппетитно оформить блюдо и тем самым вызвать аппетит у малыша и повысить усвояемость пищи.

В питании детей используют крупяные и овощные гарниры.

Крупяные гарниры представляют собой рассыпчатые и вязкие каши. Каши можно варить из любого вида крупы. Крупы не должны содержать посторонних примесей. Перед использованием крупы промывают проточной водой (п. 8.15 СанПиН 2.4.5.2409-08): пшено, рисовую и перловую крупу сначала промывают теплой, а затем горячей водой, ячневую – только теплой. При этом следует учитывать, что в крупе после промывания остается значительное количество воды, которое колеблется в пределах 10-30% от массы крупы. Это нужно иметь в виду при дозировании жидкости. Гречневую крупу, манную и другие дробленые крупы, а также «Геркулес», не промывают.

Макаронные изделия используют для гарнира отварными, бобовые – отварными и в виде пюре.

Широкое применение находят овощные гарниры для их приготовления используют свежие, квашеные, отварные, припущенные овощи.

Согласно п.п. 8.12, 8.17-8.19, 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08 следует соблюдать следующие правила обработки овощей:

Овощи сортируют, моют и очищают. Очищенные овощи повторно промывают в проточной питьевой воде не менее 5 минут небольшими партиями, с использованием дуршлагов, сеток. При обработке белокочанной капусты необходимо обязательно удалить 3-4 наружных листа.

Не допускается предварительное замачивание овощей.

Очищенные картофель, корнеплоды и другие овощи, во избежание их потемнения и высушивания, допускается хранить в холодной воде не более 2 часов.

При кулинарной обработке овощей, для сохранения витаминов, следует соблюдать следующие правила: кожуру овощей чистят тонким слоем, очищают их непосредственно перед приготовлением; закладывают овощи только в кипящую воду, нарезав их перед варкой; свежую зелень добавляют в готовые блюда во время раздачи.

Для обеспечения сохранности витаминов в блюдах, овощи, подлежащие отвариванию в очищенном виде, чистят непосредственно перед варкой и варят в подсоленной воде (кроме свеклы).

Гарниры из риса и макаронных изделий варят в большом объеме воды (в соотношении не менее 1:6), без последующей промывки (п. 8.22 СанПиН 2.4.5.2409-08).

Для приготовления гарниров рекомендуется использовать сливочное масло, в некоторых случаях – растительное масло.



Утверждаю  
Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
А. Г. Ярилова

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 21

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ

Номер рецептуры: 304

Наименование сборника рецептов: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛипринт, 2010, с. 296

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов			
	1 порция			
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Бройлер-цыпленок	139,7	100,3	174,7	125,3
<i>Масса отварной птицы</i>	-	80	-	100
Масло сливочное	8	8	10	10
Морковь до 1 января	16	13	20	16,3
***с 1 января	17,3	13	21,7	16,3
Лук репчатый	11	9	13,8	11,3
Томатное пюре	7	7	8,8	8,8
Крупа рисовая	46	46	57,5	57,5
<i>Масса готового риса с овощами</i>	-	130	-	160
<b>ВЫХОД:</b>	210		260	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B	C	A
80/130	20,30	17,00	35,69	377,00	45,10	47,50	199,30	2,19	0,06	1,01	48,00
100/160	25,38	21,25	44,61	471,25	56,38	59,38	249,13	2,74	0,08	1,26	60,00

### Технология приготовления:

Птицу или окорочка рубят на куски, обжаривают с двух сторон до образования корочки, посыпают солью, кладут в посуду, добавляют пассерованные, мелко нарезанные морковь и лук, томатное пюре, заливают горячим бульоном или водой и дают закипеть. Затем кладут рисовую крупу и варят до загустения. После этого посуду с пловом ставят на 40-50 минут в жарочный шкаф.

### Требования к качеству:

*Внешний вид:* рис рассыпчатый, мясо птицы сохранило свою форму, не разварилось



Консистенция: мягкая

Цвет: мяса – серый, овощей – от светло- до темно-оранжевого  
Вкус: в меру соленый, свойственный тушеному в соусе мясу

Запах: свойственный входящим в рецептуру продуктам



## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 22

Наименование кулинарного изделия (блюда): КАША РАССЫПЧАТАЯ

Номер рецептуры: 679

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт. А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – А.С.К., 2005, с. 315

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
КРУПА гречневая	60,6	60,6	72,2	72,2	80,8	80,8
*** или ячневая	48,5	48,5	58,2	58,2	64,6	64,6
*** или пшеничная	58,2	58,2	51,8	51,8	77,6	77,6
***или пшено						
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
<b>ВЫХОД:</b>	150		180		200	

Химический состав данного блюда

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углебы, во г	Энергетическая ценность	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
гречневая											
150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,50	208,5	3,95	0,18	0,00	0,02
180	8,95	6,73	43,00	276,53	15,57	81,00	250,2	4,73	0,22	0,00	0,02
200	9,94	7,48	47,78	307,26	17,30	90,00	278,0	5,26	0,24	0,00	0,02
ячневая											
150	4,79	4,26	30,83	187,02	39,14	0,02	168,0	0,83	0,09	0,00	0,02
180	5,74	5,11	36,99	224,42	46,96	0,02	201,6	0,99	0,11	0,00	0,02
200	6,38	5,68	41,10	249,36	52,18	0,02	224,0	1,10	0,12	0,00	0,02
пшеничная											
150	6,60	4,38	35,27	213,71	1,22	0,03	162,0	2,43	0,11	0,00	0,02
180	7,92	5,26	42,32	256,45	1,46	0,04	194,4	2,92	0,13	0,00	0,02
200	8,80	5,84	47,02	284,94	1,62	0,04	216,0	3,24	0,14	0,00	0,02
пшеничная											
150	6,60	5,72	37,88	229,50	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00	21,00
180	7,92	6,86	45,45	275,40	19,96	56,81	161,32	1,85	0,20	0,00	25,20
200	8,80	7,62	50,50	306,00	22,18	63,12	179,24	2,06	0,22	0,00	28,00

### Технология приготовления:

Крупу засыпают в кипящую воду, добавляют соль и варят, периодически помешивая до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности. При отпуске кашу поливают растопленным прокипяченным сливочным маслом.

### Требования к качеству:

Внешний вид: зерна крупы целые, хорошо разваренные, хорошо отделяются друг от друга  
 Консистенция: мягкая, рассыпчатая  
 Цвет: каши гречневой – от светло-коричневого до коричневого, ячневой – сероватый, пшеничной – желтовато-серый  
 Вкус: умеренно соленый  
 Запах: каши из данного вида крупы с маслом

  
 Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
*А. Г. Ярбилова*

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 23**  
**Наименование кулинарного изделия (блюда): МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ**  
**Номер рецептуры: 688**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт. А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – А.С.К., 2005, с. 317

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Макаронные изделия	51	51	61,2	61,2	68	68
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
<b>ВЫХОД:</b>	150		180		200	

Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
150	5,52	4,52	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,11	0,06	0,00	21,00
180	6,62	5,42	31,73	202,14	5,83	25,34	44,60	1,33	0,07	0,00	25,20
200	7,36	6,02	35,26	224,60	6,48	28,16	49,56	1,48	0,08	0,00	28,00

**Технология приготовления:**

Макаронные изделия варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макаронных изделий берут 6 л воды, 50 г соли). Макароны варят 20-30 мин, лапшу – 20-25 мин, вермишель – 10-12 мин.

Сваренные макароны откидывают и перемешивают с прокипяченным сливочным маслом.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: макароны мягкие, на не разварившиеся, хорошо отделяются друг от друга  
 Консистенция: мягкая, рассыпчатая  
 Цвет: светло-кремовый  
 Вкус: умеренно соленый  
 Запах: отварных макаронных изделий с маслом



Утверждаю  
Директор МКОУ «Щурибская СОШ»  
*А. Г. Ярбилова*

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 24

Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ

Номер рецептуры: 694

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт. А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – А.С.К., 2005, с. 319

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов					
	1 порция					
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г
Картофель молодой до 1 сент.	160,4	128,3	192,4	153,9	213,8	171
***с 1 сентября по 31 октября	171	128,3	205,2	153,9	228	171
***с 1 ноября до 31 декабря	183,3	128,3	219,9	153,9	244,3	171
***с 1 января по 28-29 февраля	197,4	128,3	236,8	153,9	263,1	171
***с 1 марта	214	128,3	256,5	153,9	285	171
Молоко	23,7	22,5*	28,4	27*	31,6	30*
Масло сливочное	5,3	5,3	6,3	6,3	7	7
<b>ВЫХОД:</b>	<b>150</b>		<b>180</b>		<b>200</b>	

\*масса кипяченого молока. При отсутствии молока можно увеличить норму закладки жира на 10 г.

### Химический состав данного блюда

Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
150	3,06	4,80	20,45	137,25	36,98	27,75	86,60	1,01	0,14	18,17	25,50
180	3,67	5,76	24,53	164,70	44,37	33,30	103,91	1,21	0,16	21,80	30,60
200	4,08	6,40	27,26	183,00	49,30	37,00	115,46	1,34	0,18	24,22	34,00

### Технология приготовления:

Картофель очищают, кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг картофеля). Уровень воды должен быть на 1-1,5 см выше уровня картофеля. Соль используют из расчета 10 г на 1 л воды.

Когда картофель сварится, сливают воду, картофель протирают через протирочную машину. В горячий протертый картофель добавляют, непрерывно помешивая, в 2-3 приема горячее

кипяченое молоко и прокипяченное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

#### **Требования к качеству:**

Внешний вид: протертая картофельная масса

Консистенция: густая, пышная, однородная масса, без комочков непротертого картофеля Цвет: белый с кремовым оттенком без темных включений.

Вкус: слегка соленый, нежный, с ароматом молока и масла

Запах: свежеприготовленного картофельного пюре, кипяченого молока и сливочного масла

## **Сладкие блюда**

В состав сладких блюд включены свежие плоды и ягоды, компоты, кисели, пудинги.

Для их приготовления используют сахар, плоды, ягоды, соки, а также яйца, молоко, мучные и крупяные продукты.

Ароматизирующими и вкусовыми веществами сладких блюд используют в детском питании лимонную кислоту, какао.

В качестве желирующих веществ действующим СанПиНом разрешен крахмал картофельный.

Плоды и ягоды перед использованием перебирают, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промывают проточной водой.

Компоты готовят из свежих, сушеных плодов и ягод как в различном сочетании, так и из одного какого-либо вида. Сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя сорные примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз.

Для улучшения вкуса компоты из смеси сухофруктов рекомендуется варить за 10-12 часов до их реализации, так как в результате настаивания в отвар переходят ароматические и вкусовые вещества (органические кислоты, минеральные соли, сахара), а плоды и ягоды пропитываются сахарным сиропом.

При недостаточной кислотности в компоты добавляют лимонную кислоту.

Кисели готовят из свежих и сушеных плодов и ягод, молока и других продуктов.

В зависимости от количества введенного крахмала различают густые, средней густоты и жидкие кисели. Жидкие кисели можно использовать в качестве сладких соусов при отпуске сладких блюд, запеканок и крупяных блюд.

Густые и средней густоты кисели используются в качестве самостоятельного блюда. Воздушные пироги (суфле), пудинги – горячие сладкие блюда.



Утверждаю  
Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
*А. Г. Ярбилова*

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 25**

**Наименование кулинарного изделия (блюда): ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ**

**Номер рецептуры: 847**

**Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 365

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки или груши, или абрикосы, или сливы	100	100
<b>ВЫХОД:</b>	100	

**Химический состав данного блюда**

Блюдо	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
Яблоки	0,40	0,40	9,80	47,00	10,0	0,0	75,8	2,20	0,03	10,0	0,00
Груши	0,40	0,30	10,30	47,00	8,00	0,00	96,1	2,30	0,02	5,00	0,00
Сливы	0,80	0,30	57,50	49,00	12,0	8,0	28,0	0,50	0,06	10,0	0,00
Апельсин	1,22	0,16	15,27	61,00	52,0	13,0	18,2	0,1	0,1	69,2	0,014
Банан	1,09	0,33	22,84	89,0	5,0	27,0	22,0	0,3	0	8,7	0,03

**Технология приготовления:**

Плоды или ягоды свежие перед отпуском перебирают, моют, удаляют плодоножки, сорные примеси, тщательно промывают проточной питьевой водой.

**Требования к качеству:**

Плоды и ягоды свежие, без сорных примесей, вкус и запах соответствует виду продукта. Не допускается затхлый запах и прогорклый привкус.



Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
 А. Г. Ярбилова

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 26**  
**Наименование кулинарного изделия (блюда): КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ**

**Номер рецептуры: 859**

**Наименование сборника рецептур:** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт. А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. А.С.К., 2005, с. 369

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Яблоки или груши	45,4	40
Вода	172	172
Сахар	24	24
Кислота лимонная	0,2	0,2
<b>ВЫХОД:</b>	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
0,20	0,20	22,30	110,00	12,00	0,00	2,4	0,80	0,02	0,00	0,00

**Технология приготовления:**

Яблоки или груши моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их до варки погружают в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп подготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 мин и процеживают. В подготовленный сироп погружают подготовленные плоды. Яблоки и груши варят при слабом кипении не более 6-8 мин. Быстрорастворяющиеся сорта яблок (антоновские и др) и очень спелые груши не варят, а кладут в кипящий сироп, доводят до кипения, прекращают нагрев и оставляют в сиропе до охлаждения.


**Требования к качеству:**

Внешний вид: сироп прозрачный, яблоки зачищены от сердцевины, нарезаны дольками

Консистенция: компота – жидкая, плодов - мягкая

Цвет: от светло-желтого до светло-розового

Вкус: приятный, сладкий или кисло-сладкий, соответствует виду плодов или ягод Запах: соответствует виду плодов или ягод

  
 Утверждаю  
 Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
*А. Г. Ярбилова*

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 27**

**Наименование кулинарного изделия (блюда):** ЧАЙ С САХАРОМ

**Номер рецептуры:** 943

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Чай высшего или 1-го сорта	1	1
Сахар	15	15
<b>ВЫХОД:</b>	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жирыг	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00

**Технология приготовления:**

Емкость для заварки ополаскивают кипятком, насыпают сухой чай на определенное количество порций, заливают кипятком примерно на 1-3 объема емкости, настаивают 5-10 минут, накрыв крышкой, после чего процеживают, добавляют сахар и доливают кипятком до требуемого объема.

Кипятить заваренный чай или длительно хранить его на плите нельзя, так как вкус и аромат чая ухудшаются. Не следует смешивать сухой чай с заваренным. Температура подачи 75 °С.

**Требования к качеству:**

Внешний вид: жидкость золотисто-коричневого цвета, налита в стакан Консистенция: жидкая

Цвет: золотисто-коричневый

Вкус: сладкий, чуть терпкий Запах: соответственный чаю



Утверждаю  
Директор МКОУ «Цурибская СОШ»  
*А. Г. Ярбилова*

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 28**

**Наименование кулинарного изделия (блюда): КАКАО С МОЛОКОМ**

**Номер рецептуры: 959**

**Наименование сборника рецептов:** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт. А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. А.С.К., 2005

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порция	
	Брутто, г	Нетто, г
Какао-порошок	6	6
Сахар	20	20
Молоко	200	200
<b>ВЫХОД:</b>	200	

Химический состав данного блюда

Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
Белки г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B <sub>1</sub>	C	A
3,52	3,72	25,49	145,2	122,0	14,00	90,00	0,56	0,04	1,30	0,01

**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.

Можно приготавливать какао на молоке сгущенном, при этом соотношение свежего молока к сгущенному составляет 1 : 0,38, а закладку сахара уменьшают на 15% (17 г).

**Требования к качеству:**

Внешний вид: непрозрачная жидкость светло-шоколадного цвета, налита в стакан

Консистенция: жидкая

Цвет: светло-шоколадный

Вкус: сладкий, с выраженным привкусом какао и кипяченого молока

Запах: аромат какао и кипяченого молока