Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 1.

Наименование изделия: **Бутерброд с маслом.**
Номер рецептуры: 1.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**				
	1порция				
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**	
Масло сливочное	10	10	10	10	
Хлеб пшеничный	30	30	30	30	
ВЫХОД:	-	**40**	-	**40**	
Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,45	7,55	14,62	32	0
От 3-8 лет:	2,45	7,55	14,62	32	0

Технология приготовления:Хлеб намазывают маслом.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О. М. Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 6.

Наименование изделия: **Масло сливочное (порциями).**
Номер рецептуры: 6.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто; г.3-8лет**
Масло сливочное	5	5	8	8
ВЫХОД:	-	**5**	-	**8**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,04	3,62	0,06	33,05	0
От 3-8 лет:	0,06	5,8	0,1	52,8	0

Технология приготовления: Масло нарезают на кусочки прямоугольной или другой формы.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 7.

Наименование изделия:**Сыр Российский(порциями).**
Номер рецептуры: 7.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**				
	1порция				
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**	
Сыр порция	10,6	10	16	15	
ВЫХОД:	-	**10**	-	**15**	
Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,32	2,95	0	36	0,07
От 3-8 лет:	3,48	4,43	0	54	0,11

Технология приготовления:Сыр нарезают тонкими ломтиками толщиной 2-3 мм за 30-40 мин до отпуска и хранят его в холодильнике. Не допускается подсыхание.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 8.

Наименование изделия: **Рыба соленая (порциями).**
Номер рецептуры: 8.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Сельдь атлантическая среднесоленая	52	25	52	25
ВЫХОД:	-	**25**	-	**25**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	4,25	2,13	0	36	0
От 3-8 лет:	4,25	2,13	0	36	0

Технология приготовления:Рыбу разделывают на филе без кожи и костей, нарезают тонкими кусочками по 2-3 на порцию.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 10.

Наименование изделия: **Салат из зеленого горошка консервированного.**
Номер рецептуры: 10.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Горошек зеленый консервированный х/о – потеря 35%	47,2	35	67,5	50
Масло растительное	2	2	5	5
Зелень петрушки х/0 – 26%	4	3	6	5
ВЫХОД:	-	**40**	-	**60**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	1,19	2,08	2,5	33,44	4,4
От 3-8 лет:	1,79	3,11	3,75	50,16	6,6

Технология приготовления:Консервированный горошек прогревают в собственном соку, затем отвар сливают и отпускают с растительным маслом и мелко нарезанной зеленью петрушки.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 11.

Наименование изделия: **Салат из репчатого лука.**
Номер рецептуры: 11.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Лук репчатый х/о – потеря 20%	46	38	66	55
Масло растительное	2	2	5	5
ВЫХОД:	-	**40**	-	**60**
Химический состав:	**Пищевые вещества**			
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	1,19	2,08	2,5	33,44	4,4
От 3-8 лет:	1,79	3,11	3,75	50,16	6,6

Технология приготовления:Очищенный лук шинкуют мелкой соломкой, бланшируют кипятком, откидывают на дуршлаг, дают воде стечь. Перед подачей заправляют солью и растительным маслом.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«20» мая 2016г.

Технологическая карта № 13.

Наименование изделия: **Салат из свежих огурцов.**
Номер рецептуры: 13.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Огурцы свежие	47	38	71	57
Масло растительное	2	2	3	3
ВЫХОД:	-	**40**	-	**60**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,3	1,99	0,95	26,92	4,0
От 3-8 лет:	0,46	2,99	1,43	40,38	6,0

Технология приготовления: Свежие огурцы очищают от кожицы, нарезают кружочками, ломтиками или мелко шинкуют. Огурцы нарезают не ранее чем за 30-40 минут до отпуска. При отпуске заправляют солью и растительным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«20» мая 2016г.

Технологическая карта № 15.

Наименование изделия: **Салат из свежих огурцов и помидоров.**
Номер рецептуры: 15.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Помидоры свежие	23	19	34	29
Огурцы свежие	18	14	26	21
Лук репчатый	6	5	9	7
Масло растительное	2	2	3	3
ВЫХОД:	-	**40**	-	**60**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,39	2,44	1,9	29,7	6,7
От 3-8 лет:	0,58	3,6	2,84	44,52	10,06

Технология приготовления: Подготовленные свежие помидоры и очищенные огурцы нарезают тонкими ломтиками, лук репчатый мелко шинкуют и бланшируют. Нарезанные овощи перед отпуском перемешивают, заправляют растительным маслом, солят. Салат можно отпускать без лука, соответственно уменьшив выход. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«28» января 2016г.

Технологическая карта № 20.

Наименование изделия: **Салат из белокочанной капусты.**

Номер рецептуры: 20.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Капуста белокочанная свежая Х/О – 20%	43	34	60	48
Лук репчатый Х/О – 16%	5	4	8	7
Масло растительное	2	2	5	5
ВЫХОД:	-	**40**	-	**60**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,56	2,03	3,46	13,98	35,0
От 3-8 лет:	0,84	3,05	5,19	20,97	51,4

Технология приготовления: Капусту белокочанную шинкуют соломкой, добавляют соль, немного воды и прогревают капусту не менее 2 минут, при температуре 95-100 С. Прогретую капусту охлаждают и смешивают с мелко шинкованным бланшированным репчатым луком. Перемешивают и заправляют растительным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 33.

Наименование изделия: **Салат из свеклы.**
Номер рецептуры: 33.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Свекла от 01.01.х/о – 20% С 01.01. х/о – 25% Т/О –варка в кожурк – 2%	46,4 48,3	38 38	67,1 69,9	55 55 .
Масло растительное	2	2	5	5
ВЫХОД:	-	**40**	-	**60**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,57	2,44	3,34	37,56	3,8
От 3-8 лет:	0,86	3,65	5,02	56,34	5,7

Технология приготовления:Свеклу вымыть ,отварить до готовности, охладить, очистить, нарезать соломкой. Перед подачей заправляют растительным маслом.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«_11_» ___01___ 20 16 г.

Технологическая карта № 41.

Наименование изделия: **Салат из тертой моркови с сахаром.**

Номер рецептуры: 41.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Морковь	48	38	72	57
Сахар	2	2	3	3
ВЫХОД:	-	**40**	-	**60**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,5	0,04	4,65	29,92	1,92
От 3-8 лет:	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88

Технология приготовления: Подготовленную сырую очищенную морковь натирают на крупной терке, добавляют сахар прогревают при постоянном помешивании при температуре 85С не мене 3 минут. Выход порций определяется возрастной группой.

Технология приготовления:Отварные очищенные картофель, свеклу и морковь нарезают ломтиками. Капусту квашенную перебрать, отжать и нашинковать. Репчатый лук мелко нарезать. Подготовленные овощи соединить, добавить соль, тщательно перемешать, заправить маслом растительным. Затем добавить прогретый и охлажденный зеленый горошек.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 20 16 г.

Технологическая карта № 45.

Наименование изделия: **Винегрет овощной.**
Номер рецептуры: 45.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Свекла до 01.01.х/о – 20% С 01.01. х/о – 25% Т/О –варка в кожурк – 2%	45 48	36 36	56 60	45 45
Масло растительное	2	2	5	5
Морковь свежая до 01.01. С 01.01. Т/о – варка 8%	30 32	24 24	38 40	30 30
Капуста свежая белокочанная х/о – 20% Или Капуста квашенная* х/о – 30%	60 69	48 48	75 86	60 60
Лук репчатый х/о- 16%	10	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Зеленый горошек(консервированный) х/о – 35%	22	14	27	18
ВЫХОД:	-	**120**	-	**150**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	1,64	7,41	10,13	113,8	12,3
От 3-8 лет:	2,05	9,27	12,66	142,2	15,37

- Химический состав рассчитан с использованием капусты квашеной.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 53.

Наименование изделия: **Икра кабачковая.**
Номер рецептуры: 53.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**				
	1порция				
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**	
Икра кабачковая (консервированная)	42	40	63	60	
ВЫХОД:	-	**40**	-	**60**	
Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,36	1,88	0,52	27,84	2,21
От 3-8 лет:	0,54	2,82	3,55	41,76	3,31

Технология приготовления: Перед выдачей икры кабачковой необходимо убедиться, что банки не имеют повреждения, бомбаж и соответствует срок годности. Все банки обработать, согласно действующим санитарным правилам. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О. М. Ермолаева.
«20» мая 2016г.

Технологическая карта № 54.

Наименование изделия: **Икра свекольная.**
Номер рецептуры: 54.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Свекла свежая до01.01 С 01.01 Т/О отварная в кожуре -2%	191 204	153 153	254 272	204 204
Масло растительное	7	7	10	10
Томат пюре	-	-	5	5
Лук репчатый	9	7	13	11
Сахар	3	3	4	4
ВЫХОД:	-	**150**	-	**200**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	3,53	6,9	18,5	150,2	10,1
От 3-8 лет:	4,7	9,2	24,7	200,2	13,5

Технология приготовления: Свеклу отваривают очищают от кожицы и измельчают. Лук репчатый шинкуют и пассеруют, в конце пассирования добавляют томатное пюре. Измельченные овощи соединяют с пассированным луком, добавляют сахар, прогревают и охлаждают.

Для первой возрастной группы томатное пюре не используют. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
О.М.Ермолаева
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 59.

Наименование изделия: Борщ вегетарианский со сметаной.
Номер рецептуры: 59.
Наименование сборника рецептур: Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Картофель молодой -20% С 01.09. х/о-25% С 01.11. х/о-30% С 01.01. х/о-35% С 01.03. х/о-40%	30 31 33 34 35	25 25 25 25 25	37 39 40 42 43	31 31 31 31 31
Свекла свежая До 01.01.х/о -20% С 01.01.х/о – 25%	48 50	40 40	60 62,5	50 50
Капуста белокочанная х/о – 20%	50	40	62,5	50
Морковь свежая До 01.01. С 01.01.	13 14	10 10	16 17	13 13
Лук репчатый х/о-16%	3	2,5	4	3,4
Томатное пюре	2,5	2,5	3	3
Мука пшеничная	1,4	1,4	1,8	1,8
Масло растительное	4	4	5	5
Сметана	4	4	5	5
Вода	160	160	200	200
ВЫХОД:	-	**200**	-	**250**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,19	4,76	10,94	95,4	14,22
От 3-8 лет:	2,73	5,95	13,68	119,2	17,78

Технология приготовления:Свеклу, капусту, лук мелко шинкуют соломкой. Картофель нарезают брусочками. Свеклу припускают с томатом в небольшом количестве воды, морковь, лук припускают. Муку подсушивают, охлаждают и разводят водой. В кипящую воду кладут последовательно картофель, капусту и варят до полуготовности, затем добавляют припущенные коренья, свеклу, белый соус и варят 5-7 минут. Сметану добавляют в готовый борщ и доводят до кипения.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 1.1.

Наименование изделия: Суп овощной на мясном бульоне.

Номер рецептуры: 1.1.

Наименование сборника рецептур: Картотека блюд диетического питания оптимизированного состава./ Под ред. В.А. Тутельяна, М.А. Самсонова. Москва 2008.

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Картофель молодой -20% С 01.09. х/о-25% С 01.11. х/о-30% С 01.01. х/о-35% С 01.03. х/о-40%	48 50 52 54 56	40 40 40 40 40	60 62 65 68 70	50 50 50 50 50
Капуста белокочанная х/о – 20%	25	20	50	40
Морковь свежая До 01.01. С 01.01.	 10 11	 8 8	 13 14	 10 10
Лук репчатый х/о-16%	10	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Томатное пюре	-	-	2,5	2,5
Зеленый горошек консервированный х/о - 5%	16	10	20	13
Бульон или вода	140	140	180	180
Сметана	4	4	5	5
ВЫХОД:	-	**200**	-	**250**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	1,14	1,4	9,65	55,72	0,3
От 3-8 лет:	1,42	1,75	12,06	69,65	0,38

Технология приготовления: Подготовленные овощи: морковь, репчатый лук мелко нарезать, припустить в небольшом количестве кипяченой воды с добавлением масла. В кипящую воду положить мелко нашинкованную свежую капусту, мелко нарезанный картофель и варить 10-15 минут. Затем добавить припущенные овощи, консервированный горошек, томат-пюре и продолжить варить до готовности (10-15 минут). При подаче готовый суп заправить сметаной. Для первой возрастной группы готовят без томатного пюре. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева
«14» 01 2016 г.

Технологическая карта № 1.8.

Наименование изделия: Свекольник на мясном бульоне.
Номер рецептуры: 1.8.
Наименование сборника рецептур: Картотека блюд диетического питания оптимизированного состава./ Под ред. В.А. Тутельяна, М.А. Самсонова. Москва 2008.

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Картофель молодой -20% С 01.09. х/о-25% С 01.11. х/о-30% С 01.01. х/о-35% С 01.03. х/о-40%	30 31 33 34 35	25 25 25 25 25	37 39 40 42 43	31 31 31 31 31
Свекла свежая До 01.01.х/о -20% С 01.01.х/о – 25%	64 66	53 53	79 83	66 66
Морковь свежая До 01.01. С 01.01.	13 14	10 10	16 17	13 13
Лук репчатый х/о-16%	6	5	7	6
Томатное пюре	2,5	2,5	3	3
Масло растительное	4	4	5	5
Сметана	4	4	5	5
Бульон мясной	160	160	200	200
ВЫХОД:	-	**200**	-	**250**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	3,2	5,6	18,4	133,6	0,08
От 3-8 лет:	4,0	7,0	23,0	167,0	0,1

Технология приготовления:Подготовленные овощи: морковь, репчатый лук мелко нарезать, припустить в небольшом количестве кипяченой воды с

добавлением масла.Свеклу нарезанную соломкой или дольками, тушат в закрытой посуде с добавлением растительного маслаи небольшого количества воды (15-20% к массе свеклы) при слабом нагреве, за 10 минут до окончания тушения добавить томатную пасту или помидоры свежие. В кипящий бульон добавить картофель , нарезанный брусочками, подготовленную свеклу, пассированные овощи, посолить и варить до готовности. При подаче готовый свекольник заправить сметаной. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 81.

Наименование изделия: **Суп гороховый на курином бульоне.**
Номер рецептуры: **81.**
Наименование сборника рецептур: Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Картофель молодой-20% С 01.09. х/о-25% С 01.11. х/о-30% С 01.01. х/о-35% С 01.03. х/о-40%	48 50 52 54 56	40 40 40 40 40	60 62 65 68 70	50 50 50 50 50
Горох лущеный	16,2	16	20,3	20
Морковь свежая До 01.01. С 01.01.	 13 14	 10 10	 16 17	 13 13
Лук репчатый х/о-16%	10	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Бульон куриный	140	140	180	180
ВЫХОД:	-	**200**	-	**250**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	4,39	4,22	13,06	107,8	4,65
От 3-8 лет:	5,49	5,27	16,32	134,75	5,81

Технология приготовления: Картофель нарезают крупными кубиками, морковь- мелкими кубиками, лук- мелко рубят.Подготовленный горох кладут в бульон, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные морковь и лук и варят до готовности.Рекомендуется для детей старшей возрастной группы.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 82.

Наименование изделия: Суп с макаронными изделиями на курином бульоне.

Номер рецептуры: 82.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Картофель молодой -20% С 01.09. х/о-25% С 01.11. х/о-30% С 01.01. х/о-35% С 01.03. х/о-40%	48 50 52 54 56	40 40 40 40 40	60 62 65 68 70	50 50 50 50 50
Макаронные изделия	8	8	10	10
Морковь свежая До 01.01. С 01.01.	 10 11	 8 8	 13 14	 10 10
Лук репчатый х/о-16%	10	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Бульон куриный	140	140	180	180
ВЫХОД:	-	**200**	-	**250**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,15	2,27	13,71	83,8	6,6
От 3-8 лет:	2,69	2,84	17,14	104,8	8,2

Технология приготовления: Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель – брусочками или кубиками, коренья – брусочками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук припускают. В кипящий бульон кладут макаронные изделия и варят 10-15 минут, затем добавляют картофель, припущенные овощи, соль и варят до готовности. Вермишель или фигурные изделия добавляют в суп за 10-15 минут до готовности.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 83.

Наименование изделия: Суп пшенный с фрикадельками.

Номер рецептуры: 83.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Картофель молодой -20% С 01.09. х/о-25% С 01.11. х/о-30% С 01.01. х/о-35% С 01.03. х/о-40%	48 50 52 54 56	40 40 40 40 40	60 62 65 68 70	50 50 50 50 50
Пшено крупа	4	4	5	5
Морковь свежая До 01.01. С 01.01.	 13 14	 10 10	 16 17	 13 13
Лук репчатый х/о-16%	10	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Томатное пюре	-	-	2,5	2,5
Фрикадельки мясные № 121.	20	20	25	25
Бульон куриный или вода	140	140	180	180
ВЫХОД:	-	**200**	-	**250**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	5,31	4,14	12,35	108,0	8,96
От 3-8 лет:	6,64	5,18	15,44	135,0	11,2

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду кладут картофель, нарезанный кубиками, доводят до кипения, добавляют нарезанные кубиками припущенные овощи и варят до готовности. За 5 -15минут до окончания варки добавляют томатное пюре, соль. Фрикадельки припускают отдельно в небольшом количестве боды до готовности и кладут в суп при отпуске. Бульон послеприпускания фрикаделек добавляют в суп. Для первой возрастной группы готовят без томатного пюре. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 87.

Наименование изделия:Суп с рыбными консервами.

Номер рецептуры: 87.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Картофель молодой -20% С 01.09. х/о-25% С 01.11. х/о-30% С 01.01. х/о-35% С 01.03. х/о-40%	67 70 73 76 78	56 56 56 56 56	84 87 91 95 98	70 70 70 70 70
Консервы рыбные в собственном соку	32	32	40	40
Крупа рисовая	4	4	5	5
Морковь свежая До 01.01. С 01.01.	 13 14	 10 10	 16 17	 13 13
Лук репчатый х/о-16%	3	2,5	4	3,4
Масло растительное	4	4	5	5
Зелень х/о – 26 %	1,4	1,0	1,8	1,3
Вода или бульон рыбный	160	160	200	200
ВЫХОД:	-	**200**	-	**250**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	6,88	6,72	11,47	133,8	7,29
От 3-8 лет:	8,6	8,33	14,33	167,2	9,11

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду закладывают подготовленную крупу, картофель, припущенные овощи. За 10-15 минут до окончания варки закладывают предварительно протертые рыбные консервы, соль, зелень. Доводят до готовности. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 20 16 г.

Технологическая карта № 93.

Наименование изделия: **Суп молочный вермишелевый.**
Номер рецептуры: 93.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Макаронные изделия (вермишель)	16	16	20	20
Молоко	140	140	175	175
Сахар	2	2	3	3
Масло сливочное	3	3	4	4
Вода	-	60	-	75
ВЫХОД:	-	**200**	-	**250**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	5,75	5,21	18,84	145,2	0,91
От 3-8 лет:	7,19	6,52	23,55	181,5	1,14

Технология приготовления: Макаронные изделия варят в воде до полуготовности (макароны- 15-20мин, вермишель – 5-7 мин), воду сливают, а макаронные изделия закладывают в кипящую смесь молока и воды, периодически помешивая, варят до готовности. Заправляют сахаром и сливочным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 101.

Наименование изделия: Суп с зелёным горошком.
Номер рецептуры: 101.
Наименование сборника рецептур: Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Картофель молодой -20% С 01.09. х/о-25% С 01.11. х/о-30% С 01.01. х/о-35% С 01.03. х/о-40%	48 50 52 54 56	40 40 40 40 40	60 62 65 68 70	50 50 50 50 50
Зеленый горошек	40	40	50	50
Морковь свежая До 01.01. С 01.01.	 13 14	 10 10	 16 17	 13 13
Лук репчатый х/о-16%	10	8	12	10
Масло растительное	4	4	5	5
Бульон куриный или вода	140	140	180	180
ВЫХОД:	-	**200**	-	**250**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	3,54	4,4	13,93	109,4	1,93
От 3-8 лет:	4,42	5,5	17,41	136,6	2,49

Технология приготовления: В кипящий бульон или воду закладывают подготовленный картофель, припущенные овощи. За 10-15 минут до окончания варки закладывают консервированный горошек вместе с собственным соком. Доводят до готовности. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
О.М.Ермолаева.
«17» 01 2016г.

Технологическая карта № 121.

Наименование изделия: Фрикадельки мясные.

Номер рецептуры: 121.

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Говядина (котлетное мясо)	31	23	39	28
Лук репчатый х/о-16%	3	2,5	4	3,5
Вода	2	2	2,5	2,5
Яйцо	1:6	25	1:6	25
ВЫХОД:	-	**20**	-	**25**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	3,82	2,02	0,16	34,12	0,2
От 3-8 лет:	4,77	2,53	0,2	42,65	0,25

Технология приготовления: Мясо пропустить через мясорубку 2-3 раза, соединяют с сырым мелко нарезанным луком, сырыми яйцами, водой, солью и хорошо размешивают. Сформированные шарики припускают в бульоне до готовности. Хранят фрикадельки до отпуска на мармите в бульоне.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«28» января 2016г.

Технологическая карта № 6.18.

Наименование изделия: **Зеленым горошек консервированный.**

Номер рецептуры: 6.18 .

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд лечебного и профилактического питания оптимизированного состава / Под ред. В.А. Тутельяна., М.А. Самсонова. Москва 2014.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Горошек зеленый Х/О -35%-потеря жидкости Т/О 12% - прогревание	70	45,5 40	105	68 60
ВЫХОД:	-	**40**	-	**60**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,0	0,08	5,32	28,8	10,0
От 3-8 лет:	3,0	0,12	7,98	45,0	15,0

Технология приготовления: Банки с зеленым горошком промыть, протереть и прогреть в отваре до кипения, откинуть на сито. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О. М. Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 137.

Наименование изделия: **Овощное рагу.**
Номер рецептуры: 137.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Картофель	43	32	64	48
Морковь	20	15	30	22
Лук репчатый	17	11	24	16
Капуста свежая белокочанная	14	10	21	15
Масло растительное	4	4	6	6
Соус № 348	-	-	-	45
Или соус № 352	-	30	-	45
Кабачки*	18	12	27	18
Масса рагу		100		150
Масло сливочное	-	5	-	5
ВЫХОД:	-	**105**	-	**155**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	1,26	7,26	7,49	100	5,21
От 3-8 лет:	1,86	9,21	11,14	135	7,79

*При отсутствии того или иного вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовить блюдо из остальных овощей, соответственно увеличив их закладку.

Технология приготовления: Нарезанные дольками или кубиками картофель и морковь слегка запекают в жарочном шкафу, капусту нарезают квадратиками и припускают до полуготовности. Картофель и овощи соединяют с соусом и тушат 10-15 мин, добавляют припущенный лук и кабачки и тушат еще 15 мин. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«__1__»_____01_____20__21__г.

Технологическая карта № 168.

Наименование изделия: **Каша пшенная вязкая на воде с маслом.**
Номер рецептуры: 168.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Крупа пшенная Жидкость (м*3,2) Привар -300%	30	30	37	37
Вода питьевая	96	96	118	118
Масло сливочное	3	3	5	5
ВЫХОД:	-	**120**	-	**150**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	3,2	3,39	19,64	121,9	0
От 3-8 лет:	4,01	4,24	24,56	152,4	0

Технология приготовления: Пшенную крупу перебрать, тщательно промыть в теплой и горячей воде, всыпать в кипящую подсоленную воду и варить периодически помешивая, пока каша не загустеет. При подаче кашу полить растопленным сливочным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №171
_____ О.М.Ермолаева.
«__» _____20__г.

Технологическая карта № 171.

Наименование изделия: **Каша гречневая вязкая .**
Номер рецептуры: 171 Вариант 1.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Крупа гречневая Жидкость (м*3,2) Привар -300%	48,4	48,4	62,5	62,5
Вода питьевая	120	120	154	154
Сахар	4	4	5	5
Масло сливочное	3	3	5	5
ВЫХОД:	-	**155**	-	**205**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	4,67	4,86	25,83	166	0
От 3-8 лет:	6,21	5,28	32,79	203	0

Технология приготовления: Гречневую крупу перебрать, тщательно промыть. Подготовленную для варки крупу всыпать в кипящую подсоленную воду, всплывшие пустотелые зерна удалить. Кашу варят пока не загустеет. В конце варки добавить масло, сахар, перемешать и плотно закрыть посуду крышкой и оставить на плите с умеренным нагревом до готовности. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«___» _____20___г.

Технологическая карта № 172.

Наименование изделия: **Каша овсяная молочная с сахаром.**
Номер рецептуры: 172.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Хлопья овсяные	19	19	25	25
Молоко	104	104	140	140
Сахар	3	3	5	5
Масло сливочное	3	3	5	5
ВЫХОД:	-	**155**	-	**205.**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	4,01	2,06	25,19	135	0,12
От 3-8 лет:	5,35	2,75	31,95	174	0,16

Технология приготовления: В кипящее молоко засыпают соль, сахар, поочередно. Овсяные хлопья «Геркулес» всыпать в кипящее подсоленное молоко и варить при периодическом помешивании до готовности. При подаче кашу полить растопленным сливочным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 173.

Наименование изделия: **Каша манная молочная с сахаром и сливочным маслом.**
Номер рецептуры: 173.
Наименование сборника рецептур:**Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях/ Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Крупа манная	28	28	37	37
Молоко	103	103	137	137
Сахар	4	4	5	5 .
Масло сливочное	3	3	4	4
ВЫХОД:	-	**150**	-	**200**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	6,03	5,13	29,38	188	1,17
От 3-8 лет:	8,0	6,83	38,63	248	1,57

Технология приготовления:Манную крупу просеять, всыпать в кипящую подсоленную воду с молоком тонкой струйкой при постепенном помешивании, добавить сахар, варить до готовности в течение 15-20 минут. При подаче кашу полить растопленным сливочным маслом.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«17» 01 2016г.

Технологическая карта № 176.

Наименование изделия:**Каша рисовая молочная с сахаром со сливочным маслом.**
Номер рецептуры: 176.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**				
	1порция				
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**	
Крупа рисовая	29	29	39	39	
Молоко	103	103	137	137	
Сахар	4	4	5	5	
Масло сливочное	5	5	5	5	
ВЫХОД:	-	**150**	-	**200**	
Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	4,59	5,89	40,07	232	0,65
От 3-8 лет:	6,12	6,65	53,13	297	0,87

Технология приготовления:Рис перебрать, промыть в теплой и горячей воде, засыпать в кипящую воду и варить в течение 20 минут до полуготовности, добавить горячее молоко,сахар, соль, перемешать и довести до готовности при медленном кипении.Горячую кашу отпускают с растопленным сливочным маслом.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 180.

Наименование изделия: **Каша сборная молочная с сахаром (3-й вариант).**
Номер рецептуры: 180.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Молоко	82	82	108	108
Вода	20	20	26	26
Гречневая крупа	26	26	35	35
Пшено	6	6	7	7
Сахар	3	3	4	4
Масло сливочное	4	4	5	5
ВЫХОД:	-	**155**	-	**205**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	6,45	6,85	26,67	194,0	1,09
От 3-8 лет:	8,52	9,68	35,09	262,0	1,46

Технология приготовления: Крупу пшенную и гречневую просеивают, промывают в проточной воде, закладывают в смесь воды и кипящего молока, поочередно, сначала пшенную крупу, затем гречневую, тщательно перемешивают, добавляют соль, сахар и варят до готовности. При выдаче заправляют сливочным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«20» мая 2016г.

Технологическая карта № 120.

Наименование изделия: **Клецки мучные.**
Номер рецептуры: 120.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Мука пшеничная	6	6	8	8
Масло сливочное	1	1	2	2
Яйца	1:8	1:8	1:6	1:6
Вода или молоко	10	10	12	12
ЗЫХОД:	-	**20**	-	**25**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин · С, мг.**
От 1-3 года:	0,79	0,65	3,84	24,3	0
От 3-8 лет:	0,98	0,81	4,79	30,37	0

Технология приготовления: В воду или молоко кладут масло сливочное, соль и доводят до кипения. В кипящую жидкость, помешивая, всыпают муку и заваривают тесто, которое, не переставая помешивать, прогревают в течение 5-10мин. После этого массу охлаждают до 60-70С, добавляют в 3-4 приема сырые яйца и перемешивают. Приготовленное тесто закатывают в виде жгута и нарезают на кусочки. Варят при слабом кипении 5-7минут. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 169.

Наименование изделия: **Каша пшенная молочная с сахаром.**
Номер рецептуры: 169.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Пшено крупа	32	32	42	42
Молоко	82	82	108	108
Вода	20	20	26	26
Сахар	3	3	4	4
Масло сливочное	4	4	5	5
ВЫХОД:	-	**155**	-	**205**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	6,36	6,69	28,95	201,0	2,61
От 3-8 лет:	7,48	6,84	36,13	236,0	3,24

Технология приготовления: Крупу пшенную просеивают, промывают в проточной воде, закладывают в кипящее молоко, тщательно перемешивают, добавляют соль, сахар и варят до готовности. При выдаче заправляют сливочным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«__» _____20__г.

Технологическая карта № 203 .

Наименование изделия: **Плов (кулеш) с мясом говядины.**

Номер рецептуры: 203.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Мясо говядины	61	45	81	60
Крупа рисовая	35	35	46	46
Лук репчатый	8	7	11	9
Морковь	16	13	16	13
Масло сливочное	6	6	8	8
ВЫХОД:	-	**150**	-	**200**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	18,2	17,5	23,9	280,2	0,01
От 3-8 лет:	19,95	19,26	31,6	378,5	0,016

Технология приготовления: Подготовленное мясо говядины нарезают, кладут в посуду, заливают горячей водой и дают закипеть(жидкость наливают из расчета нормы воды для приготовления рассыпчатой каши), снимают пену, подсаливают и готовят до полуготовности. Затем кладут промытую рисовую крупу и доводят до кипения. После этого посуду с пловом ставят на 30-40 мин в жарочный шкаф. При отпуске на рассыпчатую кашу кладут мясо говядины, поливают соусом, в котором оно тушилось. Выход порций определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 204.

Наименование изделия: **Макаронные изделия отварные.**
Номер рецептуры: 204.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Макаронные изделия Жидкость (м* 6) Выход (м х 2,85)	41	41	51	51
Масло сливочное	3	3	5	5
Вода питьевая	-	246	-	306·
ВЫХОД:	-	**120**	-	**150**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	5,68	4,36	27,25	171	0
От 3-8 лет:	7,57	4,63	36,31	217	0

Технология приготовления:Макаронные изделия варить в большом количестве кипящей подсоленной воде (на 1 кг.макаронных изделий берут 6 литров воды и 50 г соли) в течение10 – 12 минут. Отварные макаронные изделия откинуть на дуршлаг (не промывать), заправить маслом, вымешать во избежание склеивания и образования комочков. Подавать в горячем виде.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
О.М.Ермолаева
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 219.

Наименование изделия: **Омлет с зеленым горошком.**
Номер рецептуры: 219.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Яйцо	3/4 шт.	30	1шт	60
Молоко	17	17	23	23
Масса омлетной смеси	-	63	-	83.
Масло сливочное для смазывания листа	3	3	4	4
Масса готового омлета	-	60	-	80
Масло сливочное	5	5	5	5
ВЫХОД:	-	**65**	-	**85**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	4,57	9,50	3,79	119,0	0,50
От 3-8 лет:	6,52	8,07	8,41	132,0	0,70

Технология приготовления:Омлетную массу смешивают с мукой. Горошек зеленый консервированный прогревают 3-5 мин, откидывают на дуршлаг. На смазанный маслом противень выкладывают зеленый горошек и заливают его слоем омлетной смеси не более 2,5 см., запекают в жарочном шкафу до готовности. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 223.

Наименование изделия: **Омлет паровой натуральный.**

Номер рецептуры: 223.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Яйцо	1,14 шт.	46	1,5 шт.	60
Молоко	23	23	30	30
Мука пшеничная	3	3	4	4
Масса омлетной смеси	-	56	-	74
Горошек зеленый	10	7	15	10
Масло сливочное для смазывания листа	3	3	4	4
Масса готового омлета	-	60	-	80
Масло сливочное	5	5	5	5
ВЫХОД:	-	**65**	-	**85**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	5,76	11,07	1,14	127,0	0,11
От 3-8 лет:	7,52	13,46	1,51	157,0	0,15

Технология приготовления:Обработанные яйца соединяют с молоком, солью, процеживают, взбивают, выливают на смазанный маслом противень слоем не более 2,5 см. варят на пару. При отпуске поливают прокипяченным сливочным маслом.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«20» мая 2016г.

Технологическая карта № 230.

Наименование изделия: **Ленивые вареники со сметаной.**
Номер рецептуры: 230.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Творог	48	46	80	78
Мука пшеничная	6,5	6,5	11	11
Сахар-песок	3	3	5	5
Яйца	1:8	1:8	1:6	1:6
Масса полуфабриката	-	57	-	95
Масса отварных вареников	-	60	-	100
Масло сливочное	5	5	5	5
ВЫХОД:	-	**65**	-	**105**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	8,91	7,89	9,21	144,0	0,12
От 3-8 лет:	14,83	10,36	15,31	218,0	0,19

Технология приготовления: В протертый творог вводят муку , яйца, сахар, соль и тщательно перемешивают до получения однородной массы. Затем массу раскатывают пластом толщиной 10-12 мм и разрезают на полоски шириной 25 мм, прямоугольной или треугольной формы. Подготовленные вареники отваривают в подсоленной воде при слабом кипении в течение 4-5 минут. Отпускают с маслом сливочным. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«__» _____20__г.

Технологическая карта № 231.

Наименование изделия: **Сырники из творога со сметаной.**
Номер рецептуры: 231.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Творог	51	50	102	100
Мука пшеничная	6	6	13	13
Яйцо	1/20шт	2	1/10шт	4
Масса полуфабриката	-	57	-	114
Масло растительное	2	2	4	4
Масса готовых сырников	-	50	-	100
Сметана	15	15	30	30
Сахар	4	4	8	8
ВЫХОД:	-	**50/15**	-	**100/30**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	7,35	4,72	9,96	112,0	0,1
От 3-8 лет:	18,69	12,67	11,4	234,0	0,25

Технология приготовления: В протертый творог добавляют 2/3 муки, яйца, сахар, соль. Массу хорошо перемешивают, придают ей форму батончика толщиной 5-6 см, нарезают поперек, панируют в муке, придают форму круглых биточков толщиной 1,5 см ставят в жарочный шкаф и запекают при температуре 200-220С в течение 15-20 минут. Отпускают со сметаной. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«14» 01 2016 г.

Технологическая карта № 236.

Наименование изделия: **Пудинг из творога с рисом.**

Номер рецептуры: 236.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Творог	38	27,5	76	75
Крупа рисовая	7	7	14	14
Сахар	4	4	7	7
Яйцо	1/13шт	3	1/7шт	6
Масло сливочное	1	1	3	3
Сметана	2	2	3	3
Масса полуфабриката	-	59	-	118
Масса готового пудинга	-	50	-	100
Соус № 354		15		30
ВЫХОД:	-	**50/15**	-	**100/30**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	7,35	4,72	9,96	112,0	0,1
От 3-8 лет:	14,73	9,94	18,93	224,0	0,19

Технология приготовления: В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденный сваренный до полуготовности рис, размягченное сливочное масло, соль. Массу хорошо перемешивают. Яичные белки взбивают до густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием. Полученную массу выкладывают в смазанную сливочным маслом (2г от нормы) емкость смазывают сверху сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 220-250С в течение 20-30 минут. Отпускают со сметанным соусом. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 298.

Наименование изделия: **Голубцы ленивые с соусом.**

Номер рецептуры: 298 .

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Капуста свежая белокочанная	90	72	121	96
Говядина (котлетное мясо)	61	45	81	60
Крупа рисовая	6	17*	8	23*
Лук репчатый	12	10	16	13
Масло сливочное	3	3	4	4
Масса припущенного лука с маслом	-	10	-	14
Яйцо	1/10шт	4	1/8шт	5
Масса полуфабриката	-	145	-	193
Масса тушеных голубцов	-	120	-	160
Соус № 354	-	15	-	30
ВЫХОД:	-	**120/15**	-	**160/30**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	10,61	6,81	15,04	164	15,03
От 3-8 лет:	14,12	9,04	20,26	219	20,03

Технология приготовления: Котлетное мясо дважды пропустить через мясорубку. При повторном измельчении добавляют нашинкованную свежую белокочанную капусту. В подготовленный мясо- капустный фарш вводят мелко рубленный припущенный репчатый лук, рассыпчатый рис, яйца, соль и перемешивают. Из полученной массы формуют голубцы, придавая изделиям цилиндрическую форму. Голубцы кладут на смазанный маслом противень, заливая соусом с добавлением воды (10-20г на порцию) и запекают в жарочном шкафу 15-20 минут. Отпускают с соусом сметанным.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О. М. Ермолаева.
«__» _____20__г.

Технологическая карта № 256.

Наименование изделия: **Котлета рыбная .**
Номер рецептуры: 257.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Рыба				
Молоко	13	13	16	16
Хлеб пшеничный	11	11	13	13
Масло сливочное	2	2	3	3
Масса полуфабриката	-	76	-	102
ВЫХОД:	-	**60**	-	**80**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	13,53	3,35	5,89	77,0	0,27
От 3-8 лет:					

Технология приготовления:

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О. М. Ермолаева.
«__11__»_____01_____20_16_г.

Технологическая карта № 277.

Наименование изделия: **Гуляш из мяса говядины.**
Номер рецептуры: 277.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Говядина Х/О - 26,4%	132	97	175	129
Масса отварного мяса	-	60	-	80
Морковь	25	20	19	15
Лук репчатый	12	10	17	14
Томат пюре	-	-	6	6
Масло сливочное	4	4	5	5
Мука пшеничная	3	3	4	4
Овощной отвар или вода	-	40	-	53
Масса соуса	-	60	-	80
Масса гуляша		120		160
ВЫХОД:	-	**60/60**	-	**80/80**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	15,42	12,41	3,96	189	0,6
От 3-8 лет:	20,63	16,3	5,24	250	1,11

Технология приготовления: Очищенное от пленок и жира мясо нарезают кубиками длиной 3-4 см, закладывают в кипящую воду и тушат до полуготовности. Потом соединяют с припущенной морковью, мелко нашинкованным бланшированным репчатым луком, с томатным пюре (для второй возрастной группы), добавляют соль и тушат еще 10-15 мин. На отваре или воде готовят соус, которым заливают мясо и доводят до кипения. Отпускают с соусом, в котором тушилось мясо.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О. М. Ермолаева.
«__» ____ 20__г.

Технологическая карта № 2.1.

Наименование блюда: **Бифштекс в соусе.**

Номер рецептуры: 2.1.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд лечебного и профилактического питания оптимизированного состава / Под ред. В.А. Тутельяна., М.А. Самсонова. Москва 2008.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Говядина Х/О - 26,4%	60	44	80	59
Молоко	14	14	19	19
Хлеб пшеничный	11	11	14	14
Масло сливочное	4	4	5	5
Масса полуфабриката	-	73	-	97
Масса запеченного бифштекса	-	60	-	80
Соус № 354.	-	15	-	30
ВЫХОД:	-	**60/15**	-	**80/30**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	18,6	2,58	4,85	182,3	0,09
От 3-8 лет:	24,8	3,44	6,47	243,1	0,12

Технология приготовления: Очищенное от пленок и жира мясо нарезать и пропустить через мясорубку 2-3 раза, смешать с размоченным в молоке хлебом и снова провернуть через мясорубку, посолить и хорошо выбить. Из котлетной массы формируют изделия плоскоокруглой формы. Подготовленные изделия кладут на противень, смазанный маслом, и запекают при температуре 180-200С до готовности (12-15мин). Отпускают со сметанным соусом.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О. М. Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 278.

Наименование изделия: **Бефстроганов из мяса говядины.**
Номер рецептуры: 278.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Говядина Х/О - 26,4%	132	97	175	129
Масса отварного мяса	-	60	-	80
Соус № 354.	-	60	-	80
Масса бефстроганова		120		160
ВЫХОД:	-	**60/60**	-	**80/80**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	15,51	12,43	3,29	187	0,01
От 3-8 лет:	20,68	16,57	4,38	249	0,01

Технология приготовления: Очищенное от пленок и жира мясо нарезают брусочками длиной 3-4 см массой 5-8 г, заливают сметанным соусом добавляют бульон , соль и тушат до готовности. Отпускают вместе с соусом, в котором тушился бефстроганов.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О. М. Ермолаева.
«__»_____20__г.

Технологическая карта № 282.

Наименование изделия: **Шницель говяжий с соусом .**
Номер рецептуры: 282.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Говядина Х/О - 26,4%	60	44	80	59
Молоко	14	14	19	19
Хлеб пшеничный	11	11	14	14
Масло сливочное	4	4	5	5
Сухари	6	6	8	8
Масса полуфабриката	-	79	-	105
Масса запеченных шницелей	-	60	-	80
Соус № 354.	-	15	-	30
ВЫХОД:	-	**60/15**	-	**80/30**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	9,32	7,07	9,64	139	0,09
От 3-8 лет:	12,44	9,24	12,56	183	0,12

Технология приготовления: Очищенное от пленок и жира мясо нарезать и пропустить через мясорубку 2-3 раза, смешать с размоченным в молоке хлебом и снова провернуть через мясорубку, посолить и хорошо выбить. Из котлетной массы формируют изделия плоскоовальной формы толщиной 1 см. Подготовленные изделия кладут на противень, смазанный маслом, и запекают при температуре 180-200С до готовности (12-15мин). Отпускают со сметанным соусом.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О. М. Ермолаева.
«__»_____20__г.

Технологическая карта № 301.

Наименование изделия: **Чахохбили из кур в соусе.**
Номер рецептуры: 301.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Куры	177	157	236	209
Масса отварной куры	-	60	-	80
Соус сметанный № 354	-	60	-	-
Соус томатный № 348	-	-	-	80
Лук репчатый	11	9	14	12
Морковь	20	15	25	20
Масло сливочное	4	4	5	5
Масса тушеной птицы с соусом	-	120	-	160
ВЫХОД:		**60/60**		**80/80**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	14,12	12,94	3,52	187	0,01
От 3-8 лет:	18,82	17,25	4,7	249	0,02

Технология приготовления: Подготовленные тушки птицы варят до готовности, охлаждают, отделяют мякоть от кожи и костей, нарезают на порционные куски, складывают в глубокую посуду, добавляют бульон куриный(10% к массе соуса), соединяют с соусом, доводят до кипения и

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О. М. Ермолаева.
«__» _____ 20__ г.

Технологическая карта № 300.

Наименование изделия: **Кура отварная порционная.**
Номер рецептуры: 300.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Куры	177	157	236	209
Масса отварной куры	-	60	-	80
Соус сметанный № 354	-	15	-	30
Лук репчатый	2	1,7	3	2,5
Морковь	7	5,6	10	8
Масло сливочное	4	4	5	5
Масса тушеной птицы с соусом	-	75	-	110
ВЫХОД:		**60/15**		**80/30**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	13,56	10,2	0,88	146	0,006
От 3-8 лет:	18,08	13,6	1,76	195	0,012

Технология приготовления: Подготовленные тушки птицы перед варкой формируют, придавая им компактную форму, кладут в горячую воду (2-2,5 л на 1кг продукта), быстро доводят до кипения, а затем нагрев уменьшают. С закипевшего бульона снимают пену, добавляют соль, нарезанные овощи, лук, морковь и варят до готовности при слабом кипении в закрытой посуде. Сваренные тушки вынимают из бульона, дают остыть. У отварной птицы удаляют кожу, отделяют мякоть от костей, порционируют. Порционные куски заливают горячим куриным бульоном, доводят до кипения и хранят в бульоне на мармите в закрытой посуде.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 20 16 г.

Технологическая карта № 314.

Наименование изделия: **Каша пшеничная вязкая на воде с маслом.**
Номер рецептуры: 314.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Крупа пшеничная Жидкость (м*3,2) Привар -300%	30	30	37	37
Вода питьевая	96	96	118	118
Масло сливочное	3	3	5	5
ВЫХОД:	-	**120**	-	**150**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	3,2	3,39	19,64	121,9	0
От 3-8 лет:	4,01	4,24	24,56	152,4	0

Технология приготовления:Пшеничную крупу перебрать, тщательно промыть в теплой и горячей воде,всыпать в кипящуюподсоленную воду и варить периодически помешивая, пока каша не загустеет. При подаче кашу полить растопленным сливочным маслом.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«__» _____20__г.

Технологическая карта № 321.

Наименование изделия: **Картофельное пюре.**

Номер рецептуры: 321.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Картофель свежий молодой С 01.09. С 01.11. С 01.01. С 01.03. Т/О – варка 3%, Молодой – 6% Х/О протирание – 3-5%	132 138 143 148 154	110 110 110 110 110 102	162 169 175 182 189	135 135 135 135 135 125
Масло сливочное	3	3	5	5
Молоко Т/О – кипячение – 5%	16	15	21	20
ВЫХОД:	-	**120**	-	**150**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,45	3,84	16,35	109,8	14,53
От 3-8 лет:	3,06	4,8	20,44	137,3	18,16

Технология приготовления: Очищенный картофель промыть, отварить в подсоленной воде до готовности, отвар слить. Горячий картофель пропустить через протирочную машину, затем непрерывно помешивая, добавить в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и сливочное масло. Смесь перемешать до пышной однородной массы. Выход порций определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«17» 01 20 16 г.

Технологическая карта № 316.

Наименование изделия:**Рис припущенный.**
Номер рецептуры: 316.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Крупа рисовая Жидкость (м*2,1) (привар -180%)	35	35	52	52
Масло сливочное	3	3	5	5
Вода питьевая	75	75	113	113
ВЫХОД:	-	**100**	-	**150**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,43	2,87	24,44	133,3	0
От 3-8 лет:	3,64	4,3	36,67	199,9	0

Технология приготовления:Рис перебрать, промыть в теплой или горячей воде, в кипящуюподсоленную воду,(на 6 л воды, 60 г соли на 1кг риса), добавляют 50% масла, предусмотренного рецептурой, и всыпают подготовленную рисовую крупу, варятдо готовности. При отпуске горячую кашу заправляют остальным (50%) прокипяченным сливочным маслом.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«28» января 2016г.

Технологическая карта № 7.1.

Наименование изделия: **Гарнир сложный (капуста тушеная с пшенной кашей).**

Номер рецептуры: 7.1.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд лечебного и профилактического питания оптимизированного состава / Под ред. В.А. Тутельяна., М.А. Самсонова. Москва 2014.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Капуста белокочанная Х/О – 20%, тушение-21%	74	60	87	70
Масло растительное	3	3	5	5
Выход готовой капусты	-	50	-	60
Крупа пшенная	14	14	20	20
Масло сливочное	3	3	4	4
ВЫХОД:	-	**150**	-	**200**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,32	8,72	9,01	96,03	14,5
От 3-8 лет:	3,11	12,95	19,18	171,24	17,4

Технология приготовления: Белокочанную капусту зачистить, промыть, нарубить соломкой. Тушить в овощном отваре или воде, с добавлением растительного масла в течение 10-15 минут до готовности. Крупу пшенную просеивают, промывают в проточной воде, закладывают в кипящую, подсоленную воду, тщательно перемешивают и варят до готовности. При выдаче заправляют сливочным маслом. Выдают в виде сложного гарнира. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 339.

Наименование изделия: **Икра свекольная тушенная.**

Номер рецептуры: 339.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Свекла	142	114	178	142
Масло растительное	3	3	4	4
Соус белый № 347	-	20	-	30
ВЫХОД:	-	**120**	-	**150**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	1,77	3,85	11,72	88,56	1,38
От 3-8 лет:	2,21	4,81	14,66	110,7	1,72

Технология приготовления: Предварительно очищенную, сваренную свеклу нарезают кубиками, прогревают с маслом, заправляют соусом и тушат 10-15 минут. Выход порций определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 347.

Наименование изделия: **Соус белый основной.**

Номер рецептуры: 347.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Бульон или вода	-	22	-	33
Масло сливочное	2	2	3	3
Мука пшеничная	4	4	5	5
ВЫХОД:	-	**20**	-	**30**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,12	0,7	0,73	9,74	0,06
От 3-8 лет:	0,18	1,05	1,1	14,61	0,08

Технология приготовления: Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70 С выливают ¼ часть горячей воды или бульона и вымешивают до однородной массы, затем постепенно вводят оставшуюся жидкость и снова доводят до кипения.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«__»_____20__г.

Технологическая карта № 9.

Наименование изделия: **Сосиска молочная.**
Номер рецептуры: 9.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Сосиска молочная	-	-	41	40
ВЫХОД:	-	-	-	**40**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	-	-	-	-	-
От 3-8 лет:	5,12	8,88	0,6	103,0	0

Технология приготовления: С сосисок снимают оболочку. Подготовленные сосиски кладут в подсоленную кипящую воду, и варить при слабом кипении 5-7 минут. Отпускают только для второй возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
О.М. Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 348.

Наименование изделия: **Соус томатный .**
Номер рецептуры: 348.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Бульон или вода	-	-	45	45
Масло сливочное	-	-	2	2
Мука пшеничная	-	-	2	2
Морковь	-	-	4	3
Лук репчатый	-	-	2	1
Томатное пюре	-	-	7	7
Масло сливочное	-	-	0,5	0,5
Сахар	-	-	4	4
ВЫХОД:	-	-	-	**45**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	-	-	-	-	-
От 3-8 лет:	0,52	1,89	3,61	33,52	1,07

Технология приготовления: Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания, периодически помешивая для удаления комочков. Правильная спассерованная мука должна иметь слегка кремовый цвет. Муку охлаждают до 60- 70 С, используют четвертую часть горячей жидкости и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся жидкость, доводят до кипения. Мелко нарезанные коренья, лук припускают, добавляют томатное пюре, продолжают тушение еще 15-20 минут. В соус кладут подготовленные тушенные овощи, и варят 25-30 мин. В конце варки добавляют сахар, соль. Готовый соус процеживают, протирая при этом разварившиеся овощи, и доводят до кипения. Для детей второй возрастной группы.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М. Ермолаева.
«11» 01 20 16 г.

Технологическая карта № 352.

Наименование изделия: **Соус молочный (для запекания овощей, мяса и рыбы).**

Номер рецептуры: 352.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Молоко	15	15	22,5	22,5
Масло сливочное	3	3	5	5
Мука пшеничная	3	3	5	5
Вода или отвар	15	15	22,5	22,5
ВЫХОД:	-	**30**	-	**45**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,8	2,77	2,96	39,96	0,01
От 3-8 лет:	1,2	4,15	4,44	59,94	0,15

Технология приготовления: Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. Муку охлаждают и разводят горячим молоком или молоком с добавлением воды и варят 7-10 минут при слабом кипении.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О. М. Ермолаева.
«14» 01 2016 г.

Технологическая карта № 354.

Наименование изделия: **Соус сметанный (для шницеля и птицы отварной).**
Номер рецептуры: 354.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Сметана	4	4	8	8
Мука пшеничная	1	1	2	2
Вода или отвар	10	10	20	20
ВЫХОД:	-	**15**	-	**30**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,21	0,75	0,88	11,12	0,006
От 3-8 лет:	0,42	1,5	1,76	22,24	0,012

Технология приготовления: Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70 С выливают ¼ часть горячей воды или отвара и вымешивают. Для приготовления сметанного соуса в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану и кипятят 3-5 мин, процеживают и снова доводят до кипения.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О. М. Ермолаева.
«11» 01 2016г.

КАРТОЧКА-РАСКЛАДКА № 2.12

Наименование блюда: **Котлеты мясные паровые.**
Показано на диеты: **ОВД, ЩД, НКД, ВБД.**
Вес блюда(грамм): **110; 115(110/5)**

Наименование продукта	**Брутто, г**	**Нетто, г**	**Белки, г**	**Жиры, г**	**Углеводы, г**	**Ккал**
Говядина 1 кат. Х/О -26,4%	121	89	16,55	14,24	-	194,02
Вода питьевая	21	21	-	-	-	-
Хлеб пшеничный в/сорт	15	15	1,14	0,12	7,38	35,25
Соль поваренная йодированная	1	1	-	-	-	-
Масса полуфабриката т/о- п/ф - котлета на пару – 12%	-	125				.
Масло сливочное Крестьянское 72,5% жир.	5	5	0,04	3,63	0,07	33,05
Выход: а)с маслом сливочным: **б) без масла:**		**115 (110/5)** **110**	**18,98** **18,94**	**12,47** **8,84**	**7,45** **7,38**	**217,82** **184,77**

Технология приготовления: Мясо промыть, зачистить от сухожилий, пропустить через мясорубку 2 раза, смешать с размоченным в воде хлебом, снова пропустить через мясорубку, посолить, хорошо выбить котлетную массу. Разделить на порции (по 2шт.) ,придать форму котлеты (удлиненную) и варить на пару или в емкости, залив теплой водой, до готовности в течение 15- 20минут.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О. М. Ермолаева.
«17» 01 2022 г.

Технологическая карта № 354.

Наименование изделия: **Соус сметанный (для бефстроганова).**
Номер рецептуры: 354.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Сметана	16	16	21	21
Мука пшеничная	4	4	5	5
Вода или отвар	40	40	53	53
ВЫХОД:	-	**60**	-	**80**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,84	3,0	3,52	44,48	0,024
От 3-8 лет:	1,12	4,0	4,69	59,31	0,032

Технология приготовления: Просеянную муку подсушивают в жарочном шкафу до слегка кремового цвета, не допуская пригорания. В подготовленную муку, охлажденную до 60-70 С выливают ¼ часть горячей воды или отвара и вымешивают. Для приготовления сметанного соуса в горячий белый соус кладут прокипяченную сметану и кипятят 3-5 мин, процеживают и снова доводят до кипения.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«20» мая 2016г.

Технологическая карта № 372.

Наименование изделия: **Компот их свежих фруктов и плодов.**

Номер рецептуры: 372.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Яблоко свежее или груша	34 33	30 30	41 40	36 36
Черешня или вишня	31 31	30 30	38 38	36 36
Слива или абрикосы	33 35	30 30	40 42	36 36
Сахар	8	8	10	10
Вода	150	150	180	180
ВЫХОД:	-	**150**	-	**180**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,24	0,21	17,9	73,2	5,08
От 3-8 лет:	0,29	0,25	21,7	88,2	6,1

Технология приготовления: Яблоки, груши моют, удаляют семенные гнезда, нарезают дольками. Чтобы плоды не темнели, их погружают до варки в холодную воду, слегка подкисленную лимонной кислотой. Сироп приготавливают следующим образом: в горячей воде растворяют сахар, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, проваривают 10-12 минут и процеживают. В подготовленный горячий сироп погружают плоды. Яблоки и груши варят на слабом огне не более 6-8 минут. Черешню или вишню перебирают, удаляют плодоножки, моют. Сливы или абрикосы перебирают, моют, разрезают пополам, удаляют косточки, закладывают в горячий сахарный сироп и доводят до кипения. Отпускать охлажденным. Выход порций определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«__»_____20__г.

Технологическая карта № 376.

Наименование изделия: **Компот их сухофруктов с сахаром.**
Номер рецептуры: 376.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Смесь фруктов сухих	15	38*	18	45*
Сахар	8	8	10	10
Вода	150	150	180	180
ВЫХОД:	-	**150**	-	**180**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,25	0	33,3	135,0	3,3
От 3-8 лет:	0,4	0,02	24,99	101,7	4,36

Технология приготовления: Сушеные плоды перебрать, удалить посторонние примеси, тщательно промыть в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные сухофрукты залить горячей водой, нагреть до кипения, добавить сахар, варить 10-20 минут. Время варки сухофруктов:
- груши 1-2 часа, яблоки – 20-30 минут, чернослив, урюк, курага – 10-15 минут, изюм – 5-10 минут. Компот должен настоятся (начинать готовить утром), отпускать охлажденным. Выход порций определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«__1__»_____10_____20__16__г.

Технологическая карта № 392 .

Наименование изделия: **Чай с сахаром.**

Номер рецептуры: 392.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Чай сухой	1,5	1,5	1,8	1,8
Сахар	7	7	10	10
ВЫХОД:	-	**150/7**	-	**180/10**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,04	0,01	6,99	28,0	0,02
От 3-8 лет:	0,06	0,02	9,99	40,0	0,03

Технология приготовления: Заварить чай в емкости. Перед завариванием емкость ополоснуть горячей водой, всыпать чай, залить кипятком, оставить на 5-6 минут для настаивания, процедить. После этого чай-заварку заливают в котел свежеприготовленным кипятком и настаивают еще 5-10 минут. Сахар кладут в стакан или чашку или подают отдельно. Выход порций определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 394 .

Наименование изделия: **Чай с молоком и с сахаром.**

Номер рецептуры: 394.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Чай –заварка № 392	20	20	30	30
Сахар	7	7	10	10
Молоко	92	90	92	90
ВЫХОД:	-	**150**	-	**180**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,65	2,33	11,31	77,0	1,19
От 3-8 лет:	2,67	2,34	14,31	89,0	1,2

Технология приготовления: К приготовленному чаю с сахаром добавляют горячее кипяченое молоко. Горячее кипяченое молоко можно подать отдельно в молочнике. Выход порций определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 397.

Наименование изделия: **Какао с молоком с сахаром.**

Номер рецептуры: 397.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Какао порошок	2	2	2	2
Сахар	8	8	10	10
Вода	65	65	80	80
Молоко	92	92	110	110
ВЫХОД:	-	**150**	-	**180** .

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	3,15	2,72	12,96	89,0	1,2
От 3-8 лет:	3,85	3,41	14,36	91,0	1,27

Технология приготовления: Какао -порошок смешать с сахаром, добавить небольшое количество кипятка и растереть до однородной массы, затем при непрерывном помешивании залить горячее кипяченое молоко, добавить кипяток и довести до кипения. Выход порций определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 395.

Наименование изделия: **Кофейный напиток с молоком с сахаром.**

Номер рецептуры: 395.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Кофейный напиток	2	2	3	3
Сахар	7	7	10	10
Вода	90	90	108	108
Молоко	75	75	90	90
ВЫХОД:	-	**150**	-	**180**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98
От 3-8 лет:	2,85	2,41	14,36	91,0	1,17

Технология приготовления: Порошок кофейного напитка залить кипятком (учитывая добавление молока) и довести до кипения, оставить на 3-5 минут для настаивания, процедить, добавить сахар, горячее кипяченое молоко и вновь довести до кипения. Выход порций определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«___» ___01___ 2016 г.

Технологическая карта № 400.

Наименование изделия: **Молоко кипяченое.**
Номер рецептуры: 400.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Молоко кипяченное - 5%	158	150	189	180
ВЫХОД:	-	**150**	-	**180.**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	4,58	4,08	7,58	85,0	2,05
От 3-8 лет:	5,48	4,88	9,07	102,0	2,46

Технология приготовления: Молоко кипятят в посуде, предназначенной для этой цели, а затем охлаждают и разливают в стаканы. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«15» 01 2016 г.

Технологическая карта № 401.

Наименование изделия: **Кефир 2,5%.**
Номер рецептуры: 401.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Кефир 2,5%	155	150	185	180
ВЫХОД:	-	**150**	-	**180**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	4,35	3,75	6,0	75,0	1,05
От 3-8 лет:	5,22	4,5	7,2	90,0	1,26

Технология приготовления: Кисломолочные продукты наливают непосредственно в стакан. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 401.

Наименование изделия: **Ряженка.**
Номер рецептуры: 401.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Ряженка	155	150	185	180
ВЫХОД:	-	**150**	-	**180**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	4,35	3,75	6,3	76,0	0,45
От 3-8 лет:	5,22	4,5	7,56	92,0	0,54

Технология приготовления: Кисломолочные продукты наливают непосредственно в стакан. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«__» _____ 20__г.

Технологическая карта № 395.

Наименование изделия: **Кофейный напиток с сахаром.**

Номер рецептуры: 395.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Кофейный напиток	2	2	3	3
Сахар	7	7	10	10
Вода	160	160	190	190
ВЫХОД:	-	**150/7**	-	**180/10**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0	0	7,0	26,18	0
От 3-8 лет:	0	0	10,0	37,4	0

Технология приготовления: Порошок кофейного напитка залить кипятком (учитывая добавление молока) и довести до кипения, оставить на 3-5 минут для настаивания, процедить, добавить сахар и вновь довести до кипения. Выход порций определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«__» _____ 20__г.

Технологическая карта № 458.

Наименование изделия: **Ватрушка с творогом.**
Номер рецептуры: 458.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
Для теста:	**Брутто, г.1-3года**	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Мука пшеничная	15	15	30	30
Сахар	1,5	1,5	3	3
Масло сливочное	3	3	5	5
Дрожжи	2	2	4	4
Молоко	12	12	25	25
Яйцо	1:6	1:6	1:3	1:3
Для начинки:				
Творог	15	15	30	30
Яйцо	1:10	1:10	1:5	1:5
Сахар	1	1	2	2
Масло сливочное	1	1	2	2
ВЫХОД:	-	**35**	-	**70**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	4,61	2,74	14,59	101	0,02
От 3-8 лет:	9,22	5,48	29,18	202	0,04

Технология приготовления: Дрожжевое тесто для ватрушек готовят опарным способом. Из теста разделывают булочки круглой формой массой для 1-й возрастной группы – 29г,для второй – 58г. Укладывают на противень смазанный маслом, дают неполную расстойку, а затем деревянным пестиком диаметром 4 см делают в них углубление, которое заполняют начинкой для 1-й возрастной группы – по 17г,для второй – 34г. После полной расстойки ватрушки смазывают яйцом и выпекают при температуре 230-240С в течение 8-10 мин. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016г.

Технологическая карта № 447.

Наименование изделия: **Блинчики со сметаной.**
Номер рецептуры: 447.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Яйцо	1/10 шт.	4,2	1/5шт	8,3
Вода питьевая	52	52	104	104
Мука пшеничная	20,8	20,8	41,6	41,6
Сахар	1,25	1,3	2,5	2,5
Соль	0,4	0,4	0,8	0,8
Масса теста	-	77	-	154
Масло растительное	1	1	2	2
Масса готовых блинчиков	-	50	-	100
Сметана	10	10	15	15
ВЫХОД:	-	**50/10**	-	**100/15**
Химический состав:	**Пищевые вещества**			
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	3,52	3,38	19,36	169,7	0,03
От 3-8 лет:	6,52	8,07	8,41	325,2	0,06

Технология приготовления:Яйца, соль, сахар размешивают, добавляют(50% нормы) холодную воду, всыпают муку, взбивают до получения однородной массы, добавляя оставшуюся воду. Готовое жидкое тесто процеживают. Блинчики выпекают по 2-3 шт. на порцию на смазанных растительным маслом и разогретых сковородах диаметром 24-26 см. Отпускают со сметаной.Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«___»_____20_16_г.

Технологическая карта № 493.

Наименование изделия: **Кондитерское изделие.**
Номер рецептуры: 493.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Пряник детский	18	18	40	40
ВЫХОД:	-	**18**	-	**40**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	1,16	1,48	12,3	67,14	0,002
От 3-8 лет:	2,59	3,28	27,32	149,2	0,004

Технология приготовления: Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О. М. Ермолаева.
«__» _____ 20__г.

Технологическая карта № 488.

Наименование изделия: **Кекс « творожный».**
Номер рецептуры: 488.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Творог	15	15	20	20
Мука пшеничная	15	15	20	20
Масло сливочное	10	10	15	15
Яйцо	1:6	1:6	1:4	1:4
Сметана	5	5	5	5
Сахар	4	4	5	5
ВЫХОД:	-	**45**	-	**60**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	4,24	6,68	22,53	167,4	0,03
От 3-8 лет:	5,65	8,91	30,03	223,2	0,04

Технология приготовления: Размягченное сливочное масло и сахар взбивают в течении 10-15 минут, добавляют творог и взбивают до получения однородной массы. Затем добавляют яйца и тщательно перемешивают, добавляют муку и замешивают тесто в течение 3-5мин. Тесто раскладывают в подготовленные формы и выпекают при температуре 160-185С в течение 55-60мин. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О. М. Ермолаева.
«__» _____ 20__ г.

Технологическая карта № 469.

Наименование изделия: **Булочка домашняя.**
Номер рецептуры: 469.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
Для теста:	**Брутто, г.1-3года**	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Мука пшеничная	20	20	30	30
Сахар	1	1	2	2
Масло сливочное	3	3	4	4
Дрожжи	2	2	4	4
Молоко	12	12	20	20
Яйцо	1:6	1:6	1:3	1:3
ВЫХОД:	-	**35**	-	**55**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,55	4,38	18,87	125,3	0,12
От 3-8 лет:	4,01	6,88	29,65	196,9	0,18

Технология приготовления: Дрожжевое тесто для булочек готовят опарным или без опарным способом. Из теста разделывают шарики круглой формой массой для 1-й возрастной группы – 29г,для второй – 58г. Дают расстояться 30 – 40 мин. Сформированные булочки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом. Перед выпечкой изделия смазывают яйцом и выпекают при температуре 230-240С в течение 12-15 мин. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____ О. М. Ермолаева.
«14» 01 2016г.

Технологическая карта № 454.

Наименование изделия: **Пирожок с повидлом.**
Номер рецептуры: 454.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
Для теста:	**Брутто, г.1-3года**	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Мука пшеничная	15	15	30	30
Масло сливочное	3	3	5	5
Дрожжи	2	2	4	4
Молоко	12	12	25	25
Яйцо	1:6	1:6	1:3	1:3
Для начинки:				
Повидло	6	5	11	10
ВЫХОД:	-	**35**	-	**70**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,1	0,87	16,76	82,6	0,12
От 3-8 лет:	4,03	1,74	33,52	165,2	0,24

Технология приготовления: Дрожжевое тесто для пирожков готовят опарным или без опарным способом. Из теста разделывают шарики круглой формой массой для 1-й возрастной группы – 29г,для второй – 58г. Дают расстояться 5 – 6 мин и раскатывают лепешки толщиной 0,5 – 1см. На середину каждой лепешки кладут повидло и защипывают края, придавая форму «лодочки» . Сформированные пирожки укладывают швом вниз на кондитерский лист, предварительно смазанный растительным маслом, для расстойки. За 5-10мин перед выпечкой изделия смазывают яйцом. Пирожки выпекают при температуре 200-240С в течение 8-10 мин. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О. М. Ермолаева.
«__» _____ 20__г.

Технологическая карта № 466.

Наименование изделия: **Плюшка обыкновенная.**
Номер рецептуры: 466.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
Для теста:	**Брутто, г.1-3года**	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Мука пшеничная	20	20	30	30
Масло сливочное	3	3	5	5
Масло растительное	3	3	5	5
Дрожжи	3	3	4	4
Молоко	12	12	20	20
Яйцо	1:6	1:6	1:3	1:3
Сахар	3	3	4	4
ВЫХОД:	-	**35**	-	**55**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	2,17	1,65	18,31	98,7	0,01
От 3-8 лет:	4,27	2,59	28,77	155,1	0,02

Технология приготовления: Дрожжевое тесто готовят опарным или без опарным способом. Тесто делят на куски, прокатывают их в жгут, а затем разрезают на куски и раскатывают в продольную лепешку. Эту лепешку смазывают маслом растительным, свертывают в виде рулета, выравнивают растягиванием так, чтобы толщина его была одинаковой по всей длине, перегибают пополам, при этом концы накладывают один на другой и скрепляют. После этого рулет разрезают по длине ножом на две части для одинарной плюшки и на три части для двойной плюшки, оставляя неразрезанными скрепленные концы. При укладке на лист плюшку разворачивают в стороны по линии разреза. Для плюшки круглой формы

концы рулета не скрепляют, а после надреза его разворачивают, придавая изделиям круглую форму. Разделанные плюшки укладывают на лист, смазанный маслом, ставят в теплое место для расстойки 50-80мин.За 15-20мин до конца расстойки поверхность смазывают яйцом. Выпекают при температуре 200-220С в течение 12-16 мин. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» 01 2016 г.

Технологическая карта № 10.15.

Наименование блюда: **Сок витаминный.**

Номер рецептуры: 10.15.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд лечебного и профилактического питания оптимизированного состава / Под ред. В.А. Тутельяна., М.А. Самсонова. Москва 2008.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**				
	1порция				
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**	
	100	100	100	100	
ВЫХОД:	-	**100**	-	**100**	
Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	0,5	0,1	10,1	43,3	2
От 3-8 лет:	0,5	0,1	10,1	43,3	2

Технология приготовления:Сок разлить в стаканы.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
детского сада №16
_____ О.М. Ермолаева
«___»_____20___ г.

Технологическая карта № 237.

Наименование изделия: **Запеканка из творога.**

Номер рецептуры:237.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. 2-е издание, дополненное и переработанное. Сборник технических нормативов. /Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна Москва 2016.**

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-8 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
творог	46,9	4692	93,8	92
Крупа манная	3	3	6	6
сахар	4	4	8	8
яйцо	2	2	4	4
Масло сливочное	2	2	4	4
сметана	2	2	4	4

Химический состав данного блюда	Пищевые вещества				Витамин С, мг.
	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.	
От 1-3 года:	8,77	6,025	8,575	123,5	0,12
От 3-8 лет:	17,54	12,05	17,15	247	0,24

Технология приготовления

Протертый творог смешивают с мукой или с предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью. Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень или форму. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин, при температуре 220-250 °С до образования на поверхности румяной корочки. Отпускают со сладким соусом. Требования к качеству Внешний вид: порционные кусочки, без трещин и подгорелых мест Консистенция: однородная, нежная, мягкая Цвет: корочки - золотисто-желтый, на разрезе - белый, соуса коричневый Вкус: творога и продуктов, входящих в блюдо Запах: творога и продуктов, входящих в блюдо.

Требования к качеству

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Детского сада №16
_____О.М.Ермолаева.
«11» января 2016г.

Технологическая карта № 170

Наименование изделия: **Каша пшеничная молочная с сахаром.**
Номер рецептуры: 170.
Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептурных блюд и кулинарных изделий для детей в дошкольных организациях / Под ред. В.А. Тутельяна. Москва 2012.**

Наименование сырья	**Расход сырья и полуфабрикатов**			
	1порция			
	Брутто, г.1-3года	**Нетто, г. 1-3года**	**Брутто, г. 3-8лет**	**Нетто, г.3-8лет**
Пшеничная крупа	32	32	42	42
Молоко	82	82	108	108
Вода	20	20	26	26
Сахар	3	3	4	4
Масло сливочное	4	4	5	5
ВЫХОД:	-	**155**	-	**205**

Химический состав:	**Пищевые вещества**				
	Белки, г.	**Жиры, г.**	**Углеводы, г.**	**Энергетическая ценность, ккал.**	**Витамин С, мг.**
От 1-3 года:	6,36	6,69	28,95	201,0	2,61
От 3-8 лет:	7,48	6,84	36,13	236,0	3,24

Технология приготовления: Крупу пшеничную просеивают, промывают в проточной воде, закладывают в кипящее молоко, тщательно перемешивают, добавляют соль, сахар и варят до готовности. При выдаче заправляют сливочным маслом. Выход порции определяется возрастной группой.

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
детского сада №16
_____ О.М. Ермолаева
«__» _____ 20___ г.

Технологическая карта № 136.

Наименование изделия: Картофель отварной.

Номер рецептуры: 136.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. 2-е издание, дополненное и переработанное. Сборник технических нормативов. /Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна Москва 2016.**

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-8 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Картофель	140	105	210	157
Масса отварного картофеля	-	100	-	150
Масло сливочное	5	5	5	5
Выход с маслом	-	105	-	155

Химический состав данного блюда	Пищевые вещества				Витамин С, мг.
	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.	
От 1-3 года:	2,05	3,96	16,12	108	14,7
От 3-8 лет:	3,05	4,17	24,08	146	21,98

Технология приготовления

Очищенный картофель кладут в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л воды на 1 кг). Когда картофель сварится, воду сливают, картофель подсушивают, для чего посуду с ним оставляют на 5-7 минут на менее горячем участке плиты. При варке рассыпчатого картофеля воду сливают примерно через 15 мин после момента закипания, затем картофель доводят до готовности паром, образующимся в котле.

Отпускают с прокипяченным сливочным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: клубни картофеля одного размера, хорошо проварены, политы маслом

Консистенция: рыхлая или умеренно плотная

Цвет: от белого до светло-кремового

Вкус: картофеля, масла сливочного, умеренно соленый

Запах: картофеля, масла сливочного

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
детского сада №16
_____ О.М.Ермолаева
«__» _____ 20___ г.

Технологическая карта № 143.

Наименование изделия: **Капуста тушеная.**

Номер рецептуры: 143.

Наименование сборника рецептур: **Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. 2-е издание, дополненное и переработанное. Сборник технических нормативов. /Под ред. М. П. Могильного и В. А. Тутельяна Москва 2016.**

Наименование продуктов, полуфабрикатов	1-3 года		3-8 лет	
	Масса, г			
	брутто	нетто	брутто	нетто
Капуста свежая	138	110	206	165
Масло растительное	4	4	6	6
Томатное пюре	-	-	5	5
Морковь	7	5	10	8
Петрушка (корень)	3	2	5	3
Лук репчатый	9	7	13	11
Мука пшеничная	2	2	3	3
Сахар	3	3	4	4
Выход	-	100	-	150

Химический состав данного блюда	Пищевые вещества				Витамин С, мг.
	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Энергетическая ценность, ккал.	
От 1-3 года:	1,98	3,71	9,49	79	16,37
От 3-8 лет:	3,13	5,56	14,38	120	24,99

Технология приготовления

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем зо 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), масло, прогретое томатное пюре и тушат до полуготовности, периодически помешивая. Затем добавляют припущенные, нарезанные соломкой морковь, лук, и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют подсушенной мукой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Для первой возрастной группы томатное пюре не используется.

Требования к качеству

Внешний вид: смесь тушеной капусты с овощами
Консистенция: сочная, слабо хрустящая
Цвет: светло-коричневый
Вкус: умеренно соленый
Запах: тушеной капусты и томата

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
детского сада №16
_____О.М. Еромалаева
"20"мая 2016г.

Перспективное десятидневное меню на летне-осенний период

для групп с 12-ти часовым пребыванием детей
в возрасте от 3-х до 8-ми лет
в МБДОУ детского сада №16

Сезон: летьний-осений период.
Режим работы: 12 часов.
Возрастная категория: 3-8лет.

Понедельник 1-й день

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	кКал.	Вит "С"	№ рецепта
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	ЗАВТРАК:							
1	Отворное яйцо	40(1)	5,08	4,6	0,28	63	0	213
2	Икра кабочкоовая	60	0,6	4,2	4,2	58,2	13,4	53
3	Отварные макароны	150	4,2	2,9	27,9	135	0	204
4	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,8	0	6
5	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
6	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого за завтрак		**13,16**	**17,92**	**61,79**	**443,4**	**13,43**	
	В 10.00 ч.							
1	сок витаминны	100	0,5	0,1	10,1	43,3	2	10.15
	Итого:		**0,5**	**0,1**	**10,1**	**43,3**	**2**	
	Обед:							
1	Борщ вегетарианский	250	2,73	5,95	13,68	119,2	17,78	59
2	Рыба в соусе	80	9,79	5,72	2,0	103,0	0,22	251
3	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,3	18,16	321
4	Хлеб бородинский	50	3,3	0,6	16,7	87	0	11,3
5	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	4,36	376
6	Зеленый горошик консервированный	60	3,0	0,12	7,98	45,0	15,0	6.18
	Итого за обед:		**22,28**	**17,21**	**85,79**	**593,2**	**55,52**	
	Полдник:							
1	Кефир 2,5%	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26	401
2	Булочка домашняя	55	4,01	6,88	29,65	196,9	0,18	469
	Итого за полдник:		**9,23**	**11,38**	**36,85**	**286,6**	**1,44**	
	Ужин:							
1	Каша "геркулес" молочная с сахаром	205	5,35	2,75	31,95	174	0	173
2	Сыр Росийский	10	2,32	2,95	0	36	0,07	7
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого за ужин:		**10,89**	**6,12**	**61,26**	**344,4**	**0,1**	
	Итого завесь день:		**56,06**	**52,73**	**255,79**	**1710,9**	**72,49**	

вторник 2-й день

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	кКал.	Вит "С"	№ рецепта
1	2	3	4	5	6	7	8	9
	ЗАВТРАК:							
1	Пудинг из творога с рисом со сметаной	100/30	14,73	9,94	18,93	224	0,19	236
2	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,8	0	6
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого за завтрак:		**18,01**	**16,16**	**48,34**	**447,2**	**0,22**	
	В 10.00 ч.							
1	яблоко	150	4,2	4,8	7,05	87	19,5	
	Итого:		**4,2**	**4,8**	**7,05**	**87**	**19,5**	
	Обед:							
1	Суп гороховый	250	5,49	5,27	16,32	134,75	5,81	81
2	Макароны отварные	150	7,57	4,63	36,31	217	0	204
3	Отварня сосиска	40	5,12	8,88	0,6	103,0	0	9
4	Хлеб бородинский	50	3,3	0,6	16,7	87	0	11,3
5	Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,05	5,19	20,97	51,4	20
6	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	4,36	376
	Итого за обед:		**22,72**	**22,45**	**100,11**	**664,42**	**61,57**	
	Полдник:							
1	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	92	0,54	401
2	Кондитерское изделие	40	2,59	3,28	27,32	149,2	0,004	493
	Итого за полдник:		**7,81**	**7,78**	**34,88**	**241,2**	**0,544**	
	Ужин:							
1	Каша пшенная молочная	205	7,48	6,84	36,13	236	3,24	169
2	Сыр Росийский	10	2,32	2,95	0	36	0,07	7
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого за ужин:		**13,02**	**10,21**	**65,44**	**406,4**	**3,34**	
	Итого завесь день:		**65,76**	**61,4**	**255,82**	**1759,22**	**85,174**	

среда 3-й день

	ЗАВТРАК:							
1	Каша манная молочная	200	8,0	6,83	38,63	248	1,57	173
2	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,8	0	6
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Сыр Росийский	10	2,32	2,95	0	36	0,07	7
5	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого за завтрак:		**13,6**	**16**	**68,04**	**471,2**	**1,67**	
	В 10.00 ч.							
1	сок витаминны	100	0,5	0,1	10,1	43,3	2	10.15
	Итого:		**0,5**	**0,1**	**10,1**	**43,3**	**2**	
	Обед:							
1	Суп Харчо	250	1,92	4,82	7,35	80,5	11,85	154
2	Котлеты мясные паровые	80	18,98	12,47	7,45	217,82	0	2,12
3	Каша пшеничная вязская на воде с маслом	150	4,01	4,24	24,56	152,4	0	314
4	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	5,7	33
5	Хлеб бородинский	50	3,3	0,6	16,7	87	0	11,3
6	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	4,36	376
	Итого за обед:		**29,47**	**25,80**	**86,07**	**695,76**	**21,91**	
	Полдник:							
1	Кефир 2,5%	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26	401
2	Кондитерское изделие	40	2,59	3,28	27,32	149,2	0,004	493
	Итого полдник:		**7,81**	**11,78**	**34,52**	**239,2**	**1,264**	
	Ужин:							
1	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,3	18,16	321
2	Сельдь рубленная с луком	25	4,25	2,13	0	36	0	8
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого ужин:		**10,53**	**7,35**	**49,75**	**232,46**	**18,19**	
	Итого завесь день:		**61,91**	**61,03**	**248,48**	**1681,92**	**45,03**	

четверг 4-й день

	ЗАВТРАК:							
1	Суп вермешелевый молочный	250	7,19	6,52	23,55	181,5	1,14	93
2	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,8	0	6
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Сыр Росийский	10	2,32	2,95	0	36	0,07	7
5	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого за завтрак:		**12,79**	**15,69**	**52,96**	**329,46**	**1,24**	
	В 10.00 ч.							
	сок витаминны	100	0,5	0,1	10,1	43,3	2	10.15
	Итого:		**0,5**	**0,1**	**10,1**	**43,3**	**2**	
	Обед:							
1	Суп картофельный с клецками	250	2,1	3,36	12,14	87,3	5,8	85\120
2	Рис припущенный	150	3,64	4,3	36,67	199,9	0	316
3	Чахохбили из кур в соусе	80\80	18,82	17,25	4,7	249	0,02	301\348
4	Хлеб бородинский	50	3,3	0,6	16,7	87	0	11,3
5	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	4,36	376
6	Венегред овощной	150	2,05	9,27	12,66	142,2	15,37	45
	Итого обед:		**30,31**	**34,8**	**107,86**	**867,1**	**25,55**	
	Полдник:							
1	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	92	0,54	401
2	Пирожок с повидлом	70	4,03	1,74	33,52	165,2	0,24	454
	Итого полдник:		**9,25**	**6,24**	**41,08**	**166,12**	**0,78**	
	Ужин:							
1	Капуста тушеная	150	3,13	5,56	14,38	120	24,99	143
2	Отворное яйцо	40(1)	5,08	4,6	0,28	63	0	213
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого ужин:		**11,43**	**10,58**	**43,97**	**96,63**	**25,02**	
	Итого завесь день:		**64,28**	**67,41**	**255,97**	**1502,61**	**52,61**	

пятьница 5-й день

	ЗАВТРАК:							
1	Каша рисовая молочная	200	6,12	6,65	53,13	297	0,87	176
2	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,8	0	6
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Сыр Росийский	10	2,32	2,95	0	36	0,07	7
5	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого завтрак:		**11,72**	**15,82**	**82,54**	**150,93**	**0,97**	
	В 10.00 ч.							
	сок витаминны	100	0,5	0,1	10,1	43,3	2	10.15
	Итого:		**0,5**	**0,1**	**10,1**	**43,3**	**2**	
	Обед:							
1	Свекольник на мясном бульоне	250	4,0	7,0	23,0	167,0	0,1	1.8
2	Каша гречневая вязкая	205	6,21	5,28	32,79	203	0	171
3	Гуляш из мяса говядина	80\80	20,63	16,3	5,24	250	1,11	277
4	Зеленый горошик консервированный	60	3,0	0,12	7,98	45,0	15,0	6.18
5	Хлеб бородинский	50	3,3	0,6	16,7	87	0	11,3
6	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	4,36	376
	Итого обед:		**37,54**	**29,32**	**110,7**	**853,7**	**20,57**	
	Полдник:							
1	Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102	2,46	400
2	Кондитерское изделие	40	2,59	3,28	27,32	149,2	0,004	493
	Итого полдник:		**8,07**	**8,16**	**36,39**	**251,2**	**2,464**	
	Ужин:							
1	Сырники из творога со сметаной	100\30	18,69	12,67	11,4	234	0,25	231
2	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
3	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого ужин:		**21,61**	**13,09**	**40,71**	**368,4**	**0,28**	
	Итого завесь день:		**76,47**	**59,56**	**257,67**	**1671,53**	**11,434**	

Понедельник 6-й день

	ЗАВТРАК:							
1	Омлет с зеленым горошком	85	7,52	13,46	1,51	157	0,15	223
2	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,8	0	6
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого завтрак:		**10,8**	**19,68**	**30,92**	**344,2**	**0,18**	
	В 10.00 ч.							
	сок витаминны	100	0,5	0,1	10,1	43,3	2	10.15
	Итого:		**0,5**	**0,1**	**10,1**	**43,3**	**2**	
	Обед:							
1	Суп пшеный	250	6,64	5,18	15,44	135	11,2	
2	Картофель отварной	155	3,05	4,17	24,08	146	21,98	136
3	Котлета рыбная	80	13,53	3,35	5,89	77	0,27	256
4	Хлеб бородинский	50	3,3	0,6	16,7	87	0	11,3
5	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	4,36	376
6	Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,05	5,19	20,97	51,4	20
	Итого обед:		**27,76**	**16,37**	**92,29**	**567,67**	**89,21**	
	Полдник:							
1	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	92	0,54	401
2	Плюшка обыкновеная	55	4,27	2,59	28,77	155,10	0,02	466
	Итого полдник:		**9,49**	**7,09**	**36,33**	**247,1**	**0,56**	
	Ужин:							
1	Молочная пшеничная каша	200	7,48	6,84	28,95	201	2,61	170
2	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
3	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого ужин:		**10,70**	**7,26**	**58,26**	**335,40**	**2,64**	
	Итого завесь день:		**59,25**	**50,5**	**315**	**1537,67**	**94,59**	

Вторник 7-й день

	ЗАВТРАК:							
1	Запеканка из творога	100	17,54	12,05	17,15	247	0,24	237
2	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,8	0	6
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого завтрак:		**20,82**	**18,27**	**46,56**	**434,2**	**0,27**	
	В 10.00 ч.							
1	яблоко	100	4,2	4,8	7,05	87	19,5	
	Итого:		**4,2**	**4,8**	**7,05**	**87**	**19,5**	
	Обед:							
1	Борщ вегетарианский	250	2,73	5,95	13,68	119,2	17,78	59
2	Рис припущенный	150	3,64	4,3	36,67	199,9	0	316
3	Отварня сосиска	40	5,12	8,88	0,6	103,0	0	9
4	Хлеб бородинский	50	3,3	0,6	16,7	87	0	11,3
5	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	4,36	376
6	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	5,7	33
	Итого обед:		**16,05**	**23,4**	**97,66**	**667,14**	**27,84**	
	Полдник:							
1	Кефир 2,5%	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26	401
2	Кондитерское изделие	40	2,59	3,28	27,32	149,2	0,004	493
	Итого полдник:		**7,81**	**11,78**	**34,52**	**239,2**	**1,264**	
	Ужин:							
1	Суп вермешелевый молочный	250	7,19	6,52	23,55	181,5	1,14	93
2	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
3	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого ужин:		**10,41**	**6,94**	**52,86**	**315,9**	**1,17**	
	Итого завесь день:		**59,29**	**65,19**	**238,65**	**1743,44**	**50,044**	

Среда 8-й день

	ЗАВТРАК:							
1	Каша "геркулес" молочная с сахаром	205	5,35	2,75	31,95	174	0	173
2	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,8	0	6
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого завтрак:		**8,63**	**8,97**	**61,36**	**361,2**	**0,03**	
	В 10.00 ч.							
1	яблоко	100	4,2	4,8	7,05	87	19,5	
	Итого:		**4,2**	**4,8**	**7,05**	**87**	**19,5**	
	Обед:							
1	Свекольник на мясном бульоне	250	4,0	7,0	23,0	167,0	0,1	1.8
2	Каша пшенная вязкая	150	4,01	4,24	24,56	152,4	0	168
3	Гуляш из мяса говядина	80\80	20,63	16,3	5,24	250	1,11	277
4	Зеленый горошик консервированный	60	3,0	0,12	7,98	45,0	15,0	6.18
5	Хлеб бородинский	50	3,3	0,6	16,7	87	0	11,3
6	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	4,36	376
	Итого обед:		**35,34**	**28,28**	**102,47**	**803,1**	**20,57**	
	Полдник:							
1	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	92	0,54	401
2	Кондитерское изделие	40	2,59	3,28	27,32	149,2	0,004	493
	Итого полдник:		**7,81**	**7,78**	**34,88**	**241,2**	**0,544**	
	Ужин:							
1	Картофельное пюре	150	3,06	4,8	20,44	137,3	18,16	321
2	Сельдь рубленная с луком	25	4,25	2,13	0	36	0	8
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого ужин:		**10,53**	**7,35**	**49,75**	**232,46**	**18,19**	
	Итого завесь день:		**66,51**	**57,18**	**255,51**	**1724,96**	**58,834**	

Четверг 9-й день

	ЗАВТРАК:							
1	Каша рисовая молочная	200	6,12	6,65	53,13	297	0,87	176
2	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,8	0	6
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого завтрак:		**9,4**	**12,87**	**82,54**	**484,2**	**0,9**	
	В 10.00 ч.							
	сок витаминны	100	0,5	0,1	10,1	43,3	2	10.15
	Итого:		**0,5**	**0,1**	**10,1**	**43,3**	**2**	
	Обед:							
1	Суп с макаронными изделиями на к/б	250	2,69	2,84	17,14	104,8	8,2	82
2	Каша гречневая вязкая	205	6,21	5,28	32,79	203	0	171
3	Куры отварные порционные	300	18,08	13,6	1,76	195	0,012	300
4	Хлеб бородинский	50	3,3	0,6	16,7	87	0	11,3
5	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	4,36	376
6	Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,05	5,19	20,97	51,4	20
	Итого обед:		**31,52**	**25,39**	**98,57**	**712,47**	**63,972**	
	Полдник:							
1	Кефир 2,5%	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26	401
2	кекс творожный	60	5,65	8,91	30,03	232,20	0,04	488
	Итого полдник:		**10,87**	**13,41**	**37,23**	**322,2**	**1,3**	
	Ужин:							
1	Икра свекольная	54	4,7	9,2	24,7	200,2	13,5	54
2	Отворное яйцо	40(1)	5,08	4,6	0,28	63	0	213
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого ужин:		**13**	**14,22**	**54,29**	**397,6**	**13,53**	
	Итого завесь день:		**65,29**	**65,99**	**282,73**	**1959,77**	**81,702**	

Пятьница 10-й день

	ЗАВТРАК:							
1	Каша манная молочная	200	8,0	6,83	38,63	248	1,57	173
2	Масло сливочное	8	0,06	5,8	0,1	52,8	0	6
3	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
4	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого за завтрак:		**11,28**	**13,05**	**68,04**	**435,2**	**1,6**	
	В 10.00 ч.							
	сок витаминны	100	0,5	0,1	10,1	43,3	2	10.15
	Итого:		**0,5**	**0,1**	**10,1**	**43,3**	**2**	
	Обед:							
1	Суп с зелёным горошком	250	4,42	5,5	17,41	136,6	2,49	101
2	Плов с мясом говядина	200	19,95	19,26	31,6	378,5	0,016	203
3	Винегред овощной	150	2,05	9,27	12,66	142,2	15,37	45
4	Хлеб бородинский	50	3,3	0,6	16,7	87	0	11,3
5	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	101,7	4,36	376
	Итого обед:		**30,12**	**34,65**	**103,36**	**846**	**22,236**	
	Полдник:							
1	Какао с молоком с сахаром	180	3,85	3,41	14,36	91,0	1,27	397
2	Кондитерское изделие	40	2,59	3,28	27,32	149,2	0,004	493
	Итого полдник:		**6,44**	**6,62**	**41,68**	**240,2**	**1,274**	
	Ужин:							
1	Ленивые вареники со сметаной	105	14,83	10,36	15,31	218	0,19	230
2	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94,4	0	
3	Чай сахар	180\10	0,06	0,02	9,99	40	0,03	392
	Итого ужин:		**18,05**	**10,78**	**44,62**	**352,4**	**0,22**	
	Итого завесь день:		**66,39**	**65,2**	**267,8**	**1917,1**	**27,33**	
	Итого за 10 деней:		***576,93***	***606,19***	***2633,42***	***17209,12***	***579,24***	