

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ детский сад №571  
А.Г.Грудцына

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 71  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Омлет запеченный или паровой

Номер рецептуры: 2/6

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр. 5

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Яйца куриные	1 ½ шт	60,0	75,0
Молоко	22,0	22,0	27,5
Масло сливочное	2,0	2,0	2,5
Соль	0,5	0,5	0,6
Масло сливочное	4,0	4,0	5,0
Выход готового блюда		80	100

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы)  
(на выход 100г.):

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энерг.ценность,ккал	
7,8	10,5	1,4	131	0,11

Технология приготовления:

Промытые, в соответствии с Санитарными правилами, куриные яйца разбивают, добавляют молоко, соль. Смесь тщательно размешивают и процеживают. В функциональную емкость, смазанную маслом, выливают яично-молочную смесь и варят на пару или запекают в жарочном шкафу при температуре 200-220оС 8-10 мин до полного загустения. Отпускают с растопленным сливочным маслом. При отпуске омлет поливают маслом сливочным, доведенным до кипения.

Органолептические показатели качества:

**Внешний вид** - на поверхности полностью загустевшая масса, золотистая корочка.

**Цвет** - светло-желтый. Консистенция - нежная, пористая, упругая.

**Запах** - свойственный смеси яйца и молока, без постороннего.

**Вкус** - характерный смеси яйца и молока, нежный, без подгорелости.

Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад №571

А.Г.Грудцына

100

Технологическая карта (кулинарный рецепт) №  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Какао с молоком

Номер рецептуры: 14/10

Наименование сборника рецептур: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр. 165

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Какао	5,0	5,0	4,5
Молоко	100,0	100,0	90,0
Сахар	20,0	20,0	18,0
Вода	110,0	110,0	99,0
Выход готового блюда		200	180

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы)  
(на выход 200г.):

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энерг.ценность,ккал	
3,9	3,5	22,9	135	0,52

**Технология приготовления:**

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество горячей кипяченой воды и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее кипяченое молоко, остальную воду доводят до кипения.

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид**-тонкая взвесь без отстоя .

**Цвет**-светло-коричневый. Консистенция-жидкая, однородная.

**Запах**-свойственный для какао и кипяченого молока, без постороннего.

**Вкус** - характерный для какао и кипяченого молока, сладкий.

Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад №571

А.Г.Грудцына



Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 28  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Суп картофельный с рыбой

Номер рецептуры: 19/2

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 1, 2011г., стр. 131

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Минтай	74,0	37,0	33,3
Картофель	106,7	80,0	72,0
Морковь	10,0	8,0	7,2
Лук репчатый	9,5	8,0	7,2
Масло растительное	4,0	4,0	3,6
Вода или бульон	140,0	140,0	126,0
Соль	1,0	1,0	0,9
<b>Выход готового блюда</b>		<b>200</b>	<b>180</b>

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы)  
(на выход 60г.):

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энерг.ценность,ккал	
7,2	4,1	13,0	119	6,95

**Технология приготовления:**

Рыбу обрабатывают, разделяют на филе без костей и нарезают на кусочки. Из пищевых рыбных отходов варят бульон, процеживают. Очищенные морковь и лук шинкуют соломкой и припускают с добавлением воды (20% к массе) и маслом. Картофель нарезают дольками. В кипящий бульон кладут картофель доводят до кипения, добавляют припущенные овощи и кусочки сырой рыбы, соль и варят при слабом кипении до готовности. При отпуске в суп можно добавить мелконарезанную зелень. (1-2г).

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид** - бульон прозрачный, на поверхности жидкой части - блески жира, овощи и рыба сохранили форму нарезки.

**Цвет бульона** - светло-желтый, овощей и рыбы - характерный для их вида.

**Консистенция** - овощей и рыбы- мягкая, соотношение плотной и жидкой части в норме.

**Запах** - свойственный рыбы и овощей, без постороннего.

**Вкус** -характерный для рыбного бульона и припущенных овощей, в меру соленый.

Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад №571

А.Г.Грудцына



**Технологическая карта (кулинарный рецепт) №**

91

от 3 до 7 лет

Наименование блюда:

Плов из мяса кур

Номер рецептуры: 4/9

Наименование сборника рецептур: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр.129

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Куры	191,7	115,0	92,0
Крупа рисовая	58,0	58,0	46,4
Лук	20,2	17,0	13,6
Морковь	21,3	17,0	13,6
Вода	120,0	120,0	96,0
Масло растительное	3,0	3,0	2,4
Выход готового блюда		250	200

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы) (на выход 200.):

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энерг.ценность,ккал	
23,9	21,8	41,2	460	1,85

**Технология приготовления:**

Отработанные тушки кладут в холодную воду (2-2,5 л на 1 кг), доводят до кипения, варят до готовности при слабом кипении, периодически удаляя пену. Отварные тушки кур охлаждают, нарубают на куски массой 20 г, отделяют мякоть от кости. Очищенные морковь и репчатый лук нарезают соломкой, нарезанные овощи припускают с добавлением воды (20% к массе) и масла растительного. Затем к отварному мясу добавляют припущенные овощи и заливают горячей кипяченной водой, равной объему необходимой для рассыпчатой рисовой каши (1:2,1), добавляют соль и доводят до кипения. Рис промывают несколько раз в холодной воде, добавляют к мясу. вымешивают и варят при слабом кипении до готовности (до полного поглощения воды и размягченного риса), в конце варки - перемешивают. При отпуске можно добавить мелко нарезанную зелень(1-2г).

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид**-рис хорошо набухший, рассыпчатый, соотношение продуктов соответствует рецептуре.

**Цвет**-мяса-светло-коричневый, риса - серовато-белый овощей -светло-желтый.

**Консистенция**-мягкая, сочная.

**Запах**-свойственный тушеному мясу кур с овощами и с рисом, без постороннего.

**Вкус**-характерный тушеному мясу, овощей и риса, без подгорелости.

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ детский сад №571  
А.Г.Грудцына



Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 95  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Компот из сухофруктов

Номер рецептуры: 6/10

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр. 149

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Сухофрукты	10,0	10,0	9,0
Сахар	15,0	15,0	13,5
Вода	210,0	210,0	189,0
Витамин С	0,1	0,1	0,0
Выход готового блюда		200	180

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы)  
(на выход 200г.):

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энерг.ценность,ккал	
0,5	0,0	18,3	72,0	50,16

**Технология приготовления:**

Сухофрукты, сортируют по видам и тщательно промывают, нарезают, заливают кипятком и варят 8-10 мин, затем добавляют сахар и варят еще 8-10 мин. при слабом кипении. Готовый компот охлаждают. В дошкольных организациях дополнительно проводят искусственную С-витаминизацию. Для чего вводят аскорбиновую кислоту в кисель после его охлаждения до температуры не выше 15 С (после реализации). Для детей 1-3 лет-мг 3-6 лет-50 мг на 1 порцию.

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид**-вареные сухофрукты (смесь-яблоки, груши и др.) сохранили форму, залиты сиропом(отваром).

**Цвет**- свойственный вареным сухофруктам, отвар от светло-желтого до светло-коричневого разной интенсивности.

**Консистенция**-жидкой части(отвара)-прозрачная, в которой может быть незначительное.

**Запах**-свойственный для вареных сухофруктов, без постороннего.

**Вкус**-характерный для вареных сухофруктов, кисло-сладкий.

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ детский сад №571  
А.Г.Грудцына



Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 34  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Картофель отварной

Номер рецептуры: 1/3

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 1, 2011г., стр.167

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Картофель	200,0	150,0	130,0
Масло сливочное	5,0	5,0	4,3
Соль	1	1	0,9
Выход готового блюда		150	130

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы)  
(на выход 150г.):

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энерг.ценность,ккал	
2,9	4,2	21,9	139	6,0

**Технология приготовления:**

Очищенный картофель целыми клубнями или нарезанный крупным кубиком (2,0\*2,0) заливают горячей кипяченой водой, добавляют соль и варят до готовности. Отвар сливают, вареный картофель подсушивают 5-7 мин. на плите. При отпуске горячий картофель поливают растопленным, доведенным до кипения маслом сливочным, можно добавить мелконарезанную зелень(1-2гр).

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид:** поверхность картофеля полито маслом сливочным, форма сохранена.

**Цвет:** белый или светло желтый.

**Консистенция:** мягкая, слегка разварившаяся.

**Запах:** свойственный отварному картофелю с маслом сливочным, без постороннего.

**Вкус:** характерный отварному картофелю с маслом сливочным.

Утверждаю  
 Заведующий МАДОУ детский сад №571  
 \_\_\_\_\_  
 А.Г.Грудцына



Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 89  
 от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Сосиски отварные

Номер рецептуры: 40/8

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр.121

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Сосиски	50,0	50,0
Выход готового блюда		50

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы)  
 (на выход 50.):

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энерг.ценность,ккал	
4,7	7,5	0,4	88	0,0

**Технология приготовления:**

Сосиски промышленного производства по соответствующим техническим документам (ГОСТ,СТО,ТУ),в оболочке, без просроченного срока хранения, освобождают от оболочки, закладывают в кипящую воду и варят 3-5 мин..

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид** - сосиски сохранили форму, поверхность без разрывов.

**Цвет** - светло-коричневый.

**Консистенция** - однородная, мягкая.

**Запах**- свойственный, без постороннего.

**Вкус**- характерный для данного вида.

Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад №571

А.Г.Грудцына

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 101  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Напиток из шиповника

Номер рецептуры: 15/10

Наименование сборника рецептур: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр. 167

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Шиповник	15,0	15,0	11,5
Сахар	15,0	15,0	11,5
Вода	230,0	230,0	207,0
Выход готового блюда		200	180

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы)  
(на выход 200г.):

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энерг.ценность,ккал	
0,2	0,1	16,7	65	89,0

**Технология приготовления:**

Шиповник перебирают и тщательно промывают, для лучшей экстракции измельчают, заливают кипятком, варят 10 мин. и оставляют для настаивания на 15-20 мин, затем процеживают, В настой добавляют сахар, доводят до кипения и охлаждают.

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид**-прозрачный отвар.

**Цвет**-светло-коричневый.

**Консистенция**-жидкая, в которой может быть незначительное количество взвешенных.

**Запах**-свойственный отвару шиповника, без постороннего.

**Вкус** - характерный отвара шиповника, сладкий.