

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



Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 1  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Горошек зеленый

Номер рецептуры: 1/1

Наименование сборника рецептур: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр. 21

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Горошек зеленый конс.	67,5	50	30,0
Масло сливочное	2,5	2,5	1,5
Выход готового блюда		50	30

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

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энерг.ценность,ккал	
1,5	1,9	5,6	36	4,9

**Технология приготовления:**

Консервированный горошек доводят до кипения в собственном соку, затем отвар сливают. При отпуске горошек поливают маслом сливочным, доведенным до кипения. При отпуске горошек можно посыпать мелконарезанной зеленью (1-2 г.)

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид**-горошек сохранил форму, на поверхности блески масла сливочного.

**Цвет**-зеленый.

**Консистенция**-мягкая.

**Запах**-свойственный консервированному горошку и маслу сливочному.

**Вкус**-характерный консервированному горошку с привкусом масла сливочного.

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) № 6**  
от 3 до 7 лет

**Наименование блюда:** Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом

**Номер рецептуры:** 13/1

**Наименование сборника рецептур:** "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 1, 2011г., стр. 45

**Рецептура (раскладка продуктов) блюда:**

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Морковь	61,3	49,0	40,8
Яблоки	14,3	10,0	8,3
Сахар	2,0	2,0	1,7
Масло растительное	4,0	4,0	3,3
<b>Выход готового блюда</b>		<b>60</b>	<b>50</b>

**Технология приготовления:**

Морковь промывают, очищают, ополаскивают проточной водой, затем нарезают соломкой или натирают на терке и припускают с добавлением воды (20 % к массе). Яблоки тщательно промывают проточной водой и выдерживают в 3 % растворе уксусной кислоты или 10 % растворе поваренной соли в течение 10 минут, ополаскивают проточной водой и просушивают, очищают, затем удаляют семенное гнездо (сердцевину), нарезают соломкой или натирают на терке. Компоненты соединяют, добавляют сахар, масло растительное и перемешивают. При отпуске салат можно посыпать мелконарезанной зеленью (1-2 г).

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид**-салат уложен горкой, нарезка сохранена, на поверхности блески масла растительного.

**Цвет** моркови -оранжевый, яблок-кремовый или светло-салатный.

**Консистенция** моркови -мягкая, яблок-хрустящая.

**Запах**-свойственный припущенной моркови, яблок с маслом растительным.,

**Вкус** характерный для припущенной моркови и яблок с маслом растительным, кисло-сладкий.



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



Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 24  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Суп картофельный со сметаной

Номер рецептуры: 12/2

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 1, 2011г., стр. 117

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Картофель	66,7	50,0	45,0
Морковь	15,0	12,0	10,8
Лук репчатый	9,5	8,0	7,2
Масло сливочное	2,0	2,0	1,8
Вода или бульон	140,0	140,0	126,0
Соль	1,0	1,0	0,9
Сметана	5,0	5,0	4,5
<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	
1,3	2,1	9,0	61	4,57

**Технология приготовления:**

Очищенные морковь и лук шинкуют соломкой и припускают с добавлением воды (20% к массе) и маслом. Картофель нарезают дольками. В кипящий бульон кладут картофель и варят до полуготовности, через 10-15 мин добавляют припущенные овощи, соль и варят до готовности. В конце варки в суп кладут сметану и доводят до кипения. При отпуске в суп можно добавить мелконарезанную зелень.(1-2г).

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид:** на поверхности жидкой части - блески жира, сметаны, овощи сохранили форму нарезки.

**Цвет:** бульона - с кремовым оттенком, овощей - характерный для их вида, жира - светло-оранжевый.

**Консистенция:** овощей мягкая, слегка плотная.

**Вкус:** характерный вареных и припущенных овощей, в меру соленый.

Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад №571

А.Г.Грудцына

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 82  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Бефстроганов из отварного мяса говядины

Номер рецептуры: 8/8

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр.55

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Говядина	87,0	64,0	48,0
Масло сливочное	4,0	4,0	3,0
Молоко	45,0	45,0	33,8
Мука пшеничная	4,0	4,0	3,0
Морковь	10,0	8,0	6,0
Лук репчатый	14,3	12,0	9,0
Соль	1,0	1,0	0,8
Выход готового блюда		80	60

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы)  
(на выход 80.):

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энерг.ценность,ккал	
13,1	12,9	5,9	192	0,87

**Технология приготовления:**

Мясо говядины, зачищенное от сухожилий, варят крупным куском, охлаждают и нарезают брусочками длиной 3-4 см, толщиной 0,3см. Очищенные морковь и лук репчатый нарезают соломкой и припускают с добавлением воды (20% к массе) и масла сливочного. Нарезанное мясо соединяют с припущенными овощами, заливают молочным соусом и кипятят 7-10мин. Для соуса муку пассеруют (подсушивают в жарочном шкафу до светло-кремового цвета), растирают с маслом сливочным, разводят горячим кипяченым молоком и кипятят 10-15 мин.

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид-** брусочки мяса нарезаны поперек волокон, политы соусом.

**Цвет-** мяса светло-коричневый, соуса- светло-кремовый.

**Консистенция** - мяса сочная, мягкая, соуса -однородная, средней густоты.

**Запах-** свойственный отварному мясу, соусу молочному, без постороннего.

**Вкус-** характерный отварному мясу в соусе молочном.

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



Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 43  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Каша гречневая рассыпчатая с овощами

Номер рецептуры: 44/3

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 1, 2011г., стр.255

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Крупа гречневая	69,0	69,0	59,8
Лук	17,9	15,0	13,0
Морковь	18,8	15,0	13,0
Вода	105,0	105,0	91,0
Соль	0,8	0,8	0,7
Масло сливочное	7,5	7,5	6,5
<b>Выход готового блюда</b>		<b>150</b>	<b>130</b>

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	
8,6	6,8	37,8	250	0,9

Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают всыпают в кипящую подсоленную воду и варят рассыпчатую кашу до готовности 30 мин. Очищенные морковь и лук репчатый нарезают мелкими кубиками, затем припускают с добавлением воды (20% к массе) и масла сливочного. Кашу соединяют с припущенными овощами, добавляют растопленное, доведенное до кипения масло сливочное, перемешивают и прогревают 3-5 мин.

Органолептические показатели качества:

**Внешний вид** - зерна крупы набухшие, перемешаны с морковью и луком.

**Цвет** - светло-коричневый с вкраплениями оранжевого.

**Консистенция**-мягкая.

**Запах**-свойственный для гречневой каши с припущенными овощами и маслом сливочным, без постороннего.

**Вкус**-характерный для гречневой каши с припущенными овощами и маслом сливочным, без подгорелого.



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

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 94  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Компот из кураги и изюма

Номер рецептуры: 4/10

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр. 145

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г	Нетто, г
Яблоки	4,1	4,0	3,6
Курага	5,0	5,0	4,5
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	
0,3	0,0	18,4	71,0	50,08

**Технология приготовления:**

Сушеные фрукты перебирают, сортируют по видам и тщательно промывают. Нарезанную курагу заливают кипятком и варят 10 мин, затем добавляют изюм, сахар и варят еще 10-15 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 (перед реализацией). Для детей 1-3 лет-мг 3-6 лет-50 мг на 1 порцию.

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид**-вареные сухофрукты сохранили форму, залиты сиропом(отваром).

**Цвет**- кураги-оранжевый, изюма-темно-коричневый, отвар от светло-желтого до светло-коричневого.

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

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

**Вкус**-характерный для вареных сухофруктов 3 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 рецептур: "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) № 19  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Огурец консервированный

Номер рецептуры: \_

Наименование сборника рецептов:  
Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

Продукт (полуфабрикат)	Брутто, г	Нетто, г
Огурец консервированный	35	30
Выход готового блюда		30

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

Пищевые вещества				Витамин С, мг
Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г.	Энерг.ценность,ккал	
0,24	0,03	0,51	55,97	1,5

Технология приготовления:

Огурцы консервированный нарезают порционно на кусочки.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид-огурец сохранил форму,

Запах и вкус-свойственный консервированному огурцу.

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.