

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

50

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

**Наименование блюда:** Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным

**Номер рецептуры:** 8/4

**Наименование сборника рецептур:** "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 1, 2011г., стр.273

**Рецептура (раскладка продуктов) блюда:**

| Продукт (полуфабрикат)      | Брутто, г | Нетто, г   | Нетто, г   |
|-----------------------------|-----------|------------|------------|
| Геркулес овсянный           | 36,0      | 36,0       | 27,0       |
| Молоко                      | 80,0      | 80,0       | 60,0       |
| Сахар                       | 4,0       | 4,0        | 3,0        |
| Вода                        | 100,0     | 100,0      | 75,0       |
| Соль                        | 0,8       | 0,8        | 0,6        |
| Масло сливочное             | 5,0       | 5,0        | 3,8        |
| <b>Выход готового блюда</b> |           | <b>200</b> | <b>150</b> |

**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 |               |
| 6,4              | 7,7     | 27,2         | 202                  | 0,42          |

**Технология приготовления:**

В кипящую жидкость (молоко с водой) добавляют сахар, соль, всыпают овсяные хлопья и варят до загустения, периодически помешивая 5-10 мин. При отпуске кашу поливают маслом сливочным, доведенным до кипения.

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид:** поверхность без засохших пленок.

**Цвет:** сероватый.

**Консистенция:** густая, на тарелке слегка расплывается, хлопья хорошо разварены.

**Вкус:** характерный овсяной молочной каше с маслом сливочным, без подгорелости.

Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад №571

А.Г.Грудцына

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

98

Наименование блюда: Чай с молоком

Номер рецептуры: 12/10

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр. 161

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|----------|
| Чай                    | 0,2       | 0,2      | 0,2      |
| Молоко                 | 50,0      | 50,0     | 45,0     |
| Сахар                  | 10,0      | 10,0     | 9,0      |
| Вода                   | 150,0     | 150,     | 135,0    |
| Выход готового блюда   |           | 200      | 180      |

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

| Пищевые вещества |         |              |                     | Витамин С,<br>мг |
|------------------|---------|--------------|---------------------|------------------|
| Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г. | Энерг.ценность,ккал |                  |
| 1,4              | 1,4     | 11,2         | 61                  | 0,26             |

**Технология приготовления:**

Чай заваривают в фарфоровом или керамическом чайнике. Чайник ополаскивают горячей кипяченой водой, всыпают чай на определенное количество порций и заливают кипятком на 1/3 объема чайника, настаивают 5-7 мин., затем доливают чайник кипятком. В чашку наливают заварку чая, добавляют сахар, горячее кипяченое молоко, сахар можно подавать отдельно. При массовом изготовлении сахар соединяют с кипятком и кипяченым горячим молоком, доводят до кипения и соединяют с заваркой чая.

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид:** жидкость, без осадка

**Цвет:** светло-коричневый, прозрачный.

**Консистенция:** жидкая, однородная.

**Вкус:** характерный для чая, сладкий.

Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад №571

А.Г.Грудцына

**Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 16**

от 3 до 7 лет

**Наименование блюда:**

Салат из отвар. картофеля, моркови с реп. луком,  
сол. огурцом раст. маслом

**Номер рецептуры:** 30/1

**Наименование сборника рецептов:** "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 1, 2011г., стр. 79

**Рецептура (раскладка продуктов) блюда:**

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|----------|
| Картофель              | 37,3      | 28,0     | 23,3     |
| Морковь                | 13,9      | 11,1     | 9,3      |
| Огурцы соленные        | 11,3      | 9,0      | 7,5      |
| Лук                    | 10,7      | 9,0      | 7,5      |
| Масло растительное     | 9,0       | 9,0      | 7,5      |
| Соль                   | 0,5       | 0,5      | 0,4      |

Выход готового блюда

60

50

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

| Пищевые вещества |         |             |                     | Витамин С,<br>мг |
|------------------|---------|-------------|---------------------|------------------|
| Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.ценность,ккал |                  |
| 0,8              | 9,0     | 5,5         | 106                 | 2,53             |

**Технология приготовления:**

Картофель, морковь моют, очищают и варят по отдельности до готовности, затем охлаждают, нарезают мелкими кубиками или ломтиками. Очищенный лук репчатый тщательно промывают проточной водой и выдерживают в 3% растворе уксусной кислоты или 10% растворе поваренной соли в течение 10 мин, ополаскивают проточной водой и просушивают, затем лук нарезают соломкой или мелким кубиком (острые сорта лука бланшируют). Соленые огурцы промывают, удаляют кожицу и семена, нарезают ломтиками или мелкими кубиками. Нарезанные овощи соединяют, добавляют соль, масло растительное и перемешивают. При отпуске салат можно посыпать мелконарезанной зеленью(1-2г).

**Органолептические показатели качества:**

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

**Цвет** свойственный овощам, входящим в рецептуру.

**Консистенция** вареных овощей мягкая, сырых хрустящая.

**Запах** свойственный овощам, входящим в рецептуру, с маслом растительным, без постороннего.

**Вкус** характерный овощам, входящим в рецептуру, с маслом растительным.



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

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

27

Наименование блюда: Суп картофельный с макаронными изделиями

Номер рецептуры: 18/2

Наименование сборника рецептур: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 1, 2011г., стр. 129

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|----------|
| Макароны               | 12,0      | 12,0     | 10,8     |
| Картофель              | 37,3      | 28,0     | 25,2     |
| Морковь                | 2,5       | 2,0      | 1,8      |
| Лук репчатый           | 2,4       | 2,0      | 1,8      |
| Масло растительное     | 1,0       | 1,0      | 0,9      |
| Вода или бульон        | 180,0     | 180,0    | 162,0    |
| Соль                   | 1,0       | 1,0      | 0,9      |
| Выход готового блюда   |           | 200      | 180      |

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

| Пищевые вещества |         |             |                      | Витамин С,<br>мг |
|------------------|---------|-------------|----------------------|------------------|
| Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.ценность, ккал |                  |
| 1,7              | 1,1     | 11,4        | 63                   | 2,36             |

**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 нарезанный картофель и варят 7-10мин, затем вермишель или лапшу, припущенные овощи, соль и варят до готовности. При отпуске в суп можно добавить мелконарезанную зелень.(1-2г).

**Органолептические показатели качества:**

**Внешний вид** - на поверхности жидкой части - блески жира, овощи и вермишель(лапша) сохранили форму

**Цвет бульона** - светло- кремовый, овощей и макаронных изделий - характерный для их вида.

**Консистенция** - овощей и макаронных изделий мягкая, слегка плотная.

**Запах** - свойственный вареных продуктов, входящих в рецептуру, без постороннего.

**Вкус** -характерный для вареных и припущенных овощей, входящих в рецептуру.

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

Технологическая карта (кулинарный рецепт) № 78  
от 3 до 7 лет

Наименование блюда: Мясо говядины отварное

Номер рецептуры: 1/8

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр.41

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|----------|
| Говядина               | 173,9     | 128,0    | 96,0     |
| Морковь                | 10,0      | 8,0      | 6,0      |
| Соль                   | 0,8       | 0,8      | 0,6      |
| 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 |               |
| 21,5             | 15,4    | 0,6          | 227                  | 0,12          |

Технология приготовления:

Мясо говядины зачищают от сухожилий и пленок, кладут в воду (1,5 на 1 кг мяса), быстро доводят до кипения, уменьшают нагрев и варят при слабом кипении, за 20-30 мин. добавляют крупную нарезанную морковь, соль и варят до готовности. Отварное мясо нарезают поперек волокон по 2 куску на порцию, нарезанное мясо заливают бульоном, доводят до кипения.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид-куски мяса, нарезанные поперек волокон.

Цвет-серый или светло-коричневый.

Консистенция-мягкая, сочная, не волокнистая.

Запах-свойственный вареному мясу говядины, без постороннего.

Вкус-характерный вареному мясу говядины.

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

37

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

Наименование блюда: Капуста тушеная

Номер рецептуры: 8/3

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 1, 2011г., стр.181

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|----------|
| Капуста белокочанная   | 212,5     | 170,0    | 147,3    |
| Лук                    | 11,9      | 10,0     | 8,7      |
| Морковь                | 18,8      | 15,0     | 13,0     |
| Мука пшеничная         | 3,0       | 3,0      | 2,6      |
| Сахар                  | 3,0       | 3,0      | 2,6      |
| Масло растительное     | 3,0       | 3,0      | 2,6      |
| Вода                   | 35,0      | 35,0     | 30,3     |
| Соль                   | 1,0       | 1,0      | 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 |               |
| 3,5              | 2,9     | 13,6        | 94                  | 31,3          |

#### Технология приготовления:

Зачищенную свежую капусту, очищенные морковь и репчатый лук, нарезают соломкой. Нарезанные морковь и лук припускают с добавлением воды(20%к массе)и маслом. Муку пассеруют (подсушивают в жарочном шкафу до светло-кремового цвета). В нарезанную капусту слоем до 30см.добавляют воду (20%к массе)и тушат до полуготовности при периодическом помешивании, за 10-15мин.до готовности добавляют припущенные овощи, пассерованную муку, сахар, соль и тушат до готовности. При отпуске можно добавить мелконарезанную зелень.

#### Органолептические показатели качества:

Внешний вид-форма нарезки овощей сохранена.

Цвет-от светло желтого до темно-коричневого.

Консистенция- мягкая, плотная, сочная.

Запах-характерный для тушеной капусты и овощей без постороннего.



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

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

94

Наименование блюда: Компот из кураги и изюма

Номер рецептуры: 4/10

Наименование сборника рецептур: "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,<br>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 - 3 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, кисло-сладкий.

Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад №571

А.Г.Грудцына

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

39

Наименование блюда:

Гарнир овощной сборный

Номер рецептуры: 36/3

Наименование сборника рецептур: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 1, 2011г., стр. 237

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|----------|
| Картофель              | 74,7      | 56,0     | 48,5     |
| Морковь                | 42,5      | 34,0     | 29,5     |
| Зеленый горошек        | 52,3      | 34,0     | 29,5     |
| Масло сливочное        | 4,0       | 4,0      | 3,5      |
| Мука пшеничная         | 4,0       | 4,0      | 3,5      |
| Молоко                 | 37,5      | 37,5     | 32,5     |
| Соль                   | 1,0       | 1,0      | 0,9      |

Выход готового блюда

150

130

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

| Пищевые вещества |         |             |                     | Витамин С,<br>мг |
|------------------|---------|-------------|---------------------|------------------|
| Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.ценность,ккал |                  |
| 3,9              | 3,9     | 16,6        | 118                 | 6,72             |

Технология приготовления:

Очищенный картофель и морковь нарезают кубиками и припускают по отдельности с добавлением воды 20% к массе, зеленый горошек прогревают в собственном соку, отвар сливают. Для соуса муку пассеруют (подсушивают в жарочном шкафу до светло - кремового цвета ) и смешивают со сливочным маслом ,разводят кипяченным горячим молоком добавляют соль и проваривают 20 мин. Припущенные овощи соединяют ,добавляют соус и прогревают 10 мин. При отпуске можно добавить мелконарезанную зелень (1-2)

Органолептические показатели качества:

Внешний вид - форма нарезки картофеля и моркови сохранена.

Цвет - свойственный овощам, входящими в рецептуру.

Консистенция - овощей мягкая, соуса вязкая, полужирная.



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

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

111

Наименование блюда: Ватрушка со сметаной

Номер рецептуры: 6/12

Наименование сборника рецептур: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр. 195

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|----------|
| Мука                   | 41,0      | 41,0     | 22,1     |
| Молоко                 | 15,0      | 15,0     | 8,1      |
| Дрожжи                 | 1,0       | 1,0      | 0,5      |
| Сахар                  | 4,0       | 4,0      | 2,2      |
| Яйца куриные           | 1\10шт    | 4,0      | 2,2      |
| Соль                   | 0,21      | 0,1      | 0,1      |
| Сметана                | 20,0      | 20,0     | 10,8     |
| Масло растительное     | 5,0       | 5,0      | 2,7      |
| Выход готового блюда   |           | 65       | 35       |

Пищевая ценность, калорийность и химический состав блюда (витамины, микроэлементы)  
(на выход 65г.):

| Пищевые вещества |         |             |                     | Витамин С,<br>мг |
|------------------|---------|-------------|---------------------|------------------|
| Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.ценность,ккал |                  |
| 5,6              | 8,4     | 30,7        | 223                 | 0,1              |

#### Технология приготовления:

Дрожжевое тесто готовят опарным способом. В теплое молоко добавляют соль, дрожжи, 1/3 просеянной муки и замешивают опару, ставят ее для брожения на 1,5-2 часа, затем в опару добавляют 3/4 яйца, 1/2 часть сахара, муку, тесто замешивают, ставят для брожения на 2-3 часа. Из теста формируют шарики, укладывают на кондитерский лист, смазанный растительным маслом, делают расстойку 10-15 мин., затем деревянным пестиком делают в них углубление, которое заполняют сметаной. Для приготовления фарша сметану соединяют с сахаром, смесью яиц, мукой и перемешивают. После полной расстойки ватрушки смазывают, выпекают при температуре 220-230С до образования румяной корочки 6-8 мин.

#### Органолептические показатели качества:

**Внешний вид** - форма изделия округлая-плоская, с равномерной корочкой, с фаршем из сметаны.

**Цвет** - тестовой части- золотистый, фарша светло-кремовый.

**Консистенция** корочки-мягкая, слегка хрустящая, тестовой части- однородная, пористая, фарша - сочная.

**Запах**-свойственный изделию из дрожжевого теста в сочетании и сметаны, без постороннего.

**Вкус**-характерный изделию из дрожжевого теста в сочетании со сметаной, без подгорелости.

Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад №571

А.Г.Грудцына

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

97

Наименование блюда:

Чай с лимоном

Номер рецептуры: 11/10

Наименование сборника рецептов: "Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях." Часть 2, 2011г., стр. 159

Рецептура (раскладка продуктов) блюда:

| Продукт (полуфабрикат) | Брутто, г | Нетто, г | Нетто, г |
|------------------------|-----------|----------|----------|
| Чай                    | 0,2       | 0,2      | 0,2      |
| Лимон                  | 8,2       | 5,0      | 4,4      |
| Сахар                  | 10,0      | 10,0     | 8,8      |
| Вода                   | 200,0     | 200,0    | 175,6    |
| Выход готового блюда   |           | 200      | 180      |

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

| Пищевые вещества |         |             |                      | Витамин С,<br>мг |
|------------------|---------|-------------|----------------------|------------------|
| Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг.ценность, ккал |                  |
| 0,1              | 0,0     | 9,2         | 36                   | 0,8              |

Технология приготовления:

Чай заваривают в фарфоровом или керамическом чайнике. Чайник ополаскивают горячей кипяченой водой, всыпают чай на определенное количество порций и заливают кипятком на 1/3 объема чайника, настаивают 5-7 мин., затем доливают чайник кипятком. В чашку наливают заварку чая, добавляют кипятком, кладут ломтик лимона. При массовом изготовлении сахар соединяют с кипятком, доводят до кипения и соединяют с заваркой чая.

Органолептические показатели качества:

Внешний вид-жидкость, без осадка.

Цвет- светло-коричневый, прозрачный.

Консистенция-жидкая, однородная.

Запах-свойственный для чая, без постороннего.

Вкус - характерный для чая, сладкий.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 303540294533635982749676679132712847518854643137

Владелец Грудцына Анна Геннадьевна

Действителен с 17.03.2025 по 17.03.2026