

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,<br>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) №  
от 3 до 7 лет

100

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,<br>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) №  
от 3 до 7 лет

28

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      |

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 |                  |
| 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

91

### Технологическая карта (кулинарный рецепт) №

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) №  
от 3 до 7 лет

95

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,<br>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 (перед реализацией). 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,<br>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.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 303540294533635982749676679132712847518854643137

Владелец Грудцына Анна Геннадьевна

Действителен с 17.03.2025 по 17.03.2026