

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 39

Наименование блюда

Суп фасолевый с овощами

Источник рецептуры

Поляковский Ю.И."Сборник технологических карточек,рецептур
блюд и кулинарных изделий

Код по ОКУД

№ рецептуры

39

для дошкольных образовательных и детских оздоровительных
учрежде**Состав:**

| Наименование продуктов | | Брутто | Нетто |
|-------------------------|----|----------|--------|
| Картофель | кг | 0,1 (кг) | 0,07 |
| Фасоль, зерно | кг | 0,03 | 0,03 |
| Морковь | кг | 0,02 | 0,015 |
| Лук | кг | 0,013 | 0,011 |
| Соль поваренная пищевая | кг | 0,0009 | 0,0009 |
| Масло сливочное | кг | 0,002 | 0,002 |
| Томатная паста | кг | 0,005 | 0,005 |
| Выход готового блюда | | 250 | |

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: Фасоль перебрать, промыть, замочить в холодной воде в течение 2-3 часов. Очищенный картофель нарезать кубиками, морковь и лук репчатый нашинковать. Замоченную фасоль варить в той же воде 1-1,5 часа без соли на слабом огне при закрытой крышке до размягчения. Затем добавить нарезанный кубиками картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая) и варить 7-10 минут. Ввести овощи (морковь, лук) (замороженные овощи - не размораживая), соль и продолжать варить до готовности. В конце варки добавить зелень и довести суп до кипения.

Сведения о пищевой ценности блюда:

| | | | | | |
|---------------------|-----|---------------|----|-------------|----|
| Калорийность (Ккал) | 135 | ВитаминВ1 (г) | | Кальций (г) | 32 |
| Белки (г) | 2 | ВитаминВ2 (г) | | Магний (г) | 20 |
| Жиры (г) | 3 | ВитаминС (г) | 11 | Фосфор (г) | 45 |
| Углеводы (г) | 5 | ВитаминРР (г) | 1 | Железо (г) | 1 |
| ВитаминА (г) | | ВитаминЕ (г) | | | |

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 39.02

Наименование блюда

Суп перловый с овощами

Источник рецептуры

Поляковский Ю.И."Сборник технологических карточек,рецептур
блюد и кулинарных изделий

Код по ОКУД

№ рецептуры

39,2

для дошкольных образовательных и детских оздоровительных
учрежде**Состав:**

| Наименование продуктов | | Брутто | Нетто |
|-------------------------|----|------------|--------|
| Картофель | кг | 0,069 (кг) | 0,06 |
| Крупа перловая | кг | 0,01 | 0,01 |
| Морковь | кг | 0,02 | 0,015 |
| Лук | кг | 0,013 | 0,011 |
| Соль поваренная пищевая | кг | 0,0009 | 0,0009 |
| Масло сливочное | кг | 0,002 | 0,002 |
| Томатная паста | кг | 0,005 | 0,005 |
| Выход готового блюда | | 250 | |

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: Крупу перловая перебрать, промыть, замочить в холодной воде в течение 2-3 часов. Очищенный картофель нарезать кубиками, морковь и лук репчатый шинковать. Замоченную фасоль варить в той же воде 1-1,5 часа без соли на слабом огне при закрытой крышке до размягчения. Затем добавить нарезанный кубиками картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая) и варить 7-10 минут. Ввести овощи (морковь, лук) (замороженные овощи - не размораживая), соль и продолжать варить до готовности. В конце варки добавить зелень и довести суп до кипения.

Сведения о пищевой ценности блюда:

| | | | | | |
|---------------------|-----|---------------|----|-------------|----|
| Калорийность (Ккал) | 135 | ВитаминВ1 (г) | | Кальций (г) | 32 |
| Белки (г) | 2 | ВитаминВ2 (г) | | Магний (г) | 20 |
| Жиры (г) | 3 | ВитаминС (г) | 11 | Фосфор (г) | 45 |
| Углеводы (г) | 5 | ВитаминРР (г) | 1 | Железо (г) | 1 |
| ВитаминА (г) | | ВитаминЕ (г) | | | |

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 39.1Наименование блюда
Источник рецептурыСуп чечевичный с овощами
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания
детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и
Т.В. Тутельяна. –
М.: ДеЛи принт,Код по ОКУД
№ рецептуры

39.1

Состав:

| Наименование продуктов | Единица | Брутто | Нетто |
|-------------------------|---------|----------|--------|
| Картофель | кг | 0,1 (кг) | 0,07 |
| Чечевица, зерно | кг | 0,03 | 0,03 |
| Морковь | кг | 0,02 | 0,016 |
| Лук | кг | 0,013 | 0,0105 |
| Соль поваренная пищевая | кг | 0,0003 | 0,0003 |
| Масло сливочное | кг | 0,002 | 0,002 |
| Томатная паста | кг | 0,002 | 0,002 |
| Выход готового блюда | | 250 | |

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: Чечевицу перебрать, промыть, замочить в холодной воде в течение 2-3 часов. Очищенный картофель нарезать кубиками, морковь и лук репчатый нашинковать. Замоченную фасоль варить в той же воде 1-1,5 часа без соли на слабом огне при закрытой крышке до размягчения. Затем добавить нарезанный кубиками картофель (быстрозамороженный картофель - не размораживая) и варить 7-10 минут. Ввести овощи (морковь, лук) (замороженные овощи - не размораживая), соль и продолжать варить до готовности. В конце варки добавить зелень и довести суп до кипения.

Сведения о пищевой ценности блюда:

| | | | | | |
|---------------------|-----|---------------|----|-------------|----|
| Калорийность (Ккал) | 127 | ВитаминВ1 (г) | | Кальций (г) | 32 |
| Белки (г) | 2 | ВитаминВ2 (г) | | Магний (г) | 20 |
| Жиры (г) | 3 | ВитаминС (г) | 11 | Фосфор (г) | 45 |
| Углеводы (г) | 5 | ВитаминРР (г) | 1 | Железо (г) | 1 |
| ВитаминА (г) | | ВитаминЕ (г) | | | |

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 52Наименование блюда
Источник рецептурыСуп рисовый
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания
детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и
Т.В. Тутельяна. –
М.: ДеЛи принт,

Код по ОКУД

№ рецептуры

52

Состав:

| Наименование продуктов | | Брутто | Нетто |
|-------------------------|----|------------|--------|
| Картофель | кг | 0,071 (кг) | 0,05 |
| Лук | кг | 0,012 | 0,01 |
| Морковь | кг | 0,009 | 0,008 |
| Масло сливочное | кг | 0,005 | 0,005 |
| Соль поваренная пищевая | кг | 0,0003 | 0,0003 |
| Рис | кг | 0,017 | 0,017 |
| Томатная паста | кг | 0,004 | 0,004 |
| Выход готового блюда | | 250 | |

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: для приготовления блюда используют бульон, полученный при варке мяса для второго блюда. Бульон процеживают через сито. Очищенные овощи и зелень петрушки промывают проточной водой. Картофель свежий очищенный помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течение 5-7 минут, отвар сливают. Подготовленный картофель нарезают крупными кубиками, морковь – мелкими кубиками, лук репчатый мелко рубят. Измельченные морковь, лук репчатый, припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин. Подготовленный горох закладывают в бульон, доводят до кипения, добавляют картофель, припущенные лук, морковь, и варят до готовности. Температура подачи: 70±5°C.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

Сведения о пищевой ценности блюда:

| | | | | | |
|---------------------|-----|---------------|---|-------------|-----|
| Калорийность (Ккал) | 140 | ВитаминВ1 (г) | | Кальций (г) | 43 |
| Белки (г) | 5 | ВитаминВ2 (г) | | Магний (г) | 36 |
| Жиры (г) | 7 | ВитаминС (г) | 6 | Фосфор (г) | 146 |
| Углеводы (г) | 12 | ВитаминРР (г) | 2 | Железо (г) | 2 |
| ВитаминА (г) | | ВитаминЕ (г) | | | |

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 56.01

Наименование блюда
Источник рецептуры

Борщ
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт,

Код по ОКУД
№ рецептуры

56

Состав:

| Наименование продуктов | | Брутто | Нетто |
|-------------------------|----|------------|--------|
| Масло подсолнечное | кг | 0,001 | 0,001 |
| Соль поваренная пищевая | кг | 0,0005 | 0,0005 |
| Говядина 1 кат. | кг | 0,01 | 0,007 |
| Свекла | кг | 0,06 | 0,048 |
| Капуста белокочанная | кг | 0,04 | 0,03 |
| Картофель | кг | 0,015 (кг) | 0,013 |
| Морковь | кг | 0,015 | 0,013 |
| Лук | кг | 0,01 | 0,008 |
| Чеснок | | 0,001 | 0,001 |
| Сметана 15,0% жирности | | 11 | 11 |
| Выход готового блюда | | 250 | |

Технология приготовления и оформления блюда:

Мясо тщательно зачищают, затем промывают проточной водой при помощи щетки. Подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3,5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. Готовое мясо нарезают поперек волокон по 1-2 куску на порцию, закрывают небольшим количеством бульона, подвергают вторичной термической обработке-кипячению в бульоне в течение 5-7 минут и хранят до отпуска в этом же бульоне при температуре 75° С в закрытой посуде до раздачи не более 1 ч. В кипящий бульон или воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют картофель, нарезанный брусочками, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сметану и кипятят. Отпускают суп с мясом и со сметаной. Температура подачи +60...+65° С.

Сведения о пищевой ценности блюда:

| | | | | | |
|---------------------|----|---------------|----|-------------|-----|
| Калорийность (Ккал) | 94 | ВитаминВ1 (г) | | Натрий (г) | 219 |
| Белки (г) | 3 | ВитаминВ2 (г) | | Кальций (г) | 36 |
| Жиры (г) | 5 | ВитаминС (г) | 19 | Магний (г) | 23 |
| Углеводы (г) | 8 | ВитаминРР (г) | 1 | Фосфор (г) | 50 |
| ВитаминаА (г) | | ВитаминЕ (г) | | Железо (г) | 1 |

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 61

Наименование блюда Шци из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами

Код по ОКУД

Источник рецептуры Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт,

№ рецептуры

61

Состав:

| Наименование продуктов | | Брутто | Нетто |
|-------------------------|----|-----------|-------|
| Капуста белокочанная | кг | 0,05 | 0,036 |
| Картофель | кг | 0,07 (кг) | 0,05 |
| Морковь | кг | 0,008 | 0,008 |
| Лук | кг | 0,005 | 0,005 |
| Томатная паста | кг | 0,002 | 0,002 |
| Масло сливочное | кг | 0,005 | 0,005 |
| Соль поваренная пищевая | кг | 0,001 | 0,001 |
| Сметана 15,0% жирности | | 0,005 | 0,005 |
| Выход готового блюда | | 250 | |

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: для приготовления блюда используют бульон, полученный при варке мяса для второго блюда. Бульон процеживают через сито. Очищенные овощи, лук зеленый промывают проточной водой в течение 5 минут. Капусту белокочанную свежую нарезают тонкой соломкой. Картофель свежий очищенный (полуфабрикат сульфитированный) помещают в кипящую воду, доводят до кипения и кипятят в течении 5-7 минут, отвар сливают. Подготовленный картофель нарезают тонкими дольками. Морковь, лук репчатый нарезают мелкой соломкой и припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин, затем добавляют томат-пасту и припускают еще 5-7 мин. Температура подачи: 70±5°С.
Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

Сведения о пищевой ценности блюда:

| | | | | | |
|---------------|---|---------------------|----|--------------|-----|
| Белки (г) | 2 | ВитаминРР (г) | 1 | Кальций (г) | 36 |
| ВитаминЕ (г) | | ВитаминС (г) | 28 | Магний (г) | 23 |
| ВитаминА (г) | | Железо (г) | 1 | Натрий (г) | 399 |
| ВитаминВ1 (г) | | Жиры (г) | 5 | Углеводы (г) | 11 |
| ВитаминВ2 (г) | | Калорийность (Ккал) | 94 | Фосфор (г) | 54 |

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 80Наименование блюда
Источник рецептурыСуп картофельный с крупой
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания
детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и
Т.В. Тутельяна. –
М.: ДеЛи принт,

Код по ОКУД

№ рецептуры

80

Состав:

| Наименование продуктов | | Брутто | Нетто |
|---------------------------|----|------------|---------|
| Картофель | кг | 0,105 (кг) | 0,075 |
| Морковь | кг | 0,01 | 0,008 |
| Лук | кг | 0,01 | 0,008 |
| Соль поваренная пищевая | кг | | 0,00014 |
| Томатная паста | кг | 0,001 | 0,001 |
| Масло сливочное | кг | 0,003 | 0,003 |
| Рис | кг | 0,007 | 0,007 |
| X Крупа гречневая | кг | 0,007 | 0,007 |
| X Крупа пшено шлифованное | кг | 0,007 | 0,007 |
| Выход готового блюда | | 250 | |

Технология приготовления и оформления блюда:

Лук мелко шинкуют, морковь на-резают мелкими кубиками и припус-кают. Картофель нарезают кубиками.

В кипящий бульон или воду кла-дут подготовленную крупу, карто-фель, припущенные овощи и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль. Крупу рисовую кладут в бульон или воду одновре-менно с припущенными овощами. Манную крупу засыпают в суп за 10-15 мин до его готовности.

Выход порции определяется воз-растной группой.

Сведения о пищевой ценности блюда:

| | | | | | |
|---------------------|----|---------------|----|------------|----|
| Калорийность (Ккал) | 91 | ВитаминВ2 (г) | | Магний (г) | 17 |
| Белки (г) | 2 | ВитаминС (г) | 5 | Фосфор (г) | 62 |
| Жиры (г) | 3 | ВитаминРР (г) | 1 | Железо (г) | 2 |
| Углеводы (г) | 7 | ВитаминЕ (г) | | | |
| ВитаминВ1 (г) | | Кальций (г) | 10 | | |

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 140Наименование блюда
Источник рецептурыСуп с изделиями макаронными
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах /Под общей редакцией В.Т.Лапиной.- М.

Код по ОКУД

№ рецептуры

140

Состав:

| Наименование продуктов | | Брутто | Нетто |
|-------------------------|----|----------|--------|
| Макароны | кг | 0,01 | 0,01 |
| Картофель | кг | 0,1 (кг) | 0,075 |
| Морковь | кг | 0,013 | 0,01 |
| Лук | кг | 0,012 | 0,01 |
| Масло сливочное | кг | 0,003 | 0,003 |
| Соль поваренная пищевая | кг | 0,0003 | 0,0003 |
| Выход готового блюда | | 250 | |

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: для приготовления блюда используют бульон, полученный при варке филе птицы для второго блюда. Овощи промывают под проточной водой в течение 5 минут. Подготовленные морковь, лук нарезают соломкой. Измельченные морковь, лук и припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин.

Температура подачи: 70±5°С.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

Сведения о пищевой ценности блюда:

| | | | | | |
|---------------------|-----|---------------|---|-------------|----|
| Калорийность (Ккал) | 160 | ВитаминВ1 (г) | | Кальций (г) | 13 |
| Белки (г) | 3 | ВитаминВ2 (г) | | Магний (г) | 12 |
| Жиры (г) | 7 | ВитаминС (г) | 2 | Фосфор (г) | 66 |
| Углеводы (г) | 11 | ВитаминРР (г) | 2 | Железо (г) | 2 |
| ВитаминА (г) | | ВитаминЕ (г) | | | |

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 214Наименование блюда
Источник рецептурыСуп гороховый
Организация детского питания в дошкольных учреждениях:
Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ
–МИПКРО, 2003.Код по ОКУД
№ рецептуры

| |
|--|
| |
| |

Состав:

| Наименование продуктов | Единица | Брутто | Нетто |
|-------------------------|---------|------------|-------|
| Картофель | кг | 0,049 (кг) | 0,034 |
| Лук | кг | 0,01 | 0,008 |
| Морковь | кг | 0,01 | 0,008 |
| Масло подсолнечное | кг | 0,003 | 0,003 |
| Соль поваренная пищевая | кг | 0,001 | 0,001 |
| Горох шлифованный | кг | 0,025 | 0,025 |
| Выход готового блюда | | 250 | |

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: Варка бульона: подготовленное мясо закладывают в холодную воду и варят при слабом кипении. В процессе варки с поверхности бульона снимают пену и жир. Продолжительность варки бульона 3.5-4 ч. Более длительная варка ухудшает вкусовые и ароматические качества бульона. Готовый бульон процеживают. Луцценый горох перебрать, промыть, заложить в кипящую воду и варить до готовности. Добавить очищенный мелко нарезанный картофель и варить 7-10 минут. Затем ввести нарезанные ломтиками и пассированные морковь и репчатый лук, соль.

Требования к оформлению и подаче блюд:

Требования к качеству

Внешний вид: в жидкой части супа распределены горох и овощи, нарезанные кубиками

Консистенция: картофель, горох, коренья плотной части

Цвет: супа - золотистый, жира на поверхности - светло-оранжевый

Вкус: гороха, припущенных овощей, умеренно соленый

Запах: гороха, овощей входящих в состав супа

Сведения о пищевой ценности блюда:

| | | | | | |
|---------------------|-----|---------------|---|-------------|-----|
| Калорийность (Ккал) | 140 | ВитаминВ1 (г) | | Кальций (г) | 43 |
| Белки (г) | 8 | ВитаминВ2 (г) | | Магний (г) | 36 |
| Жиры (г) | 2 | ВитаминС (г) | 6 | Фосфор (г) | 146 |
| Углеводы (г) | 23 | ВитаминРР (г) | 2 | Железо (г) | 2 |
| ВитаминА (г) | | ВитаминЕ (г) | | | |

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 2019

Наименование блюда Суп с изделиями макаронными группы А на бульоне из птицы
 Источник рецептуры Организация детского питания в дошкольных учреждениях:
 Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ
 –МИПКРО, 2003.

Код по ОКУД

№ рецептуры

Состав:

| Наименование продуктов | | Брутто | Нетто |
|-------------------------|----|------------|--------|
| Макароны яичные | кг | 0,016 | 0,016 |
| Картофель | кг | 0,029 (кг) | 0,02 |
| Морковь | кг | 0,011 | 0,01 |
| Лук | кг | 0,009 | 0,008 |
| Масло сливочное | кг | 0,005 | 0,005 |
| Соль поваренная пищевая | кг | 0,0003 | 0,0003 |
| Выход готового блюда | | 250 | |

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: для приготовления блюда используют бульон, полученный при варке филе птицы для второго блюда. Овощи промывают под проточной водой в течение 5 минут. Подготовленные морковь, лук нарезают соломкой. Измельченные морковь, лук и припускают в небольшом количестве бульона с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин.
 Температура подачи: 70±5°С.
 Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

Сведения о пищевой ценности блюда:

| | | | | | |
|---------------------|-----|---------------|---|-------------|----|
| Калорийность (Ккал) | 171 | ВитаминВ1 (г) | | Кальций (г) | 13 |
| Белки (г) | 3 | ВитаминВ2 (г) | | Магний (г) | 12 |
| Жиры (г) | 7 | ВитаминС (г) | 2 | Фосфор (г) | 66 |
| Углеводы (г) | 11 | ВитаминРР (г) | 2 | Железо (г) | 2 |
| ВитаминаА (г) | | ВитаминЕ (г) | | | |

Утверждаю:

ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА № 73Наименование блюда
Источник рецептурыРассольник
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания
детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и
Т.В. Тутельяна. –
М.: ДеЛи принт,Код по ОКУД
№ рецептуры

73

Состав:

| Наименование продуктов | | Брутто | Нетто |
|------------------------|----|------------|-------|
| Картофель | кг | 0,071 (кг) | 0,05 |
| Крупа перловая | кг | 0,02 | 0,02 |
| Морковь | кг | 0,006 | 0,005 |
| Огурцы соленые | кг | 0,017 | 0,015 |
| Томатная паста | кг | 0,004 | 0,004 |
| Масло сливочное | кг | 0,003 | 0,003 |
| Лук | кг | 0,011 | 0,009 |
| Выход готового блюда | | 250 | |

Технология приготовления и оформления блюда:

Технология приготовления: овощи очищенные и зелень петрушки промывают в проточной воде в течение 5 минут. Морковь, лук мелко нарезают и припускают в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного в течение 10-15 мин. В кипящую воду кладут подготовленную крупу, доводят до кипения, закладывают карто-фель, через 15-20 мин после закипания добавляют припущенные морковь, лук и припущенные огурцы соленые. За 5-7 мин до окончания варки рассольника добавляют соль, перемешивают. В конце варки закладывают зелень петрушки мелкошинкованную. Готовый рассольник заправляют прокипяченной сметаной и вновь доводят его до кипения.

Температура подачи: 70±5°C.

Срок реализации: не более 2-х часов с момента приготовления.

Сведения о пищевой ценности блюда:

| | | | | | |
|---------------------|-----|---------------|---|-------------|----|
| Калорийность (Ккал) | 121 | ВитаминВ1 (г) | | Кальций (г) | 36 |
| Белки (г) | 2 | ВитаминВ2 (г) | | Магний (г) | 28 |
| Жиры (г) | 5 | ВитаминС (г) | 7 | Фосфор (г) | 74 |
| Углеводы (г) | 10 | ВитаминРР (г) | 1 | Железо (г) | 1 |
| ВитаминА (г) | | ВитаминЕ (г) | | | |

Утверждаю: